

4B - Aktywność ruchowa to Nasze drugie imię 😊

Regularna aktywność fizyczna daje nam wiele korzyści! Należy o tym zawsze pamiętać! Aktywność ruchowa to jeden z najskuteczniejszych sposobów zapobiegania chorobom cywilizacyjnym.

Cytaty o zdrowiu i aktywności fizycznej, które uświadomią Wam jak ważne jest dbanie o siebie:

„Na większość chorób najlepszym lekarstwem jest ruch.”

„Ruch może zastąpić wszystkie lekarstwa, ale żadne lekarstwo nie jest w stanie zastąpić ruchu.”

Mając powyższe na uwadze, uczniowie klasy 4B, postanowili łączyć aktywność ruchową z integracją zespołu klasowego.

W dniu 1.10 .2021 klasa 4B w ramach wycieczki klasowej wyjechała na Basen w Strawczynku.

Na uczniów klasy 4B czekało mnóstwo atrakcji, m.in.:

- ✓ Klasyczny basen sportowy o wymiarach 25 m x 12,5 m i głębokości od 130 do 180 cm,
- ✓ BASEN REKREACYJNY - zespół połączonych niecek rekreacyjnych, na które składają się: basen do nauki pływania o głębokości 120 cm, a także basen rekreacyjny z dziką rzeką, leżankami napowietrzającymi, masażerami karku i masażerami bocznymi oraz gejzerami.
- ✓ ZJEŹDŻALNIA
- ✓ Brodzik dla najmłodszych dzieci o głębokości 30 cm.
- ✓ JAKUZZI



Link do galerii: <https://photos.app.goo.gl/YtP5MR2dujUr2gYi9>

Drugą wycieczką, która była prezentem mikołajkowym od rodziców, był wyjazd do LASER SPACE KIELCE – Laserowego Paintballa.

Uczniowie klasy 4B odbyli dwie gry w Laser Tag – laserowy paintball. Pierwsza indywidualna, a druga drużynowa – dziewczęta na chłopców. Każdy z uczniów mógł się przejechać wirtualnym rollercoasterem, przejść laserowy labirynt, i zmierzyć się w laserowej strzelnicy.

Paintball laserowy to doskonała zabawa dla dzieci i dorosłych

Bawiliśmy się wyśmienicie.

Dziękujemy rodzicom za prezent!!!



Link do galerii: <https://photos.app.goo.gl/MagMskAkXK3LrJs98>

Wychowawca 4B - Grzegorz Opara