Lankstumas – viena iš vaikų sveikatai ir sportinei veiklai svarbiausių fizinių ypatybių, kuri per įvairius žmogaus kūno sąnarius leidžia atlikti kuo didesnės amplitudės judesius. Šią sveikatai reikalingą ypatybę lavinti svarbu nuo vaikystės, nes su amžiumi organizmo lankstumas mažėja. Todėl vaikų sąnarių lankstumu rūpintis būtina pradėti jau dabar, kad nekiltų sąnarių ir raumenų būklės problemų suaugus.

Lapkričio 7-11 dienomis lopšelio- darželio „ Alksniukas „ ugdytiniai dalyvavo mankštose skirtose gerinti laikyseną.