



Обучение по алтернативна физическа активност ще се проведе на 19 юни в БСУ

петък, 14 юни 2019

Публикувано от: Мариета Ханджиева



Обучение по алтернативна физическа активност ще се проведе на 19 юни в БСУ в катедра "Педагогика" от 09.00 до 16.00 часа. Инициативата е част от общинската програма "Активни и здрави Бургас".

Оптималното здравословно състояние е сериозен дивидент от направена инвестиция в придобиването на знания и изграждането на трайни навици в ранна детска възраст.

Културата на здравословен начин на живот е пряко свързана със самооценката и самочувствието, нивото на продуктивност и изява у човек. Доказано е, че навици за съзнателно дишане и движение, физическа и спортна дейност, изграждат здрава основа за разгръщане потенциала на децата и израстването им в добри, съзнателни и отговори граждани.

Обучението е насочено към **специалисти в Предучилищна и начална училищна педагогика.**

ЦЕЛ: Да се представят алтернативни и иновативни методи на физическа активност за деца и ученици на възраст между 3 и 10 години.

Обучението включва теория и практика. Акцентува се на интерактивни занимания със спортно образователен характер на открито, с игри развиващи емоционалната интелигентност, двигателната култура, личностното израстване. Интеграцията на "**Свободата на движение**" - практика включваща



съзнателно дишане, разтягане и движение, в унисон с момента и емоцията.

Лектори и водещи на практикум с доказани резултати в работата си с деца и подрастващи:

Вели Аслан - "Дишането - ключът!"

Юлиян Казепов - "Дишай осъзнато!"; "Дишането и децата!"

Стоян Димитров - "Ученик - учител"; "Спорт и забава"

Гергана Брънзова - "Съзнание и тяло в едно" ; "Свободата на движение"