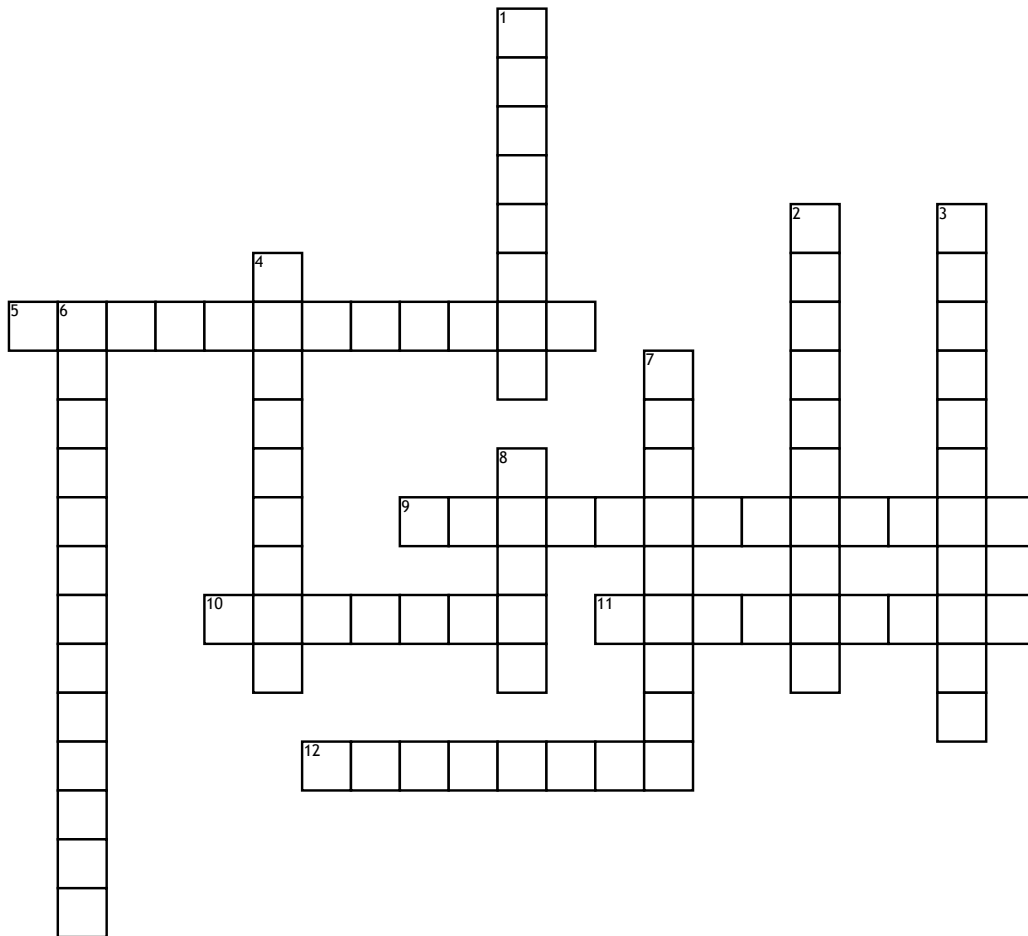


Name: _____

Fizinis aktyvumas



Across

5. Viena iš žmogaus gyvenimo (veiklos) sričių, kur gali reikštis fizinis aktyvumas?
9. Suomijoje atsiradusi ir išpopuliarėjusi mėgėjiško sporto rūšis - ... ėjimas?
10. Rytinė ...?
11. Kuo pavirsta neišeikvotos kalorijos?
12. Sportuojant padidėja....?

Down

1. Asmuo, užsiimantis sportininkų fiziniu paruošimu?
2. Koks pratimas sumažina įtampą ir nerimą?
3. Kaip reikia mankštintis, kad būtum tvirtas visą gyvenimą?
4. Žodžio „aktyvumas“ antonimas?

6. Ne mažiau 30 minučių vidutinio intensyvumo fizinė veikla 5 dienas per savaitę suaugusiems sumažina pavojų susirgti kai kuriomis lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis. Viena iš tokių lėtinių neinfekcinių ligų?
7. Sąmoningai prieš treniruotę ar varžybas atliekama speciali fizinė veikla?
8. Tyrimų duomenys rodo, kad Lietuvos paauglių fizinis aktyvumas yra ... ?

Word Bank

Šiaurietiškas
Apšilimas
Mažas

Reguliariai
Aterosklerozė
Pasyvumas

Mankšta
Raumenys
Kvėpavimas

Treneris
Riebalais
Laisvalaikis