

Каникулы - с пользой!

На осенних каникулах, 29 октября, ученики 7 и 8 классов посетили просторный батутный центр Airo Active Park, в котором жизнь была ключом!

Перед выходом на сами батуты инструктор проводит небольшую разминку, направленную на растяжку основных групп мышц. После чего предоставляется полная свобода действий, и мы с головой погрузились в детство и прыгали, делая всевозможные пируэты и сальто. Можно было носиться по всему залу свободно, не ожидая никуда очереди и не боясь с кем-нибудь столкнуться.

Оказывается, прыгать на батуте не только весело, но и очень полезно: работают все мышцы тела, тренируется сердечно – сосудистая система и легкие, прыжки оказывают полезное воздействие на кости и суставы, развивают координацию движений и помогают сжечь около 1000 калорий за 1 час!!!

То время, которое мы провели в Airo Active Park, прошёл незаметно для нас. Я посетила много батутных центров, но с уверенностью могу сказать, что этот - самый лучший!

Костина Маргарита, 8 класс

На каникулах нашему классу выдалась отличная возможность попасть в батутный центр. Там есть сложная полоса препятствий и счётчики, с помощью которых можно засесть время. Каждый из нас смог почувствовать себя настоящим скалолазом!

Маляндра Юлиана, 7 класс

Теплым, солнечным октябрьским днем во время осенних каникул мы отправились на школьном автобусе в Планетарий центра науки «Коперник» в Варшаве. Там мы познакомились с познавательным мультфильмом «Алло, Земля!», рассказывающем о том, в чем заключается суть общения и возможно ли общение с другими обитателями космоса. Смотрели мы его на сферическом экране планетария. Благодаря применению уникальной технологии, мы смогли не просто смотреть фильм, но также ощущать его через звук, музыку и изображения, окружающие их со всех сторон. Наушники с переводом на родной язык очень помогли нам. Думаем, что продолжим знакомство с программой планетария, хотим почувствовать себя астронавтами, совершающими полет в космос с героями фильма «Астронавт».

5 класс