W dzisiejszych czasach coraz częściej dzieci i młodzież spędzają czas przed komputerem, telefonem, czy oglądając godzinami telewizję. Coraz mniej wychodzą na zewnątrz, a wybierają bierną aktywność. Dobrą alternatywną jest udział w zajęciach sportowych, które mogą wyjść poza schematy szkolne.
Na takie zajęcia wybrała się klasa 8 A, która odwiedziła Klub sportowy „Workout”.

{joomplucat:734 limit=2|catlink=1|ordering=random}

Zajęcia poprowadzone zostały przez doświadczonego trenera. Podczas zajęć instruktor Bartek pokazał: jak uderzać ciosy proste, jak kopać lowkick oraz technikę z bjj(brazylijskie jiu-jitsu). Szczególnie ważny był integracyjny charakter naszych zajęć. Pozwolił on na rozładowanie napięć, stresu, pokonanie nieśmiałości. Był całkowicie bezpieczną formą zabawy, pobudzał wszystkie zmysły, ale także „łamał” bariery pomiędzy uczniem
a nauczycielem. Nauczyliśmy się poczucia wspólnoty i wzajemnej współpracy, a także zdrowej rywalizacji.
Dziękujemy za wspaniałą zabawę i wspaniale spędzony czas!

Emilia Sobczak- Chudzik i uczniowie klasy 8 A