

## EUROPOS MOKYKLŲ SPORTO DIENA

ESSD



## Priemonių rinkinys

**Padedame surengti Europos mokyklų  
sporto dieną jūsų bendruomenėje.**

**Naudokite šį priemonių rinkinį, skatindami savo  
mokyklą judėti!**

in collaboration  
with the





# Turinys

IŽANGA

4

NEJUDRUMO KRIZĖ

7

SVARBIAUSI ESSD ELEMENTAI

8

VEIKLA

10

SOCIALINIAI TINKLAI

16

RYŠIAI SU ŽINIASKLAIDA

20



# IŽANGA

## Skatinkime mokyklas judėti!

*Kas būtų, jeigu kiekvienas vaikas galėtų #BeActive mokykloje sportuodamas ir žaisdamas? Kas būtų, jeigu kiekviena Europos mokykla vieną dieną paminėtų sportą? Ar tai padėtų moksleiviams pradėti sveiką ir judrų gyvenimo būdą?*

**Mes sakome TAIP. Ir siekiame to, organizuodami Europos mokyklų sporto dieną, dar vadinamą „Diena“ arba ESSD.**

Jei norite dalyvauti, jūsų mokykla turi #BeActive mažiausiai 120 minučių – tai gali būti bėgimas, žaidimai, šokiai, šokinėjimas per šokdynę ar bet kokia kita fizinė veikla.

Šis priemonių rinkinys suteikia mokytojams, administratoriams ir moksleiviams visą informaciją bei išteklius, reikalingus organizuojant Europos mokyklų sporto dieną. Pasinaudokite juo ir prisijunkite prie daugiau nei 1,5 milijono europiečių iš 20 šalių, dalyvaujančių #BeActive.

Dieną remia Europos Komisija, ji yra Europos sporto savaitės ir #BeActive kampanijos dalis.





## Priemonių rinkinio naudojimas

Šis priemonių rinkinys padeda jums planuoti sėkmingą Europos mokyklų sporto dieną savo bendruomenėje ir jai vadovauti. Jame yra įkvėpiančių idėjų ir pamokų, išmokyti iš kitų Europos mokyklų.

Diena ne tik suteikia progą paskatinti moksleivius #BeActive, bet ir leidžia jiems tapti sveikatos ir aktyvaus gyvenimo būdo lyderiais bei propaguotojais. Taip pat organizuodami Dieną galite įtraukti savo bendruomenę – nuo verslo lyderių ir visuomeninių organizacijų iki valdininkų ir administratorių.

***Kartu paskatinkime mokyklas judėti ir įkvėpkime Europos jaunimą gyventi sveikai.***





## O kokia padėtis jūsų šalyje?

Koks yra (ne)aktyvumo lygis jūsų šalyje, lyginant su kitomis valstybėmis narėmis?

Sužinokite, naudodamiesi 2014 m. **Eurobarometro** duomenimis. Naudokite šiuos duomenis, skatindami savo bendruomenę paremti Dieną.



## Nejudrumo krizė

**Dalyvavimas sporto ir fizinėje veikloje mažesnis nei bet kada anksčiau. Daugelyje valstybių narių situacija toliau blogėja, tiek tarp moksleivių, tiek tarp suaugusiųjų. Dėl to kenčia ne tik žmonių sveikata ir gerovė, bet ir mūsų visuomenė bei ekonomika apskritai.**



Niekada nesimankštinančių ir nesportuojančių žmonių dalis Europoje siekia net 42 %. Kiekvienais metais Europoje dėl nepakankamo fizinio aktyvumo miršta 600 000 žmonių („Eurobarometras“, 2014 m.)



Dėl nepakankamo fizinio aktyvumo dabartiniai vaikai gali tapti pirmąją kartą, gyvenančia trumpiau nei jų tėvai. (DesignedToMove.org)



Išlaidos dėl nepakankamo fizinio aktyvumo visame pasaulyje sudaro iki 3 % nacionalinių sveikatos apsaugos biudžetų. (Oldridge, 2008)



Apskaičiuota, kad nepakankamas fizinis aktyvumas Europoje vienam žmogui per metus kainuoja 300 EUR, o bendri kasmetiniai nuostoliai siekia 152 milijardus eurų (PSO Europa, 2014 m.)



Tik 19 % paauglių fizinio aktyvumo lygis atitinka Pasaulinės sveikatos organizacijos rekomendacijas

Įkvėpdami savo mokyklos bendruomenę #BeActive galite pakeisti šias nerimą keliančias tendencijas. Tai gali daryti kiekvienas, nepaisant amžiaus, kilmės ar fizinės formos. Šokinėkite, šokite, plaukite, bėkite... tiesiog judėkite!



