Gimnastyka korekcyjna w dzierżoniowskich podstawówkach

19-11-2026



Fot. AI Gemini

Dobiega końca realizacja projektu, dzięki któremu w dzierżoniowskich szkołach podstawowych prowadzona jest gimnastyka korekcyjna. W tym roku dofinansowanie wyniosło 20 000 zł. Te pieniądze pochodzą z Funduszu Zajęć Sportowych dla Uczniów na realizację zajęć z gimnastyki korekcyjnej w ramach umowy podpisanej z Ministerstwem Sportu i Turystyki. Łączna wartość projektu wynosi 54 000 zł.

Zajęcia, które rozpoczęły się w lutym, potrwają do grudnia 2026 r. Uczestniczy w nich 259 uczniów klas I–III z czterech dzierżoniowskich szkół podstawowych (SP 1, SP 3, SP 5 i SP 9)

Gimnastyka korekcyjna to ważny element profilaktyki zdrowotnej najmłodszych. Regularne ćwiczenia pomagają kształtować prawidłową postawę ciała, wzmacniają mięśnie odpowiedzialne za stabilizację kręgosłupa, poprawiają sprawność fizyczną, koordynację ruchową i gibkość. Odpowiednio dobrane zestawy ćwiczeń pozwalają również korygować nieprawidłowe nawyki ruchowe i zapobiegać pogłębianiu się wad postawy.

Zajęcia prowadzone są w formie dostosowanej do wieku i możliwości dzieci, tak aby aktywność fizyczna była nie tylko pożyteczna, ale również atrakcyjna i pełna dobrej zabawy. To inwestycja w zdrowie najmłodszych mieszkańców Dzierżoniowa, która pomaga budować dobre nawyki ruchowe już od pierwszych lat nauki.