

„Aktywność fizyczna zamiast używek - razem z nami chodź z kijkami! Marsz Nordic Walking - nauka techniki”

written by Bartosz Kowalski | 18 marca 2026



Szkoła Podstawowa Nr 3 w Darłowie dnia 1 marca br. rozpoczęła projekt, którego głównym założeniem była nauka techniki Nordic Walking dziewcząt i chłopców klas 7 - 8. W związku z realizacją projektu zostały zakupione kijki do uprawiania tej techniki, sfinansowane ze środków Miejskiego Programu Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Darłowie.

Projekt miał charakter wieloaspektowy. Obejmował działania ukierunkowane na integrację środowiska szkolnego, rozwój sprawności ruchowej, promocję zdrowego stylu życia oraz kształtowanie umiejętności współpracy i aktywnego spędzania czasu wolnego.

Podjęte przez nauczycieli i młodzież działania wpisują się w Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii poprzez wdrażanie nawyku aktywnego spędzania czasu wolnego a także uczenia się nowej aktywności ruchowej, która pomaga rozładować stres, negatywne emocje, a przede wszystkim pokazuje zdrowy, wolny od nałogów i bezpieczny styl życia.

Zajęcia cieszyły się dużym zainteresowaniem wśród uczniów, dostarczyły im wiele radości i pozytywnej energii.

Mamy nadzieję, że poznana technika Nordic Walking będzie chętnie wykorzystywana przez uczniów także poza zajęciami szkolnymi, czego serdecznie życzymy.











