

Norėdami suteikti vaikučiams, jų téveliams bei darbuotojams daugiau žinių apie ekologinį transportą ir jo svarbą mūsų gyvenime bei norédami paskatinti jų aktyvumą, lopšelio-darželio „Sigutė“ organizuoja

renginį „**Su vėjeliu**“.

Jis vyks

2011 m. balandžio 28 d. 10.30 val.

PROGRAMOJE:

- ▲ A. Barausko „Keliaujanti,, dviračių paroda ant ratų.
- ▲ Gydytojos V. Bružienės pramoginė paskaitėlė vaikams.
- ▲ Draugiškas pasivažinėjimas dviračiais, dviratukais, triratukais, paspirtukais lopšelio-darželio „Sigutė“ kieme.
- ▲ Piešimas kreidelėmis ant asfalto.
- ▲ Linksmybės su šuniuku „Amsiu“.

Diskoteka, prizai, siurprizai ir kt. Renginj



organizuojančios įstaiga Panevėžio lopšelis-darželis „Sigutė“.

Kviečiami socialiniai partneriai:

Panevėžio raj. Velžio lopšelis-darželis, Panevėžio lopšeliai-darželiai „Rūta“, „K. Ramanausko“, „Vyturėlis“.

Rėmėjai: UAB „Panevėžio Bičiulis“, lopšelio-darželio téveliai.



**PANEVĖŽIO LOPŠELIS-DARŽELIS
„SIGUTĖ“**

METODINIS SVEIKATINGUMO
RENGINYS

„**SU VĖJELIU**“



Renginys vyks adresu:

Panevėžio lopšelis-darželis „Sigutė“

Kanklių g. 8, Panevėžys

Lankstinuką parengė sekretorė Ilona Kurevina

2011, Panevėžys

Ar žinai, kiek pasaulyje yra oro? Is kur jis atsiranda? O gal vieną dieną pasibaigs? Vieną penktadalį viso oro, kuris supa mūsų planetą, Žemę, sudaro deguonis. Deguonis, kaip ir visos kitos oro sudedamosios dalys neturi spalvos, kvapo, skonio, todėl negalime matyti, kur jo yra, o kur ne. Tačiau deguonis labai reikalingas visiems - ir augalams, ir gyvūnams, ir žmonėms! Deguonį gamina augalai, „susiuurbami“ į save nuodingas medžiagas. Štai todėl mes miškus vadiname Žemės plaučiais. Oras greičiausiai niekada nesibaigs, tačiau jei sumažės deguonies dalis ir padaugės kitų oro sudedamujų dalių, pavyzdžiu, anglies diokso, kuris yra nuodingas, oras taps nebetinkamu kvėpuoti. Anglies diokso daugėja, kai važinėjame automobiliais, deginame anglis ar iš naftos pagamintą kurą. Kiekvienas rūkstantis katilinės ar gamyklos kaminas teršia orą nuodingomis dujomis.

Taigi, važinėtis ekologišku transportu- dviračiu, dviratuku, triratuku, paspirtuku – tai sveika ir smagu ne tik tau, bet ir Žemės planetai!



turistiniai bei pusiau gulomi dviračiai.

Dviratis, paspirtukas – dviratė, triratė, bemotorė, aplinką tausojanti transporto priemonė, naudojama pramogai, susisiekimui, laisvalaikio praleidimui, turizmui, sportavimui, varžyboms. Be to, dviratis bei paspirtukas – patogios, ekonomiškos ir ekologiškos transporto priemonės.

Ką reikia žinoti pradedantiesiems važiuoti:

*reikia pasirinkti, ūgi atitinkančių dviratų. Per mažu dviračiu važiuojantis žmogus greičiau



pavargsta, nes per daug įsitempia raumenys;

- * svarbu nepulti iš karto važiuoti didelių atstumų (ypač, jei iki šiol buvote fiziškai neaktyvus). Važiavimo dviračiu laiką reikėtų didinti palaipsniui;
- * važiuodami ilgesnį atstumą neskubėkite. Jeigu pavargote, sumažinkite važiavimo tempą arba sustokite ir pailsekite;
- * smagiau pradėti važinėtis dviračiais kartu su draugais ar šeimos nariais. Taip Jūs vieni kitus paskatinsite būti fiziškai aktyviais bei patirsite daug malonių akimirkų;
- * dviračiu galima važinėti bet kokių oru, netgi žiemą! Svarbiausia – tinkama apranga.

Kad dviračiu važinėtis būtų saugu reikėtų nepamiršti šių saugumo reikalavimų:

- važiuojant miesto gatvėmis ir užmiesčio keliais laikytis Kelių eismo taisyklių;
- ant dviračio pritvirtinti skambutį ir atšvaitus;
- važiuoti su šalmu (vaikams tai privaloma), jų važiavimo dviračiu įgūdžiai dar nėra pakankamai geri. Svarbu, kad šalmas dengtu kakta iki vidurio, kad šalmo dirželiai gerai priglustum ir sagtis būtų užsegta;
- turėti pirmosios medicinos pagalbos rinkinį.