**1 in 4** — & — **4 in 5**  
adults — adolescents  
across Europe are **not active enough**

Source: Inactivity Time Bomb, ISCA

## Svarbiausi ESSD elementai

Ar, kalbant apie Dieną, galite atsakyti į klausimus **kas**, **ką**, **kodėl** ir **kaip**? Atraskite **atsakymus** toliau ir naudokite juos, pateikdami pranešimus.

### Prisitaikykite

Nors suderintas pranešimų turinys yra būtina damaus Europos judėjimo dalis, galite pritaikyti pranešimus pagal vietinį kontekstą. Kuo jūsų pranešimai aktualesni ir patrauklesni, tuo geriau.

## Kas organizuoja?

Kiekvienas gali siūlyti ir organizuoti Dieną su mokyklos administracijos pagalba. Tai gali būti moksleiviai, mokytojai, tėvai, bendruomenės lyderiai ir kiti suinteresuoti asmenys. Geriausių rezultatų pasiekia Dienos, apimančios visą mokyklą, organizuojamos bendruomenės ir palaikomos įvairių savanorių.

## Kas tai yra?

Jei norite dalyvauti Dienoje, jūsų mokykla turi #BeActive mažiausiai 120 minučių – tai gali būti bėgimas, žaidimai, šokiai, šokinėjimas per šokdynę ar bet kokia kita fizinė veikla. Diena yra Europos Komisijos atsako į susirūpinimą keliantį sporto ir fizinio aktyvumo sumažėjimą valstybėse narėse dalis.



## Kodėl verta organizuoti Dieną?

Daugybė tyrimų rodo, kad aktyvumas paverčia moksleivius sveikesniais ir geriau besimokančiais. Mokyklos dvasia taip pat pagerėja užsiimant smagiomis ir įtraukiančiomis komandinio sporto šakomis. Štai penkios svarbiausios priežastys, kodėl verta organizuoti Dieną jūsų mokykloje:

- 1 **Pagerinti kūno kultūros lavinimą ir sporto įvaizdį mokyklose.**
- 2 **Sukurti jaunimui džiaugsmingą ir malonią atmosferą fizinės veiklos metu.**
- 3 **Skatinti mokytis visą gyvenimą trunkančios sveikatos ir geros savijautos.**
- 4 **Skatinti socialinę integraciją ir plėtoti moksleivių socialinius įgūdžius.**
- 5 **Užmegzti ryšius su kitomis Europos šalimis.**

## Kaip organizuoti?

Organizavimas yra savanoriškas, jį turi palaikyti mokyklos ir vietinės bendruomenės. Dalyvaujančios mokyklos taps Europos Komisijos remiamo judėjimo #BeActive dalimi.

### Ko reikia, kad jūsų Diena taptų oficialia ESSD?



**Užregistruokite savo mokyklą svetainėje [www.essd.eu](http://www.essd.eu)**



**#BeActive ne mažiau nei 120 minučių**



**Užpildykite mokyklos ataskaitą svetainėje [www.essd.eu](http://www.essd.eu)**

## Veikla

**Kaip organizuoti Dieną jūsų mokykloje? Kokia veikla geriausiai tinka pradinėse ir vidurinėse mokyklose? Kaip galite įtraukti ir sudominti moksleivius? Kaip įtraukti visuomenines grupes, verslo lyderius ir kitus suinteresuotus asmenis?**

*Čia atrasite informacijos, įžvalgų ir įkvėpimo, reikalingų norint organizuoti sėkmingą Dieną jūsų bendruomenėje.*

### Kurkite palankią aplinką

Planuokite veiklą, ugdančią moksleivių charakterį ir socialinius įgūdžius. Daugelis sporto šakų ir žaidimų gali skatinti pasitikėjimą savimi, įkvėpti teigiamą požiūrį ir kitas savybes, kuriomis pagrįstas kūrybingumas, atsparumas ir empatija.

### Parinkite tinkamą veiklą

Pasirūpinkite, kad suplanuota veikla būtų tinkama, atsižvelgiant į moksleivių amžių, pomėgius ir gebėjimus. Ne mažiau svarbu, kad būtų smagu.

### Įtraukite visus

Nustatykite nepalankioje padėtyje esančius, nepakankamai atstovaujamus ar ypatingo dėmesio reikalaujančius moksleivius (pvz., itin prastos fizinės formos ar nepasitikinčius savimi). Numatykite veiklą, skatinančią juos dalyvauti ir pagerinti jų integraciją bendruomenėje.



