Każdy uczeń chce zostać siłaczkiem - lekcja 3

Zajęcia pt. "Każdy uczeń chce zostać siłaczkiem" miały na celu uświadomienie wpływu aktywności fizycznej na stan zdrowia oraz zwiększenie sprawności fizycznej. Podczas zajęć uczniowie siedząc w kole w siadzie skrzyżnym poznali, dlaczego aktywność fizyczna jest tak ważna dla naszego ciała i dobrego samopoczucia. Przebieg dalszej części lekcji wyglądał następująco. Dzieci bawiły się w zabawę bieżną "Słońce świeci i deszcz pad". Wyzwanie sportowe "Zostań siłaczkiem" cieszyło się dużym zainteresowaniem. Uczniowie podzieleni na dwa zespoły wykonywali poszczególne ćwiczenia:

- bieg do pachołków i z powrotem

- bieg do pachołka z piłką między nogami

- przejście równoważne po ławeczce

- rzut woreczkiem do celu

- bieg na czworakach wzdłuż skakanki.

Wszyscy bardzo się starali a najbardziej zdeterminowani otrzymali pamiątkowe certyfikaty. Na zakończenie zmagań uczniowie zabawili się w zabawę uspakajają "Ręka, noga…" przy której było dużo śmiechu i zabawy.