

Aktualności

22.06.2021 18:52

W dniu 22 czerwca br. obchodziliśmy w naszej szkole Dzień Sportu. Z tej okazji dla uczniów II etapu edukacyjnego przygotowana została wspaniała zabawa. Były to zawody składające się z konkurencji sportowych. Drużyny męskie musiały sprostać wielu trudnym zadaniom. Oprócz tego uczestnicy wzięli udział w wielu wymagających konkurencjach sprawnościowych. Niezapomnianych wrażeń dostarczyła zabawa w Mega piłkarzyki - to gra w piłkę nożną na ogromnym dmuchanym boisku, gdzie zawodnicy przyczepieni są do siebie za pomocą poprzeczek, które w znacznym stopniu ograniczają ich ruchy. Uczniowie próbowali również swoich sił na dmuchanej tarczy Dart. Gra polegała na tym, aby trafić w tarczę rzucając specjalne piłki, które przyczepiają się do niej. Dziewczęta natomiast ruch połączyły z muzyką biorąc udział w zajęciach z aerobiku. Uczennice spędziły czas w sposób aktywny, poznały ćwiczenia wzmacniające mięśnie oraz kształtowały poczucie rytmu. W ramach realizowanych w naszej szkole programów profilaktycznych odbyła się również w tym dniu prelekcja Pani dietetyk. Pani dietetyk w przystępny sposób omówiła tematykę dotyczącą zasad zdrowego odżywiania. Przedstawiła prawidłowy rozkład posiłków w ciągu dnia. Motywowała do regularnej aktywności fizycznej i wielokrotnie podkreślała znaczenie prawidłowego żywienia i jego bezpośredniego wpływu na kondycję człowieka w dalszych latach życia. W tym dniu również odwiedzili nasza szkołę szczególnie goście Sekcja Limanowa Grupy Podhalańskiej Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego. Podczas spotkania podzielili się wiedzą na temat bezpieczeństwa w górach, podstawami pierwszej pomocy oraz zaprezentowali sprzęt do ratownictwa górskiego.

Wszyscy uczestnicy otrzymali zdrowe nagrody w postaci owoców i

warzyw.

Gratulujemy zwycięzcom konkurencji sportowych, dziękujemy wszystkim Gościom oraz Uczestnikom za udział w naszej imprezie i życzymy wytrwałości w kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych i sprawnościowych.



>>> [Galeria 1](#) <<<

>>> [Galeria 2](#) <<<

>>> [Galeria 3](#) <<<

>>> [Film](#) <<<