## Veikla visiems

- Pradėkite dieną **atidarymo ceremonija**, kurioje kiekvienas gauna galimybę #BeActive.
- „**Metų bėgimas**“ (pvz., bėkite 2018 metrų 2018-aisiais metais)
- Skatinkite aktyvią kelionę į mokyklą pėsčiomis, dviračiu, paspirtuku, riedučiais, riedlente ar pan.
- Pristatykite savo mokykloje **naują sporto šaką**, kuri būtų neįprasta ar nematyta (pvz., rankinį arba ėjimą sniegbačiais).
- Kartu su darbuotojais ir moksleiviais **surenkite seminarą** apie aktyvumo mokykloje privalumus ir kurkite naujus, kūrybingus būdus paskatinti mokyklą judėti.
- Išrinkite Dienos **temą** – su sportu susijusią vertybę (pvz., ryžtas, drąsa, lygybė arba garbingas žaidimas). Apdovanokite moksleivius, kurie pasižymi šiomis vertybėmis, geriausiai – per baigiamąjį susirinkimą.
- Pakvieskite **tėvus** (net ir tuos, kuriuos sunku pasiekti) dalyvauti Dienoje ir numatykite jiems veiklos (pvz., treniruoti ar prižiūrėti moksleivius).
- Paraginkite **vietinius sporto klubus ir sveikatingumo centrus** paremti Dieną.

---

## Moksleiviai organizatoriai

---

Kaip moksleiviai gali dalyvauti, organizuojant Dieną? Daugybė būdų! Atsižvelgdami į tinkamumą pagal amžių, moksleiviai gali:

- siūlyti varžybas, žaidimus ir veiklą savo klasei ar namams,
- kurti reklaminius Dienos plakatus,
- patarti, kaip galima būti aktyvesniems mokykloje.

**Patarimas:**  
**bendradarbiaukite su mokyklos lyderystės programomis, kad pritrauktumėte moksleivių savanorių.**

## Mokyklos dvasios skatinimas

Bendruomenės nariai, įskaitant tėvus, gali atlikti panašų vaidmenį, kaip ir savanoriai. Jų dalyvavimas stiprina mokyklos dvasią ir bendruomenės ryšius su mokykla.

### Pradinės mokyklos

- Pakvieskite moksleivius **atsinešti į mokyklą kamuolį** ir pritaikyti jį per dienos pamokas.
- Kiekvienos pamokos pradžioje įtraukite „**prabudimą ir pajudėjimą**“, per kurį moksleiviai galėtų #BeActive visaip judėdami.
- Paraginkite moksleivius **vaikščioti** arba **bėgioti** lauke kartu su mokytojais.
- Surenkite **festivalį** (mokyklinę olimpiadą), kuriame būtų įvairiausių žaidimų – nuo bėgimo iki futbolo – visiems įgūdžių lygiams.
- Naudokite **komandinį sportą**, kad geriau integruotumėte nepalankioje padėtyje esančius ar nepakankamai atstovaujamus moksleivius į mokyklos bendruomenę („žaiskime kartu“).
- **Paraginkite moksleivių šeimas** #BeActive ir numatykite mokyklos tikslus, pvz., kas savaitę 10 kartų surengti veiklą lauke.
- **Sukurkite taką** su smagiomis lauko pramogomis, pvz., lobių paieška, matematikos užduotimi ar pratimais iš knygų, kurias studentai skaito (pvz., „Superworm“).

### Superkirminas Jungtinėje Karalystėje

„Superworm“ yra populiari vaikiška knyga apie tai, kaip kirminas superherojus ir jo draugai įveikia piktąjį driežą raganių. Parkai Jungtinėje Karalystėje sukūrė knygą paremtus takus, kuriais moksleiviai gali keliauti ir būti aktyvūs su superbūtybėmis, kurias pažįsta ir mėgsta. Vaikai su suaugusiųjų pagalba ieško lobių, užuominų ir dar daugiau.

**„Pažvelk, kaip spurda Superkirminas! Pažvelk, kaip raitos jis! Valio, valio, valio Superkirminui!“**

Galite prie savo mokyklos sukurti panašų taką, susijusį su populiaria knyga ar matematikos pamoka.

Donaldson, J. (2012). Superworm. London: Alison Green Books.



