



## Dzień Sportu i Profilaktyki

**30 maja 2018 roku w ZS nr 1 w Limanowej odbył się Dzień Sportu i Profilaktyki, podczas którego miały miejsce pokazy i konkurencje dla uczniów przygotowane przez nauczycieli w-f pod przewodnictwem Bartłomieja Kempnego oraz przez Szkolną Grupę „Apetyt na Zdrowie” pod przewodnictwem Agnieszki Sułkowskiej i Doroty Żelasko.**

Dzień Sportu i Profilaktyki otworzyła Dyrektor Szkoły Joanna Rudek. Następnie młodzież z grupy tanecznej Cheerleaders „Keddex” SP Nr 3 w Limanowej zaprezentowała pokaz taneczno – akrobatyczny. Kolejnym punktem był udział w pokazach profilaktycznych: akcji ratowniczej podczas wypadku samochodowego zaprezentowanej przez Auto Moto Klub Limanowa, przy współpracy z Ochotniczą Strażą Pożarną z Podłopienia oraz akcji ratowniczej na wysokości w wykonaniu Ochotniczej Straży Pożarnej z Podłopienia. Młodzież z podekscytowaniem śledziła symulowaną akcję ściągania uszkodzonego parolotniarza z drzewa oraz osoby uwięzionej na wysokim piętrze budynku szkoły. *Te niezwykle ciekawe akcje odbyły się po raz pierwszy w naszej szkole, a ich komentatorem był nasz wieloletni nauczyciel EdB Robert Papież, który zawsze bardzo chętnie dzieli się z młodzieżą swoją fachową wiedzą z tego zakresu – poinformowali organizatorzy.*

Po pokazach profilaktycznych odbyły się wesołe konkurencje sportowe: przeciąganie liny, konkurs rzutów osobistych, skoków na skakance (styl żabką), wyścigi w workach, konkurs strzałów na bramkę, rzutów do celu, turniej klasowych rozgrywek koszykówki chłopców, turniej piłki rzucającej na czas. Tego dnia pogoda dopisała na przeprowadzenie aktywności i zawodów na zewnątrz szkoły. Uczniowie wzięli udział w konkurencjach z: nordic walking, rzutu granatem, konkursie strong man.

Dodatkowo młodzież odwiedzała stoiska profilaktyczne, gdzie skorzystała z udzielanych porad i przejść tor przeszkód z alkohogłami i narkogłami:

-Auto Moto Klub w Limanowej: pokaz i ćwiczenia praktyczne w udzielaniu pierwszej pomocy przedmedycznej,

-Ochotnicza Straż Pożarna w Podłopieniu: pokaz wyposażenia samochodu strażackiego, pokaz resuscytacji krążeniowo – oddechowej

-Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Limanowej: wykonanie przez starszego asystenta ds. Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia Ewę Wątrobę, badania poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu oraz możliwość przejścia toru przeszkód z alkohogłami lub narkogłami,

- Szkolna Służba Zdrowia: wykonanie przez higienistkę Janinę Marcisz pomiaru ciśnienia lub cukru we krwi, obliczanie BMI,

- Szkolna Grupa „Apetyt na Zdrowie”: profilaktyka zdrowego stylu życia – zdrowe i pyszne przekąski oraz soczki, złote myśli przewodnie na każdy dzień, test na określenie samooceny, młodzież z klasy 1P i 1G, pod okiem Barbary Jabłońskiej.

Celem tego dnia, oprócz uśmiechu i dobrej zabawy, było przede wszystkim upowszechnianie wiedzy i zachowań prozdrowotnych, promocja zdrowego odżywiania oraz aktywności fizycznej każdego dnia oraz zwiększenie kręgu osób wśród społeczności szkolnej potrafiących podjąć właściwe działania związane z udziałem w wypadku drogowym oraz z udzielaniem pierwszej pomocy przedmedycznej – mówią organizatorzy, składając przy tym podziękowania dla wszystkich zaangażowanych w przeprowadzenie Dnia Sportu i Profilaktyki w ZS nr 1 w Limanowej.

Galeria na [Facebooku szkoły](#)

źr.oprac./fot.: ZS nr 1 Limanowa