

W dniu 25 września 2014 r. odbyła się szkolna akcja „**SPACER PO ZDROWIE**”.

Była to akcja związana z aktywnością ruchową uczniów. Wszyscy uczniowie wraz z wychowawcami i opiekunami udali się na piesze wycieczki po okolicy.

Akcja miała na celu: propagowanie turystyki pieszej jako formy spędzania czasu wolnego i podnoszenia sprawności fizycznej wśród uczniów, propagowanie zachowań pro-zdrowotnych i pro-ekologicznych, promocję aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia oraz promowanie aktywnego wypoczynku. Ponadto uczniowie mogli poznawać szlaki turystyczne, podziwiać walory krajoznawczo - turystyczne i historyczne regionu oraz mieli możliwość integracji.

Klasy I a, Ib, Ic wybrały się na spacer po najbliższej okolicy.









Klasa II a wraz z klasą II b najpierw pojechali busami do Kasinki Małej. Potem pieszo dotarli do Bazy Szkoleniowo-Wypoczynkowej „Lubogoszcz”. Po drodze podczas krótkich odpoczynków, dzieci miały okazję podziwiać piękno krajobrazu. Podczas pobytu na Lubogoszczy chłopcy rozegrali mecz piłki nożnej, a dziewczynki im kibicowały. Było ognisko i pieczone kiełbaski. Uczniowie poznali legendę o chłopcu z Pcimia, który został wykarmiony przez łanię, żyjącą w lasach na Lubogoszczy. Pogoda dopisała. Wycieczka była naprawdę udana.





Klasa III a odwiedziła okolice byłej szkoły w przysiółku Pcim - Krzywica.
Przy szkole na placu zorganizowano dla dzieci gry i zabawy ruchowe.



Klasa III b oraz wszystkie klasy IV udały się na górę Gracze.









Klasa V a i V b wraz z opiekunami Panią Małgorzatą Dziadkowiec, Panią Anną Muniak oraz Panią Grażyną Paluch.

Wyruszyliśmy spod szkoły o godz. 8.30. Mieliśmy do pokonania około 5 km. Po drodze podziwialiśmy piękny krajobraz Pcimia Sucheja. Dotarliśmy na miejsce po 1 godzinie. Na boisku z kolegami zagraliśmy w piłkę nożną. Dziewczyny grały w siatkówkę. Czas płynął nam bardzo szybko. Byliśmy zaskoczeni gdy Pani powiedziała: „Wracamy do szkoły”.



Spacer po zdrowie klas VI a i VI b

Wycieczka na Kotoń. Jako opiekunowie wyruszyli z nami p. M. Maczuga, p. M Gmyrek, p. A. Bednarczyk oraz ks. B. Borek. Zbiórka pod szkołą była o godz. 9.00 i razem wyruszyliśmy do celu. Po drodze dołączali do nas koledzy mieszkający na Kącie. Pierwszy postój odbył się po 45 min. Po krótkim odpoczynku grupa poszła dalej.

Droga prowadziła przez las. W końcu dotarliśmy na miejsce, które nas zachwycało. Próbowaliśmy rozpalić ognisko, lecz nam to nie wyszło. Poprosiliśmy o pomoc ks. Bogusia i udało się. Była szansa, że zjemy pyszne kiełbaski... Były bardzo smaczne.

Potem graliśmy w „śledzia”, „krowę”, itp. Świetnie się przy tym bawiliśmy. Najbardziej rozśmieszał nas kolega Kacper, który przebrał się za własną babcię.

W czasie, gdy my się bawiliśmy pani Ania przyniosła z pobliskich domów wodę i ksiądz zagasił ognisko.

Pod koniec wycieczki panie ogłosiły konkurs na najpiękniejszy album przyrodniczy. W drodze powrotnej zbieraliśmy różne rośliny do naszego albumu.

Niektórzy wraz z panią Maczugą byli zmęczeni i zasapani. Do szkoły dotarliśmy o godz. 12.30. Wycieczka była zabawna i ciekawa. Nauczyliśmy się, że musimy sobie więcej pomagać.

Warto było pójść na tą wycieczkę i zobaczyć Kotoń, jeden z rejonów Pcimia.







Każda aktywność fizyczna w pozytywny sposób wpłynie na nasz organizm.

Zaletami udziału w wycieczkach pieszych są:

- dotlenienie świeżym powietrzem,
- przebywanie na łonie natury,
- dopasowanie tempa do swoich możliwości,
- odstresowanie,
- aktywny wypoczynek,
- poprawa kondycji.