

## Aerobic ze starszakami z Jedyneczki



W czwartkowe przedpołudnie 22 września **uczniowie klasy II a** pod opieką wychowawczynie **Magdaleny Dudkiewicz i pani Karoliny Gawlik** gościli w **Przedszkolu nr 1 w grupie V** na aerobiku. Po zabawie integracyjnej dzieci utrwaliły sobie pojęcie „aerobik” oraz zasady bezpiecznej aktywności fizycznej: dbałość o strój, świeże powietrze, rozgrzewkę, relaks i oczywiście nawodnienie organizmu. Przy dźwiękach energicznej muzyki rozpoczęliśmy aerobik. Dzieci wraz z paniami ćwiczyły z dużym zaangażowaniem i uśmiechem na twarzach. Po 1 rundzie zmęczone osoby ustąpiły miejsca bardziej wytrzymałym i dopingowały kolegów w 2 rundzie. Pozytywnie zmęczeni wszyscy poczuli przyływ dobrej energii i humoru. Panie z kuchni przygotowały pyszną lemoniadę na ugaszenie pragnienia dla młodszych i trochę starszych sportowców.

**Dziękujemy Pani Oldze Małkiewicz i przedszkolakom za zaproszenie do wspólnej zabawy!  
Do szybkiego zobaczenia!**

**Dudkiewicz Magdalena**