

«Yoga και ιστορίες»



Περιεχόμενο Διδασκαλίας

Η δραστηριότητα μας περιέχει ένα διασκεδαστικό παιχνίδι φυσικής αγωγής με στάσεις yoga σύμφωνα με τις οποίες το παιδί καλείται να φανταστεί μια δικιά του ιστορία.

Μέθοδος Διδασκαλίας

Οι μέθοδοι διδασκαλίας που χρησιμοποιούνται είναι η βιωματική μέθοδος διδασκαλίας και η γυμναστική.

Μέσα – Υλικά Διδασκαλίας

Τα υλικά που θα χρειαστούμε για την εκτέλεση της δραστηριότητας μας είναι:

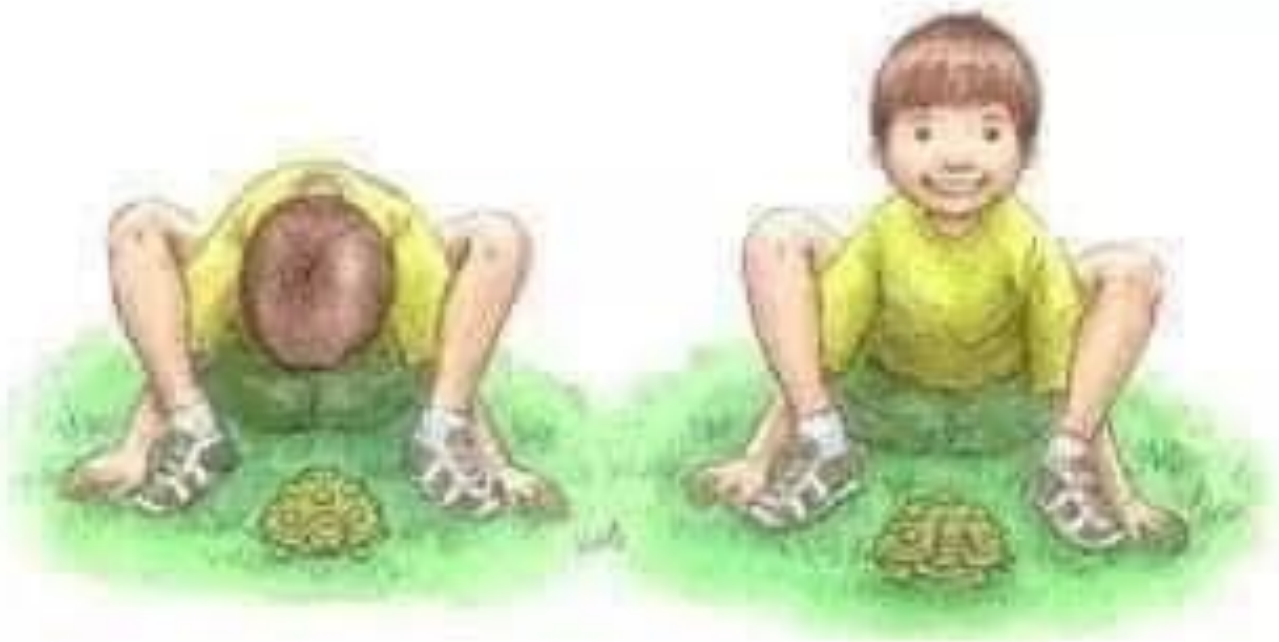
- Απαλή χαλαρωτική μουσική
- Εικόνες με στάσεις yoga

Περιγραφή / Διαδικασία εκτέλεσης δραστηριότητας

Το παιχνίδι παίζεται ως εξής:

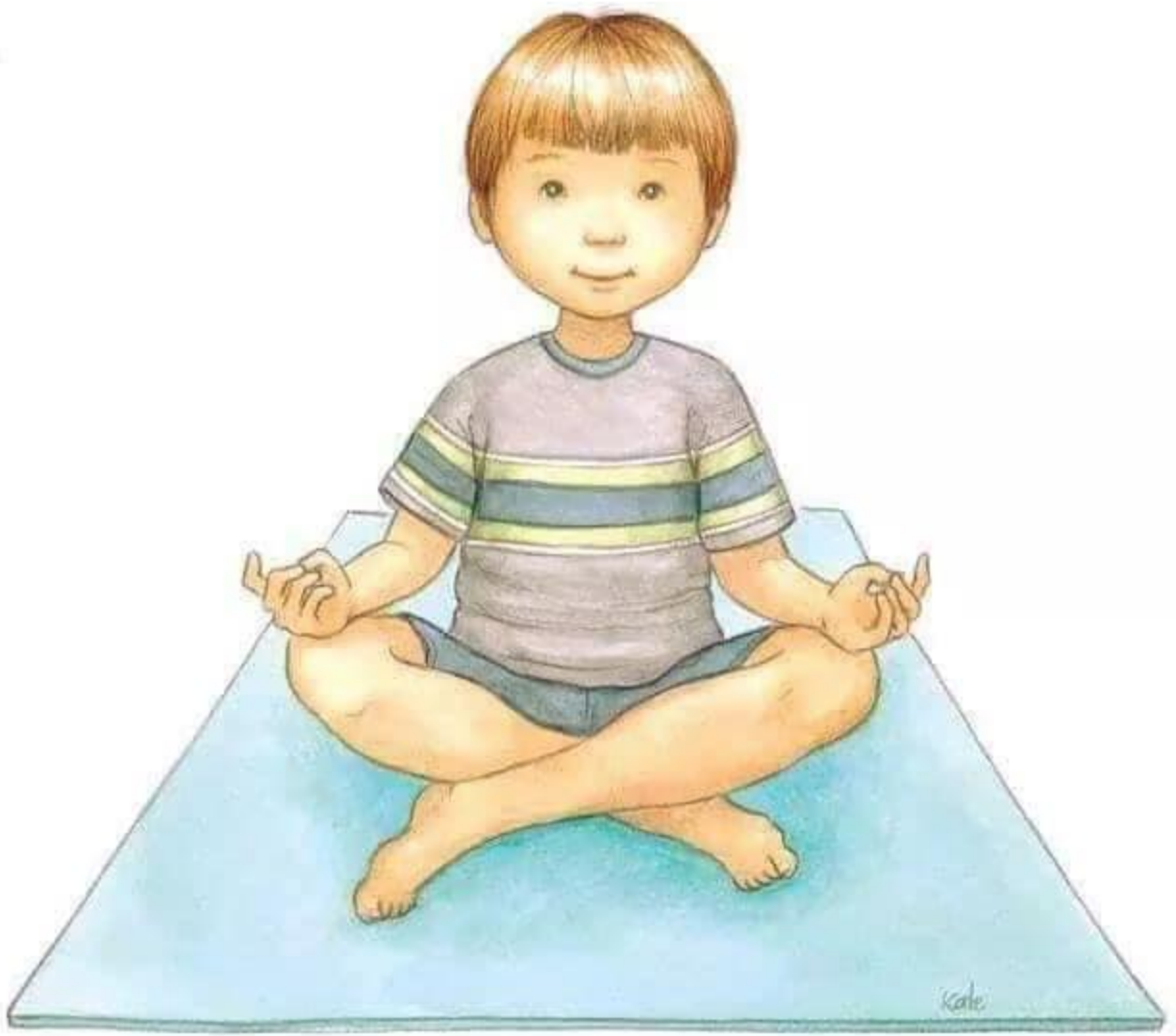
1. Αρχικά εκτυπώνουμε εικόνες με τις στάσεις yoga και αν θέλουμε να αντέξουν περισσότερο καιρό τις πλαστικοποιούμε (οι εικόνες είναι παρακάτω) .
2. Έπειτα διαλέγουμε και ανοίγουμε μια χαλαρωτική μουσική.
3. Στην συνέχεια το παιδί επιλέγει στην τύχη κάθε φορά από μία κάρτα.
4. Παρατηρούμε καλά την εικόνα αλλά και την στάση και παροτρύνουμε το παιδί να μας διηγηθεί μια μικρή ιστορία ανάλογα με την εικόνα που επέλεξε.
5. Αφού δημιουργήσουμε την ιστορία μας προσπαθούμε να ωθήσουμε το παιδί να μιμηθεί την στάση που φαίνεται στην εικόνα και να μείνει στην ίδια στάση για περίπου ένα λεπτό (μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε είτε χρονόμετρο είτε μια κλεψύδρα).