## Vidurinės mokyklos

- Pradėkite Dieną rytine **bendra visos mokyklos veikla**, pvz., bėgimu ar šoku. Baikite Dieną jogos pamoka, kurioje dalyvauja visa mokykla.
- Paraginkite moksleivius** bent 20 minučių #BeActive prieš pamokas arba per pertraukas išbandyti naują veiklą (žaisti kvadrata arba futbolą kamuoliuose). Šeimos taip pat gali dalyvauti.
- Organizuokite populiarių žaidimų, pvz., futbolo ar tinklinio, **varžybas tarp darbuotojų ir moksleivių**.
- Surinkite iš bendruomenės **naudotą sporto inventorių** ir leiskite moksleiviams kurti ir žaisti žaidimus pagal atsitiktinį gautą inventorių.
- Organizuokite **veiklą tik mergaitėms**, kurią „vykdytų mergaitės mergaitėms“, derindami tradicinį sportą, pvz., futbolą, ir treniruotes, pvz., jogą.
- Pritaikykite **pamokų tvarkaraštį** #BeActive temoms (pvz., biologijos pamokos apie mankštą arba su sportu susijusios algebros pamokos).

---

### Jaunieji organizatoriai

---

Vidurinės mokyklos moksleiviai yra pakankamai subrendę, kad galėtų imtis realių vadovaujančių pareigų ir prisiimti atsakomybę. Moksleiviai gali:

- skatinti bendraamžius dalyvauti (pvz., socialiniuose tinkluose);
- treniruoti komandas,
- planuoti renginius ar jiems vadovauti.

Sutelkite dėmesį į esamus moksleivių lyderius (pvz., iš studentų tarybos ar populiarių klubų) ir pakvieskite juos savanoriauti.

---

### Motyvacija yra svarbi

---

Vidurinėse mokyklose moksleivių motyvacija remti Dieną ir #BeActive gali skirtis. Kai kurie moksleiviai gali būti aktyvūs sportininkai, o kiti gali norėti numesti svorio ar pagerinti sveikatą. Vieni gali imtis lyderystės, o kiti gali vykdyti klasės ar klubo reikalavimus.

Organizuodami ieškokite būtų panaudoti įvairius interesus ir motyvaciją, įtraukdami visus. Tai itin svarbu norint įtraukti ir išlaikyti atsidavusius savanorius.

## Išbandykite BOKWA

BOKWA® yra šokių ir sporto mišinys, derinantis hiphopą, „step“ aerobiką ir Pietų Afrikos šokius. Jis pagrįstas raidėmis ir numeriais, o ne choreografija, todėl tinka bet kokio amžiaus ar gebėjimų žmonėms.

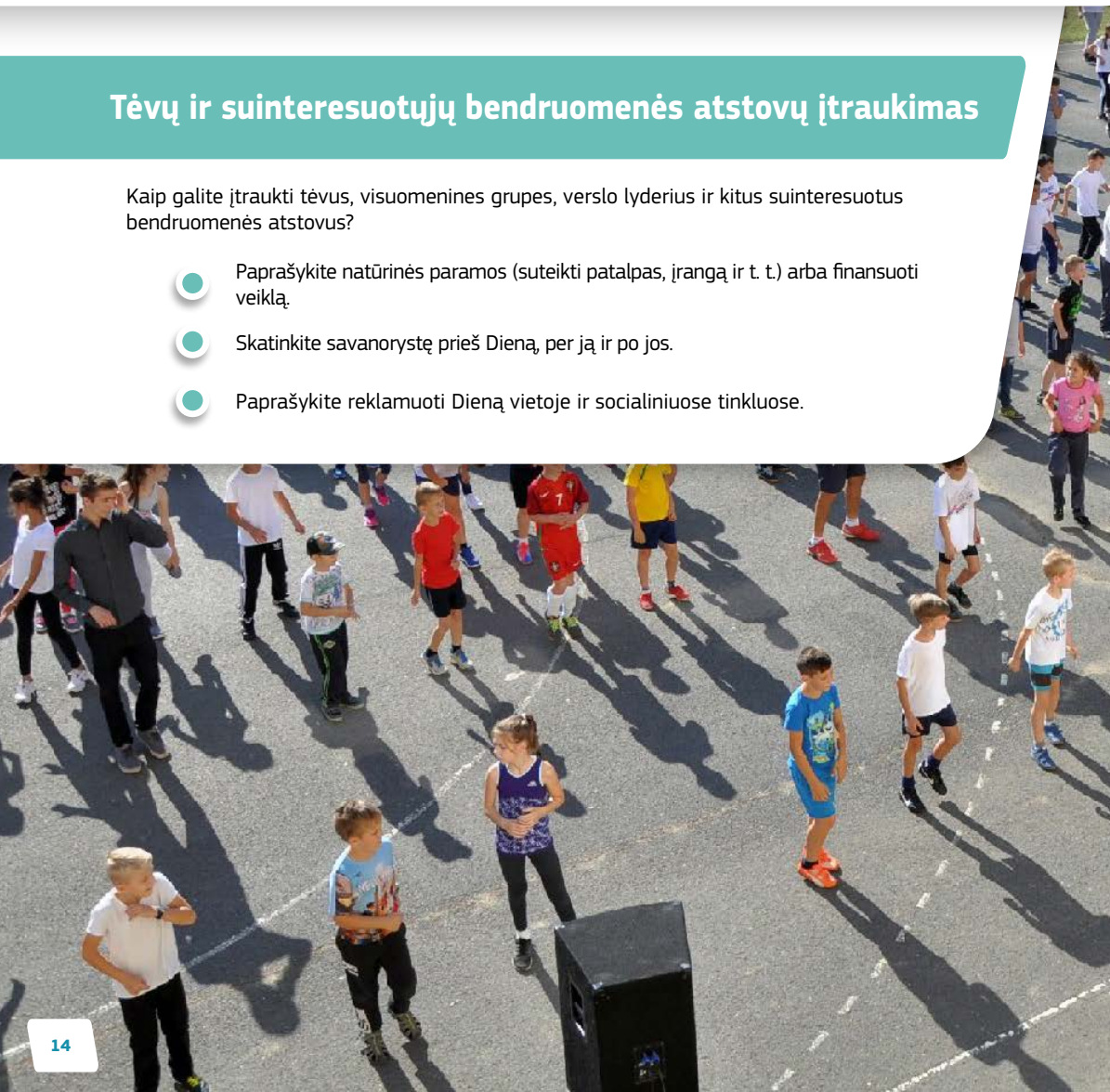
BOKWA puikiai tinka vidurinės mokyklos moksleiviams, kuriems muzika ir šokis tiks labiau nei pradinukams.

