

Gimnastycy UKS „Orlik” - aktywnie odpoczywają i zdrowie zdobywają

Młodzi gimnastycy z UKS „Orlik” dzięki Programowi Rządowemu Mikro Granty Fundacji Orły Sportu aktywnie spędzili końcówkę wakacji. W dniach 28 sierpnia 2023 roku do 1 września 2023 roku brali udział w zajęciach sportowych „Aktywnie odpoczywam -zdrowie zdobywam”.

Podczas zajęć dzieci brały udział w treningach gimnastycznych i zabawach sportowych na obiektach Centrum Rekreacji i Sportu, korzystały z zajęć na Pływalni Miejskiej, dwa razy wyjechały na treningi na Jump Arenę do Torunia, a także brały udział w warsztatach żywieniowych.

Poprzez organizację zajęć sportowych „Aktywnie odpoczywam - zdrowie zdobywam” uczestnicy zajęć nabyli wiele kluczowych dla ich rozwoju kompetencji, takich jak nawyk zdrowego życia sportowego i aktywnego spędzania czasu wolnego, umiejętność pracy w grupie, wytrwałość, pracowitość, świadomość zdrowego odżywiania i poczucia własnej wartości. Program wsparł nasze działania w promowaniu zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży, a także przyczynił się do wzrostu poziomu sportowego naszych zawodników. Pomógł w rozwijaniu zainteresowań naszych wychowanków i wzmocnił działania profilaktyczne w przeciwdziałaniu wszelkiego rodzaju niekorzystnym zjawiskom społecznym (agresja, przemoc, uzależnienia od internetu). Dzieci poprzez sport i rywalizację kształtowały prawidłowe cechy charakteru i zachowanie fair play. A co najważniejsze aktywnie spędzały czas wolny, co wpłynęło korzystnie na ich zdrowie i rozwój społeczny.

