

PODSUMOWANIE CYKLU ZAJĘĆ KURSU SAMOOBRONY

W ROKU SZKOLNYM 2019/2020

W związku z zawartym w dniu 30 kwietnia 2019 roku Porozumieniem pomiędzy Komendantem Wojewódzkim Policji KWP w Poznaniu a Dyrektorem Bursy Szkolnej nr 1 w Poznaniu, na terenie Oddziałów Prewencji Policji KWP w Poznaniu, w terminach od 1 do 31 października 2019 roku oraz od 5 listopada do 3 grudnia 2019 roku, dla wychowanek bursy odbywały się dwa cykle pięcioletniowych zajęć praktycznych kursu samoobrony.

Półtoragodzinne zajęcia odbywały się cyklicznie w każde wtorkowe popołudnie przez 10 tygodni. Wychowanki ćwiczyły pod okiem instruktora samoobrony mł. asp. Roberta Gałęskiego. Wszystkie treningi polegały na poznawaniu i pogłębianiu znajomości chwytów obronnych, a w szczególności na uwalnianiu się z uchwytów przeciwnika w zależności od sytuacji. Dzięki zajęciom kursu samoobrony wychowanki ukształtowały swoje umiejętności właściwego zachowania w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia oraz podniosły wydolność fizyczną organizmu. Zajęcia kursu samoobrony cieszyły się dużym zainteresowaniem i frekwencją, i zaleca się ich kontynuowanie w przyszłym roku szkolnym

W kursie wzięło udział w sumie 29 wychowanek.