Daugiau sužinoti galite svetainėje [www.bokwafitness.com](http://www.bokwafitness.com)

## Tėvų ir suinteresuotųjų bendruomenės atstovų įtraukimas

Kaip galite įtraukti tėvus, visuomenines grupes, verslo lyderius ir kitus suinteresuotus bendruomenės atstovus?

- Paprašykite natūrinės paramos (suteikti patalpas, įrangą ir t. t.) arba finansuoti veiklą.
- Skatinkite savanorystę prieš Dieną, per ją ir po jos.
- Paprašykite reklamuoti Dieną vietoje ir socialiniuose tinkluose.







# Socialiniai tinklai

**Autentiškas, emociingas ir įkvepiantis turinys socialiniuose tinkluose yra puikus būdas paskatinti mokyklą judėti. Toliau pateikiame rekomendacijas, kaip padidinti ESSD matomumą jūsų mokyklos bendruomenei socialiniuose tinkluose.**

## Turinio rūšys

Geriausiuose socialinių tinklų įrašuose yra ne vien tekstas. Juose yra nuotraukų, vaizdo įrašų, GIF ir „Boomerang“ animuotų paveikslėlių. Be to, galite tiesiogiai transliuoti turinį.

### Vaizdo įrašai

Visuose pagrindiniuose socialiniuose tinkluose labiausiai mėgstami vaizdo įrašai ir tiesioginės transliacijos, todėl trumpi (iki dviejų minučių) vaizdo įrašai gali žymiai padidinti pasiekiamumą ir skatinti susidomėjimą.

### Nuotraukos

Akį traukiantys vaizdai nuolatos yra vieni populiariausių socialinių tinklų įrašų. Nufotografuokite ryškiausius renginio akimirkas, užfiksuodami aktyvius žmones, ir pažymėkite jas #ESSD logotipu.

### GIF ir „Boomerang“ animuoti paveikslėliai

Animuoti paveikslėliai yra puikus būdas kurti dinaminį turinį. Atsisiųskite „Instagram“ programą „Boomerang“, kad lengvai galėtumėte animuoti nuotraukas, suteikdami savo Dienai gyvybės.

## Kas dabar populiaru?



- Tarp moksleivių  
Instagram, Snapchat, Facebook
- Tarp tėvų  
Twitter, Facebook
- Tarp žurnalistų  
Twitter



## Patarimai

Kurti socialinių tinklų turinį, skirtą ESSD reklamuoti, yra smagus iššūkis. Pasinaudokite šiais patarimais, kad užtikrintumėte maksimalią sklaidą ir susidomėjimą #ESSD bei #BeActive ženklais.

### Būkite nuoseklūs

Pridėkite grotažymes #ESSD ir #BeActive. Palikite grotažymes #ESSD ir #BeActive anglų kalba, kad būtų galima jas sekti ir kad jos atitiktų abi Europos kampanijas.

