

W dniu 26.XI.2015r. w świetlicy Szkoły Podstawowej Nr 3 w Lubartowie

mieliśmy zaszczyt gościć trenera kadry narodowej oraz wielokrotnego

Mistrza Świata Taekwon-do, p. Jarosława Suskę

Sport w życiu najmłodszych odgrywa bardzo ważną rolę. Dzięki niemu dzieci są nie tylko zdrowsze, ale także bardziej pewne siebie, co pozytywnie wpływa na nawiązanie kontaktów z rówieśnikami. Ponadto wzmacniana jest koncentracja, motywacja, wytrwałość w dążeniu do celu, umiejętność znoszenia porażek i przyjmowania krytyki oraz umiejętność pracy zespołowej. Wbrew pozorom, sztuki walki nie zachęcają do agresywnych zachowań, a dziecko które je trenuje nie wszczyna konfliktów, a wręcz odwrotnie- potrafi je skutecznie rozwiązywać bez użycia siły. Dzięki treningom można odnaleźć ujście dla nadmiaru energii. Zajęcia Taekwon-do są czasem spędzonym aktywnie, czego często brakuje w dobie komputerów, internetu i telewizji. Ponadto dzieci uczą się zasad dojrzałego postępowania, tj.: grzeczności, uczciwości, wytrwałości, samokontroli i odwagi na których powyższe zajęcia bazują.

Podczas spotkania, dzieci mogły same się o tym wszystkim przekonać. Pan Jarosław Suska wraz z Łukaszem Małyską i Adrianem Borzęckim zaprezentowali układy taekwondo, walki oraz elementy samoobrony. Duże wrażenie na uczniach zrobiło rozbijanie desek (w tym również przez samego Mistrza Świata, p. Jarka), za co zostali nagrodzeni gromkimi brawami. Po zapoznaniu się z podstawowymi technikami TKD, dzieci miały możliwość spróbowania swoich sił w rozbijaniu desek (co wcale nie należy do łatwych rzeczy nie mając opanowanej techniki!). W trakcie pokazu, zostały również zaprezentowane medale p. Jarka. Uczniowie mogli poczuć się jak prawdziwi mistrzowie. Nie obyło się także bez przymierzania rękawic bokserskich i uderzeń/ kopnięć w tarczę, co wywołało wiele radości. Po aktywnym pokazie TKD, gdzie dzieci mogły wysłuchać, zobaczyć i spróbować swoich sił w tej fascynującej dyscyplinie sportowej, trener rozdał wszystkim uczestnikom pamiątkowe karty.

Serdecznie dziękujemy

trenerowi kadry narodowej TAEKWON-DO p. Jarkowi Susce

oraz Łukaszowi Małysce i Adrianowi Borzęckiemu

za przeprowadzenie ciekawych i aktywnych zajęć dla dzieci

w świetlicy Szkoły Podstawowej Nr 3 w Lubartowie.

Wyrażając swą wdzięczność,

życzymy powodzenia, dalszych sukcesów

oraz satysfakcji z podejmowanych przedsięwzięć.

{joomplucat:141 limit=2|catlink=1|ordering=random}

Kinga Majcher