

Moją pasją jest sport

Po raz kolejny w świetlicy Zespołu Szkół w Choroszczy odbyły się zajęcia z cyklu „**Dzielimy się doświadczeniami – uczymy innych**”.



Uczniowie z klasy IIIa Stanisław Lebedziński i Kamil Markiewicz przygotowali i przeprowadzili dla młodszych kolegów z klas 4-6 zajęcia „**Moją pasją jest sport**”. Tematem przewodnim prezentacji były sporty zimowe i czołowi sportowcy zdobywający medale na Igrzyskach Olimpijskich w Sochi. Uczniowie, którzy wcieli się w role nauczyciela, zachęcali do rozwijania swoich zainteresowań, pasji

i udowadniali, że sport jest świetnym sposobem na spędzanie wolnego czasu. Wypad na basen, mecz z kolegami, wyścigi rowerowe są naprawdę znacznie ciekawsze od siedzenia przed komputerem czy telewizorem. Gimnazjaliści przekonywali, że sport to znakomita zabawa i źródło radości, zwłaszcza gdy uda się strzelić gola. Nie każdy może być maratończykiem, karateką, czy tenisistą, ważne, żebyś znalazł taką dyscyplinę, w którym będziesz się mógł realizować. Uczniowie również przygotowali quiz wiedzy o polskich znanych sportowcach, który cieszył się ogromnym zainteresowaniem.

Sport to zdrowie!!! Uprawiając sport w dzieciństwie, zwiększasz szanse na bycie zdrowym człowiekiem w wieku dojrzałym.

Aktywność fizyczna m.in. poprawia wydolność organizmu, dotlenia mózg i młody organizm, wzmacnia kości, podnosi odporność. Sport poprawia wyniki w nauce. Ruch na świeżym powietrzu dotlenia organizm, relaksuje, dodaje energii, poprawia koncentrację, tym samym sprawia, że nauka przychodzi łatwiej i szybciej.



Beata Guziejko, Anna Kozłowska