

„Lekcje z Mistrzem”

W ramach programu **Mały Mistrz**, realizowanego w naszej szkole, uczniowie **klas II** mieli niezwykłą okazję uczestniczyć w wyjątkowym wydarzeniu – spotkaniu z wybitnym sportowcem Robertem Krasoniem, zorganizowanym w ramach inicjatywy „**Lekcje z Mistrzem**”.

„Lekcje z Mistrzem” to wyjątkowy projekt, którego celem jest promowanie aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia oraz inspirowanie dzieci poprzez bezpośrednie spotkania z uznanymi postaciami ze świata sportu. Wizyta Roberta Krasonia była doskonałym przykładem, jak wielką wartość mogą mieć takie spotkania dla młodych uczniów.

Robert Krason to utytułowany polski kickbokser i zawodnik **K1**, znany także z innych formuł sportów uderzanych. Na swoim koncie ma wiele sukcesów, w tym m.in.:

- **Złoty medal** Igrzysk Europejskich,
- Dwukrotne mistrzostwo Europy w formule **full contact**,
- **Srebrny i brązowy** medal mistrzostw świata,
- **Tytuły mistrza Polski** i udział w prestiżowych galach sportowych, takich jak **HFO** oraz **FEN**.

Podczas spotkania nasz gość opowiedział dzieciom o swojej sportowej drodze – od pierwszych treningów po największe sukcesy. Szczególną uwagę poświęcił takim wartościom jak systematyczność, wytrwałość, samodyscyplina oraz wiara w siebie, które – jak podkreślił – są kluczowe nie tylko w sporcie, ale również w codziennym życiu.

Nie zabrakło również aktywnej części spotkania – dzieci wzięły udział w pokazowym treningu prowadzonym przez Mistrza. Robert Krason zaprezentował kilka prostych, ale bardzo skutecznych ćwiczeń, które pomagają rozwijać koordynację, zwinność i sprawność fizyczną.

Na zakończenie uczniowie mogli zadać pytania, zrobić pamiątkowe zdjęcie. Takie wydarzenia to nie tylko spotkania z mistrzami sportu, ale również ważne lekcje motywacji, zdrowia i pozytywnych postaw, które mogą kształtować przyszłość młodych ludzi.

Dziękujemy Robertowi Krasoniowi za inspirującą wizytę i życzymy dalszych sukcesów - zarówno na arenie sportowej, jak i poza nią.

Poniżej znajdują się zdjęcia uczniów podczas spotkania z Robertem Krasoniem.