### Būkite daugiakalbiai

Skelbkite turinį savo kalba ir angliškai, kad prisijungtumėte prie visą Europą apimančio judėjimo. Įtraukite jūsų auditorijai aktualias grotažymes savo kalba.

### Būkite integruoti

Pateikite nuorodas į ESSD ir #BeActive svetaines, kad sustiprintumėte Europos judėjimą ir užtikrintumėte integruotą komunikaciją.

### Būkite kūrybingi

Kurkite smagius skaityti įrašus, kad įkvėptumėte didesnę įsitraukimą.

### Būkite laiku

Išnaudokite kitus garsius renginius, susijusius su ESSD ir #BeActive.

### Būkite atkaklūs

Skelbkite įrašus kelis kartus, kad padidintumėte aprėptį.

### Būkite įtraukiantys

Kvieskite žmones prisijungti prie ESSD ir #BeActive, užduokite klausimus, pažymėkite draugą ir siekite dinamiškų pokalbių.

### Būkite patrauklūs

Kurkite išskirtinį turinį ir pateikite medžiagą iš užkulisių.

### Būkite išmanūs

Išnaudokite egzistuojančias ESSD ir #BeActive priemones, naudodami esamą kampanijos multimediją, įskaitant simbolį, emocijų piktogramas ir dar daugiau.

## Strategija ir įrašų pavyzdžiai

- Išnaudokite populiarius renginius, vykstančius jūsų bendruomenėje ar šalyje.  
*#EURO čempionatas jau prasidėjo. Mes turime savo turnyrą per ESSD. Ar ateisite? #BeActive per #ESSD*
- Dalykitės informacija apie pasiruošimą Dienai – parodykite žmonėms, ko laukti.  
*Atvyksta savanoriai, ruošiamos aikštelės...žaidimas tuoj prasidės! #BeActive per #ESSD*
- Įtraukite „kvietimus veikti“ (pvz., registruokitės mūsų iššūkiui, tapkite savanoriu šiandien ir t. t.)  
*Kviečiame visus savanorius! Europos mokyklų sporto diena prasidės po X dienų. Padėkite mums #BeActive per #ESSD*
- Naudokite vaizdo įrašus ir nuotraukas, kad pabrėžtumėte moksleivių pasiekimus per Dieną.  
*Susipažinkite su šių metų #ESSD aukso medalių laimėtojais! #MokytojasDidžiuojasi #BeActive #ESSD*
- Naudokite emocijų piktogramas, ypač tas, kurios populiarios tarp moksleivių (žr. [www.emojitracker.com](http://www.emojitracker.com))  
*Jonui patiko #ESSD. Jums irgi patiks. Registruokitės kitiems metams.*
- Pridėkite vietovės grotažymes (pvz., #Vilnius arba #Tauragė), kad vietovėje būtų apie tai kalbama.  
*#Prienai džiaugiasi #ESSD – didžiausiu šių metų mokykliniu renginiu mieste. Ar dalyvausite? #BeActive*
- Pridėkite grotažymes apie veiklą, kad padidintumėte aprėptį Europos lygiu (pvz., #Football). „Twitter“ galima naudoti ne daugiau nei 3 #, „Facebook“ 1 #, o „Instagram“ # skaičius neribojamas.  
*ESSD svarbu #KomandosDvasia, ne vien varžybos. #DraugaiAmžinai nuo mokyklos laikų. #BeActive*
- Pateikite faktus apie nepakankamą aktyvumą ir jo keliamą pavojų jūsų šalyje, bendruomenėje ar mokykloje, kad patrauktumėte žurnalistų dėmesį ir informuotumėte visuomenę.  
*X moksleivių Italijoje kiekvieną dieną praleidžia Y valandų sėdėdami ir žiūrėdami televizorių. Skatiname moksleivius judėti. #BeActive su #ESSD.*

## Programos, kurios gali padėti

Yra tūkstančiai programų, kurios padės jums kurti ir reklamuoti turinį socialiniuose tinkluose. Štai kelios populiariausios iš jų. Kai kurios yra nemokamos, kitoms reikia mokamų paskyrų.

### Fotografavimas ir nuotraukų redagavimas

**Adobe Photoshop Express (iOS | Android)** – pagrindinės redagavimo priemonės su skirtingomis failų ir bendrinimo parinktimis.

