

Aktywna jesień w „Ekonomie”

Zespół Szkół Nr 1 w Limanowej wciąż się rozwija i pięknieje, zmienia się także jego otoczenie. Pedagodzy dbają o wszechstronny rozwój wychowanków – nie tylko intelektualny, ale także o ich zdrowie i kondycję fizyczną.

Na uczniów rozpoczynających nowy rok szkolny 2018/19 czekała niespodzianka – nowo otwarta siłownia zewnętrzna, z której nasza młodzież może korzystać bez ograniczeń, nie tylko na lekcjach WF-u. Nauczyciele zachęcają do wykorzystania sprzyjającej jesiennej aury, łapania ostatnich promieni słońca i aktywnego odpoczynku w czasie przerw międzylekcyjnych lub po lekcjach.



Trening na świeżym powietrzu dotlenia organizm, poprawia krążenie krwi, pozytywnie wpływa na odporność oraz pomaga się odprężyć i wyciszyć. Aktywność fizyczna pobudza także mózg do wydzielania endorfin – hormonów szczęścia. Czy trzeba Was jeszcze przekonywać do korzystania z nowej siłowni plenerowej przy „Ekonomie” ?;-)

Szkoła serdecznie dziękuje Radzie Rodziców za współfinansowanie tej inwestycji.