



W celu uatrakcyjnienia zajęć z wychowania fizycznego organizowane są wyjścia poza teren szkoły do pobliskiego parku. Przeprowadzane są lekcje z nordic walking na których poznajemy prawidłową technikę chodu oraz różnego rodzaju ćwiczenia z kijkami. Podczas tych zajęć wykorzystujemy siłownię na wolnym powietrzu gdzie wzmacniamy i rozciągamy różne partie mięśni. Zajęcia te cieszą się ogromnym zainteresowaniem i są alternatywnym sposobem spędzania wolnego czasu w sposób aktywny.

<https://www.youtube.com/watch?v=oH8T3Wmmazc&feature=youtu.be>