

VAIKŲ FIZINIO AKTYVUMO FESTIVALIS "Būk sveikas ir aktyvus"

Organizatorius: Lietuvos karate federacija ir VŠĮ "sporto ir sveikatingumo namai"

Data: 2025 m. gruodžio 23 d.

Vieta: Partizanų g. 25., Kaunas (Karate Dojo Kaunas)

Festivalio tikslas

Skatinti fizinį aktyvumą, šeimos narių ir bendruomenės tarpusavio bendrystę per smagias judėjimo, karatė ir sportines veiklas. Festivalis siekia įkvėpti vaikus, stiprinti kūną, charakterį bei tarpusavio ryšį, puoselėjant sveikos gyvensenos ir aktyvaus laisvalaikio vertybes.

Festivalio uždaviniai

1. Skatinti fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenseną – įtraukti įvairaus amžiaus vaikus į karatė, estafetčių, judėjimo ir komandinio sporto veiklas, ugdant judėjimo įpročius bei džiaugsmą būti fiziškai aktyviems.
2. Stiprinti bendruomenės ryšius – sudaryti sąlygas vaikams, nekonkuruojant dalyvauti veiklose, mokytis bendradarbiauti, palaikyti vieni kitus ir patirti bendro judėjimo džiaugsmą.
3. Puoselėti karatė vertybes kasdieniame gyvenime – skleisti pagarbos, savitvartos, atkaklumo ir draugiškumo principus per žaidybines ir sportines veiklas.

Festivalio veiklos

- Bendra festivalio atidarymo mankšta ir karatė parodymai.
- Judėjimo estafetės, žaidimai
- Edukacinės mini treniruotės
- Festivalio uždarymas

Laukiami rezultatai

- Sustiprėję bendruomeniniai ryšiai tarp bendraminčių
- Didesnis dalyvių fizinio aktyvumo ir motyvacijos lygis.
- Išaugęs susidomėjimas karatė ir aktyvaus gyvenimo būdu.

Trukmė

Vienos dienos renginys (4 val.).