



## В ДГ "Х.Кр. Андерсен" стартират практики за алтернативна физическа активност

понеделник, 18 ноември 2019

Публикувано от: Мариета Ханджиева

**ЗАЕДНО В БАЛАНС**  
СПОДЕЛЯНЕ НА АЛТЕРНАТИВНА ПРАКТИКА ЗА  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ

Интерактивни занимания със спортно - образователен характер.

Практика „Заедно в баланс“, включва:  
съзнателно дишане с леко и меко движение,  
за ума и тялото.

**10 минути**  
за достигане оптимална форма за изява  
на учениците и учителите.

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

Вели Аслан - "Дишането - ключът!"  
Юлиан Казепов - „Дишай осъзнато!“, „Дишането и децата!“  
Стоян Димитров - „Ученик - учител“, „Спорт и забава“  
Гергана Брънзова - „Съзнание и тяло в едно“ ; „Свободата на движение“

20 ноември 2019г., от 10:00ч. в ДГ „Х.К. АНДЕРСЕН“, Бургас

\* Инициативата е част от програмата "Активни и здрави" на Община Бургас

В детска градина "Х.Кр. Андерсен" пилотно ще стартират практики по алтернативна физическа активност, които са част от програмата "Активни и здрави" на Община Бургас. Тяхната цел е създаване на здравословни навици, които да станат част от ежедневието на учениците и да им помогнат да разгърнат своя умствен и физически потенциал. Интерактивните занимания със спортно-образователен характер включват практиката "Заедно в баланс".

Водещи на практикума с доказани резултати при работата с деца и подрастващи ще бъдат:

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".