



Karatė klubas DANAS

PRATYBOS „PAŽINK JUDESĮ PER KARATĖ“

ATASKAITA (ketvirtinė)

Trumpas pratybų tikslų ir uždavinių įgyvendinimo aprašymas	Per pirmuosius tris mėnesius buvo sėkmingai įgyvendinti pradiniai programos uždaviniai. Daugiausia dėmesio skirta supažindinimui su judesiu ir komanda: per žaidimus buvo skatinamas tarpusavio pasitikėjimas, atliekami apšilimo, tempimo, pusiausvyros ir laikysenos lavinimo pratimai. Antrąjį mėnesį vaikai mokėsi judėti saugiai, įsisavino tinkamo griuvimo pratimus (ukemi) ir kūno valdymo pagrindus per žaidimus, susipažino su saugumo taisyklėmis. Trečiąjį mėnesį veiklos buvo skirtos susikaupimui ir reakcijai: vaikai atliko judesių derinius, reakcijos pratimus, komandines užduotis bei žaidė dėmesį lavinančius žaidimus.
Pratybų įgyvendinimo data	2025 m. rugsėjis – 2025 m. lapkritis
Pratybų įgyvendinimo vieta	Mažeikių lopšelis-darželis „Delfinas“, Pušų g. 40, Mažeikiai ir Mažeikių Pavasario progimnazija, Pavasario g. 53, Mažeikiai
Informacija apie informavimo priemones	LKA facebook puslapis, Karatė klubo Danas FB puslapis
Dalyvių skaičius	20
Trumpas rezultatų įvertinimas	Per pirmuosius tris mėnesius pasiekti geri rezultatai: vaikai aktyviai dalyvavo veiklose, pastebimai sustiprėjo jų fizinis pasirengimas, pagerėjo vikrumas ir koordinacija. Sėkmingai supažindinta su karatė pradmenimis ir saugaus judesio pagrindais. Lavinant reakciją ir dėmesį per komandines užduotis, pradėjo formuotis komandiniai įgūdžiai, pagarba ir savikontrolė. Pratybose ugdomos vertybės – drausmė ir atsakomybė – atsispindi pagerėjusiame vaikų elgesyje ir susikaupime užsiėmimų metu.

PRATYBOS „PAŽINK JUDESĮ PER KARATĖ“

ATASKAITA

