

KOVINĖS SAVIGYNOS PAMOKA

Pakruojo sporto klubo „SKORPIONAS – BJJ“ treneris Modestas Ušinskas lankėsi gimnazijoje ir mielai sutiko praveisti kovinės savigynos parodomąją treniruotę vyresnių klasių mokiniams.

Pamokos tikslas – praktiškai pademonstruoti kaip per judėjimo formų įvairovę, galima ugdyti tvirto charakterio, savarankišką, nebijantį atsakomybės, ištikimą Tėvynei, paisantį moralės ir elgesio normų, gerbiantį Lietuvos įstatymus valstybės gynėją.

Dalyviai ne tik išgirdo naudingų patarimų, bet ir praktiškai atlikinėjo kovinės savigynos veiksmus.

Kūno kultūros mokytoja Lina Alekseriūnienė