**Snapseed (iOS | Android)** – pažangi redagavimo programa. Geros automatinio redagavimo parinktys.

**Camera+ (iOS)** – pagerina „iPhone“ fotografavimo galimybes, kad būtų galima užfiksuoti kokybiškas nuotraukas.

### Filmavimas ir vaizdo įrašų redagavimas

**FiLMiC Pro (iOS | Android)** – filmuoja transliacijai tinkamos kokybės vaizdo įrašus.

**Cinema FV-5 (Android)** – profesionali filmavimo kameros programa.

**Boomerang (iOS | Android)** – kuria GIF stiliaus trumpus vaizdo įrašus, kurie ciklu rodomi pirmyn ir atgal.

**WeVideo (iOS | Android)** – debesijos redagavimo priemonė su pažangiomis funkcijomis (pvz., ekrano filmavimas ir „žaliasis ekranas“), kuria galima skelbti vaizdo įrašus be vandens ženklų.

**KineMaster (Android)** – vaizdo redagavimo programa su pažangiomis redagavimo priemonėmis, kurias galima naudoti be tinklo ryšio.

**iMovie (iOS)** – vaizdo įrašų redagavimas, tik „Apple“ įrenginiuose.

**LumaFusion (iOS)** – profesionali vaizdo redagavimo ir efektų programa, kuri kai kuriems atrodo paprastesnė naudoti „Apple“ įrenginiuose.

### Garso įrašymas ir įrašų redagavimas

**Voice Recorder Pro (iOS)** – įrašo balsą ir garso įrašą renginio vietoje, nėra trukmės ribojimų. Galima tiesiogiai įrašyti reikiamu formatu, yra konvertavimo funkcija.

**PCM Recorder (iOS | Android)** – naudoja vidinį mikrofoną, bet įrašo aukštos kokybės garsą (PCM / WAVE). Išsaugo įrašus SD kortelėje.

### Tiešsaistes straumėšana

**Periscope (iOS | Android)** – naudoja geografinės vietos nustatymo funkciją ir prisijungia prie „Twitter“.

# RYŠIAI SU ŽINIASKLAIDA

## Ko reikia žurnalistams

- Žurnalistai nori suprasti temą, papasakoti įdomią istoriją ir susilaukti pripažinimo, pateikdami savo auditorijai tikroviškus žmonių portretus.
- Žurnalistai nori pasakoti įtikinamas istorijas, kurias galima paremti faktais, skaičiais ir aiškiu kontekstu.
- Žurnalistai nori išskirtinių istorijų!
- Žurnalistai nori naujų ir aktualių istorijų, o jei jose galima panaudoti žinomo asmens citatą – dar geriau.

## Kaip rašyti pranešimą spaudai

- 1 Apibrėžkite savo žiniasklaidos priemonės temą ir formatą. Orientuojatės į dienos naujienas, sportą, gyvenimo būdą, sveikatą, verslą, laisvalaikį jaunimo arba specializuotą žiniasklaidą? Jūsų adresatas yra naujienų agentūra, televizijos arba radijo žurnalistai, interneto žiniasklaida, leidiniai arba žurnalai?
- 2 Sukurkite kontaktų sąrašą.
- 3 Parašykite ir suredaguokite pranešimą spaudai, pritaikykite jį nacionaliniam ar vietiniam kontekstui, pvz., parinkdami citatas, duomenis, konkrečius projektus ir t. t.
- 4 Išplatinkite pranešimą spaudai el. paštu, paštu, faksu arba socialiniuose tinkluose (pagal konkrečių naujienų tarnybų ar žurnalistų pageidavimus).
- 5 Papildomai susisiekite su naujienų tarnybomis ar kai kuriais atskirais žurnalistais telefonu.





## Pranešimo spaudai kontrolinis sąrašas

Pranešimo spaudai apie Europos sporto savaitę šablonas su struktūros ir turinio rekomendacijomis, pateikiamas kitame puslapyje. Rekomenduojame patikrinti:



### Turinys

Įsitikinkite, kad pranešimas spaudai gramatiškai teisingas, jame nėra rašybos klaidų, o šaltiniai cituojami teisingai.



### Struktūra

Panaudokite dėmesį atkreipiančią antraštę ir paantraštę, nurodykite istorijos datą (kad žurnalistai žinotų, kada vyks renginys) ir pirmojoje pastraipoje pateikite svarbiausią informaciją. Papildoma informacija turi būti pateikiama antrojoje ir trečiojoje pastraipose, o techninė informacija, kontaktai ir nuorodos – pabaigoje.



### Glaustumas

Pabandykite susieti savo istoriją su aktualiu, naujienų vertu renginiu, kad padidintumėte susidomėjimą ir platinimą, aktualumą ir matomumą.



### Faktiškumas

Pateikite teisingą ir tikslią informaciją, įskaitant svarbiausius faktus ir skaičius.



### Tinkamas laikas

Pranešimas spaudai turi būti trumpas, paveikus ir tikslingas, rašykite paprastai.



