



„YOKOZUNA NO KOKORO“ ŠVENTĖ

NUOSTATAI

TIKSLAI:

Sukurti pirminius saugius kovos meno pažinimo pagrindus ir galimybes pasivaržyti vaikams. Ugdyti pagarbą, draugiškumą ir vidinę stiprybę per japonų kultūros pažinimą. Sudominti vaikus fizinėmis ir dvasinėmis kovos menų pusėmis, formuojant teigiamą požiūrį į sportą ir kultūrą. Šventės metu kviečiame vaikus ne tik išbandyti save sumo kovose, bet ir pažinti japonų kultūrą, ugdyti pagarbą, draugiškumą ir vidinę stiprybę.

ORGANIZATORIAI:

Sporto asociacija „Danas“, Sporto asociacija „Žemaitis“, Mažeikių karatė Shotokan klubas „Vytis“

VIETA:

Pavasario pagrindinė mokykla, Pavasario g. 53, Mažeikiai

DATA:

2025 m. lapkričio 23 d. (sekmadienis). Šventės pradžia: 11:00 val.

REGISTRACIJA:

Šventės dalyvių registracija 2025-11-23 nuo 9:00 val. iki 10:25 val.

DALYVIAI:

Dalyvauti gali visi vaikai nuo 4 iki 12 metų, nepriklausomai nuo fizinio pasirengimo ar patirties. Dalyvių nereikia registruoti iš anksto – visi kviečiami prisijungti renginio dieną.

VEIKLOS IR IŠŠŪKIAI:

1. SUMO IŠŠŪKIS

Sumo imtynių paprastumas vaikams sukuria pirminius saugius kovos meno pažinimo pagrindus ir galimybes vaikams patirti japonų kultūros dvasią. Nepatiriama traumų, pavojingo fizinio kontakto, stiprių stresų.

Veiklos aprašymas:

- Vaikai kviečiami poromis stoti į sumo ringą ant specialios dangos
- Tikslas – išstumti varžovą iš žiedo švelniu stūmimu
- Aikštelė 2,5x2,5 m ant tatami
- Prieš kiekvieną iššūkį – nusilenkimas, mokomės pagarbos varžovui
- Dalyviai suskirstomi pagal svorį tik renginio vietoje, kad būtų užtikrintas saugumas

Taisyklės:

- Leidžiamas tik švelnus stūmimas į pečių ar liemens sritį
- Draudžiami smūgiai, stūmimai iš nugaros ar bet koks grubus elgesys
- Kovos be avalynės, prižiūrint suaugusiems
- Galimi veiksmai: varžovo stūmimas iš aikštelės, išvedimas iš pusiausvyros
- Svarbiausia yra patirtis, drąsa ir pagarba

2. ZUKI SMŪGIO IŠŠŪKIS

- Dalyviai mokosi japoniško smūgio kumščiu „zuki“ technikos (iš vietos, be žingsnio)
- Vertinama ne jėga, o susikaupimas, tikslumas ir pastangos
- Mokomasi teisingos technikos ir koncentracijos

DALYVIŲ SKIRSTYMAS:

Sumo iššūkio metu dalyviai suskirstomi pagal panašų svorį saugumo tikslais.

APDOVANOJIMAI:

- Visi dalyviai gaus atminimo medalius už dalyvavimą
- Gali būti įteikti simboliniai prizai:
 - Už išskirtinę sumo dvasią
 - Už draugiškumą
 - Už atkaklumą
 - Už geriausią zuki smūgį

SAUGUMAS IR TVARKA:

- Visi dalyviai kovoja be avalynės, prižiūrint suaugusiems
- Leidžiamas tik švelnus stūmimas į pečių ar liemens sritį
- Draudžiami smūgiai, stūmimai iš nugaros ar bet koks grubus elgesys
- Dalyviai prieš kiekvieną veiklą supažindinami su taisyklėmis
- Rekomenduojama sportinė apranga
- Vaikai iki 7 metų kviečiami dalyvauti su tėvų ar pedagogų palyda
- Užtikrinamas saugus ir draugiškas aplinkos

FINANSAVIMAS

Finansuojama LKF fizinio aktyvumo programos, klubo ir rėmėjų lėšomis. vietoje.

KONTAKTAI:

Tel. +370 611 32 668

El. paštas: arturasg@gmail.com

Svetainė: www.danas.lt

"Yokozunos širdis – tai ne tik jėga, bet ir pagarba, drąsa bei dvasinė ramybė."

Kviečiame visus į nepaprastą šventę – laimi visi – nes svarbiausia dvasia, ne tik jėga ir vikrumas.