

Tydzień Tańca - IV edycja

Dlatego już czwarty rok z rzędu Szkoła Podstawowa nr 13 „weszła tanecznym krokiem” w II półrocze. W dniach 16 - 20 lutego 2026 roku, przez pięć dni sala gimnastyczna w SP 13 zamieniła się w taneczny parkiet, bo taniec to samo zdrowie. Energetyczna muzyka i kolorowe wizualizacje zachęcały uczniów do ruchu, oraz umożliwiały każdemu spróbowanie swoich sił, niezależnie od poziomu zaawansowania i wieku.

Uwalniane endorfiny podczas Tygodnia Tańca nie tylko redukowały stres, ale również zwiększały pewność siebie wśród uczniów i poprawiały ich samopoczucie. Ponadto badania wykazują pozytywny wpływ tańca na zachowanie prawidłowej masy ciała wśród dzieci i młodzieży, a także zapobieganie chorobom cywilizacyjnym takim, jak otyłość czy cukrzyca, dlatego nie czekaj, tylko tańcz!

Kto wie, może niektórzy uczniowie z „Trzynastki” odkryli w sobie - dzięki takim lekcjom - prawdziwy ukryty talent, który rozkwitnie w niedalekiej przyszłości... Dlatego dziękujemy wszystkim uczniom pozytywnie nastawionych do tej formy aktywności. I już zapraszamy Was za rok!

Nauczyciele wychowania fizycznego