## Paketas žiniasklaidai

### Paketą žiniasklaidai sudaro medžiaga, kuri padės žurnalistams rašant apie jūsų istoriją.

Paprastai pakete žiniasklaidai yra:

- jūsų pranešimas spaudai,
- vieno puslapio apimties tekstas su svarbiausiais faktais ir skaičiais, kampanijos žiniar t. t.,
- parengti naudoti interviu ir citatos,
- vaizdinė medžiaga (paveikslėliai, #BeActive logotipas ir (arba) vaizdo įrašai),
- jūsų kontaktinė informacija (telefonas ir el. pašto adresas).



**Pranešimo spaudai šablonas  
2017 m. Europos mokyklų  
sporto dienai**

**Atsisiųsti**



## Moksleiviai

### PLANAVIMAS

- Siūlyti veiklą ir jai vadovauti
- Kurti sporto inventorių (pvz., kamuolius)

### PASIRUOŠIMAS

- Reklamuoti dieną
- Parengti veiklą
- Reklamuoti socialiniuose tinkluose

## Mokytojai

### PLANAVIMAS

- Nustatyti tikslus ir temas
- Suplanuoti veiklą
- Sukurti organizacinę komandą
- Padėti moksleiviams planuoti

### PASIRUOŠIMAS

- Glaudžiai koordinuoti su administratoriais
- Paruošti įrangą, išteklius ir t. t.
- Galutinai apibrėžti ir paaiškinti vaidmenis
- Reklamuoti dieną, ypač tarp suinteresuotųjų asmenų

## Administratoriai

### PLANAVIMAS

- Padėti organizatoriams
- Derinti ESSD su kitais susijusiais renginiais
- Bendrauti su suinteresuotaisiais asmenimis

### PASIRUOŠIMAS

- Bendrauti su suinteresuotaisiais asmenimis
- Įtraukti į pasiruošimą moksleivius savanorius
- Įtraukti ir koordinuoti susijusias grupes (pvz., sveikatos ir mitybos)
- Reklamuoti dieną spaudoje ir skaitmeniniu būdu

## Suinteresuotieji asmenys

### PLANAVIMAS

- Teikti finansinę arba natūrinę paramą (patalpas, įrangą ir t. t.)
- Kurti sinergiją su kitais suinteresuotaisiais asmenimis

### PASIRUOŠIMAS

- Bendradarbiauti su moksleiviais ir organizatoriais
- Sužadinti entuziazmą dėl Dienos socialiniuose tinkluose ir kitais kanalais

## ĮGYVENDINIMAS

- Vadovauti veiklai ir ją palaikyti, organizatoriams prižiūrinti
- Fotografuoti ir filmuoti
- Skelbti socialiniuose tinkluose

## BENDRAVIMAS

- Skatinti daugiau moksleivių savanoriauti
- Dalytis įspūdžiais, ypač socialiniuose tinkluose
- Rašyti straipsnius mokyklos laikraščiui ir kitiems kanalams

## ĮGYVENDINIMAS

- Vadovauti Dienai, įkvepiant ir stiprinant mokyklos dvasią
- Organizuoti parengiamuosius susitikimus su reikiamais moksleiviais, administratoriais ir savanoriais
- Suburti moksleivių lyderius, administratorius ir savanorius bei aptarti rezultatus ir išmoktas pamokas
- Įvertinti rezultatus klausimynu ar pan. ir įvertinti rezultatus bei nustatyti išmoktas pamokas

## BENDRAVIMAS

- Skelbti socialiniuose tinkluose ir bendrauti su tiksliniais žurnalistais
- Apdovanoti pasižymėjusius moksleivius savanorius
- Pateikti atsiliepimus partneriams ir suinteresuotiesiems asmenims
- Pranešti apie dieną ESSD svetainėje

## ĮGYVENDINIMAS

- Padėti organizatoriams vadovauti Dienai
- Įkvėpti ir stiprinti mokyklos dvasią
- Nurodyti organizatoriams išmoktas pamokas ir padėti įvertinti rezultatus

## BENDRAVIMAS

- Pasirūpinti, kad ESSD svetainėje būtų pateikta ataskaita
- Dalytis rezultatais su valdžios institucijomis ir pan.
- Skatinti moksleivius pateikti medžiagą (pvz., mokyklos laikraštyje) ir jiems padėti

## ĮGYVENDINIMAS

- Skirti laiko ir išteklių
- Teikti socialinę ir emocinę pagalbą
- Nurodyti organizatoriams ir administratoriams išmoktas pamokas

## BENDRAVIMAS

- Skatinti veiklą socialiniuose tinkluose ir kitais svarbiais kanalais
- Raginti kitus savanoriauti



