WF dla dziewczyn - zadanie dodatkowe wykonane

Z badań wynika, że dziewczyny częściej niż chłopcy zwalniają się z lekcji WFu i mniej je lubią. Wraz z wiekiem ta niechęć do aktywności fizycznej się pogłębia. Wychodząc naprzeciw temu, w naszej szkole 05.12.2014 r.została zorganizowana w ramach programu WF z Klasą specjalnie dla dziewczyn lekcja aerobiku z elementami Zumby. Zajęcia przy muzyce poprowadziła mgr **Katarzyna Misiura-Granda**
oraz uczennica klasy
1 TEF **Sylwia Sowa**. W lekcji wzięły udział klasy : 1 THL, 1 TEF, 1PP, 4 TM oraz 4 TFH, w sumie 60 osób. Gościnnie tanecznego kroku dotrzymała młodzieży nauczycielka języka angielskiego mgr **Maria Grzesiak**

{besps}/2014_2015/aerobik/{/besps}
Aerobik jest świetnym ćwiczeniem aerobowym, dobrze wpływającym na zdrowie i samopoczucie. Możliwość oderwania się od codziennych zajęć i wypoczynku od jakiegokolwiek wysiłku umysłowego same w sobie stanowią ogromną zaletę.
Jest to również fajna forma spędzania wolnego czasu przez nastolatków po zajęciach szkolnych. Mamy nadzieje, że chociaż w jakimś stopniu zachęciłyśmy dziewczęta do aktywności ruchowej nie tylko na lekcji WFu, ale też poza szkołą.