

Dzięki współpracy z panią Aleksandrą Berger, panią Agnieszką Poznańską oraz z panią Magdą Mróz, dzieci z naszej świetlicy mają okazję skorzystać ze "Sport Klubów" w ramach programu "WF z AWF".

Sport Kluby to dodatkowe nieodpłatne pozalekcyjne zajęcia sportowe, których celem jest:

- aktywizacja dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych, która umożliwi poprawę kondycji fizycznej po okresie hipokinezji w czasie epidemii SARS-CoV.
- monitorowanie stanu kondycji fizycznej dzieci i młodzieży oraz wsparcie uczniów w powrocie do pełnej sprawności fizycznej po okresie nauki zdalnej, walka ze skutkami pandemii koronawirusa.

SPORT KLUB W SP NR 3 to także ATLETYKA TERENOWA:

marsze, marszobiegi i biegi po urozmaiconym terenie, marszobiegi za liderem, skoki terenowe, z miejsca, z marszu i biegu, wyskoki w górę, wieloskoki, skoki przez przeszkody, rzuty piłkami, rzuty do celu.

Gry i zabawy ruchowe są bardzo ważne w rozwoju dziecka, a te na świeżym powietrzu są wręcz nie do przecenienia. Badania dowodzą, że zabawy na dworze hartują i wzmacniają odporność, a i wspomagają prawidłowy rozwój dzieci na wszelkich możliwych płaszczyznach, w każdym zakresie. Kilka minut spędzonych na dworze to trening, który buduje siłę, poprawia koordynację ruchową, doskonali sprawność i gibkość – i to od stóp do głów. Co nie mniej ważne – ćwiczy umysł, rozbudza fantazję, podnosi samoocenę i uczy współpracy w grupie. Dlatego zachęcamy dzieci do wychodzenia na podwórko i stwarzamy jak najwięcej okazji do ruchu. W czasie trudnych warunków pogodowych /deszcz, mróz/ zajęcia będą odbywały się w budynku szkolnym.

{joomplucat:774 limit=2|catlink=1|ordering=random}

Łukasz Ćwiek