

WYSKOKOWA LEKCJA WF

W dniu 30.05.2019r. nauczycielki WF zorganizowały wyjazd w którym uczestniczyło 50 uczniów z klas 4-6.

Po rozgrzewce z instruktorem dzieciaki bawiły się w berka, zagrały w zbijaka, ćwiczyły wsady do kosza oraz próbowali swoich sił na torze przeszkód.

Skakanie na trampolinach dodaje energii, wzmacnia mięśnie, poprawia zdolności motoryczne i równowagę, a co najważniejsze daje mnóstwo frajdy dzieciakom i starszym też. Mogliśmy poćwiczyć na trampolinach od najprostszych zakończonych basenem z gąbkami po trampoliny wyczynowe, które wymagają większych umiejętności.

Wysokowe lekcje WF cieszą się ogromną popularnością wśród uczniów naszej szkoły, którzy już czekają na kolejny wyjazd do parku trampolin.

A. Ożarek