Καλή διασκέδαση!!!









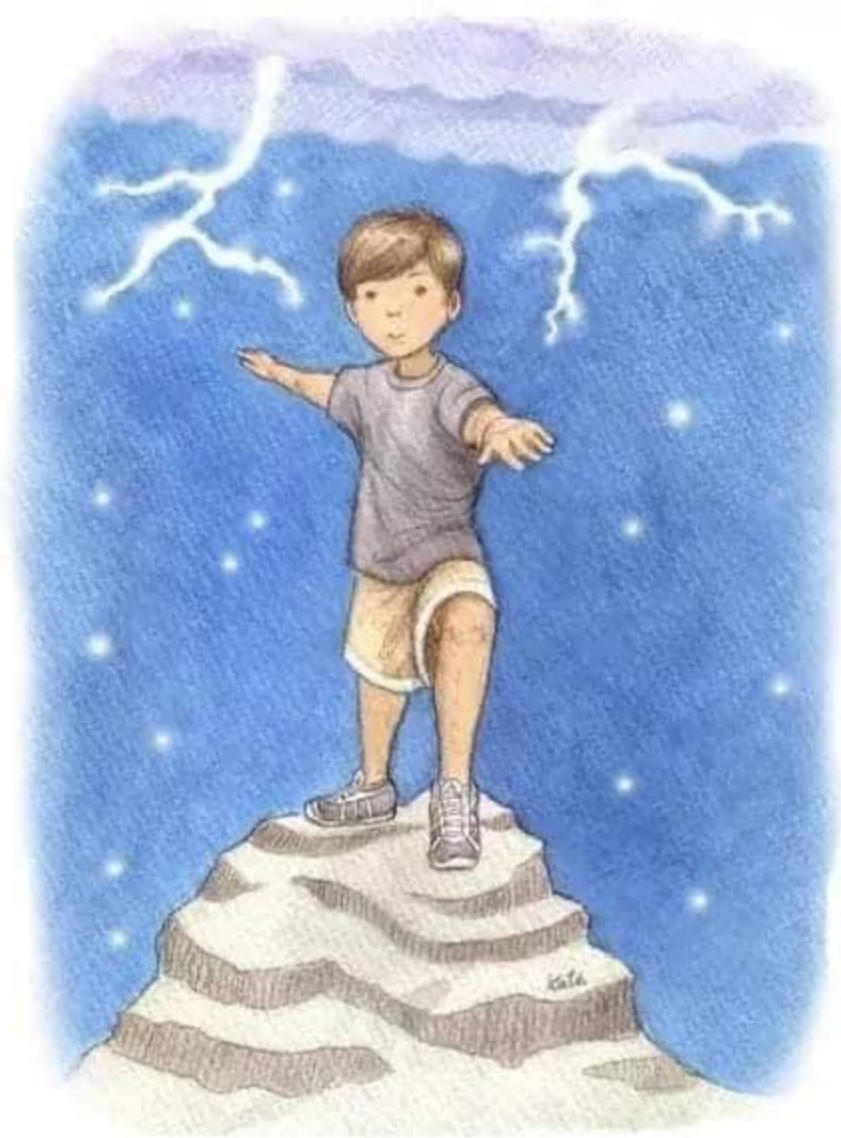






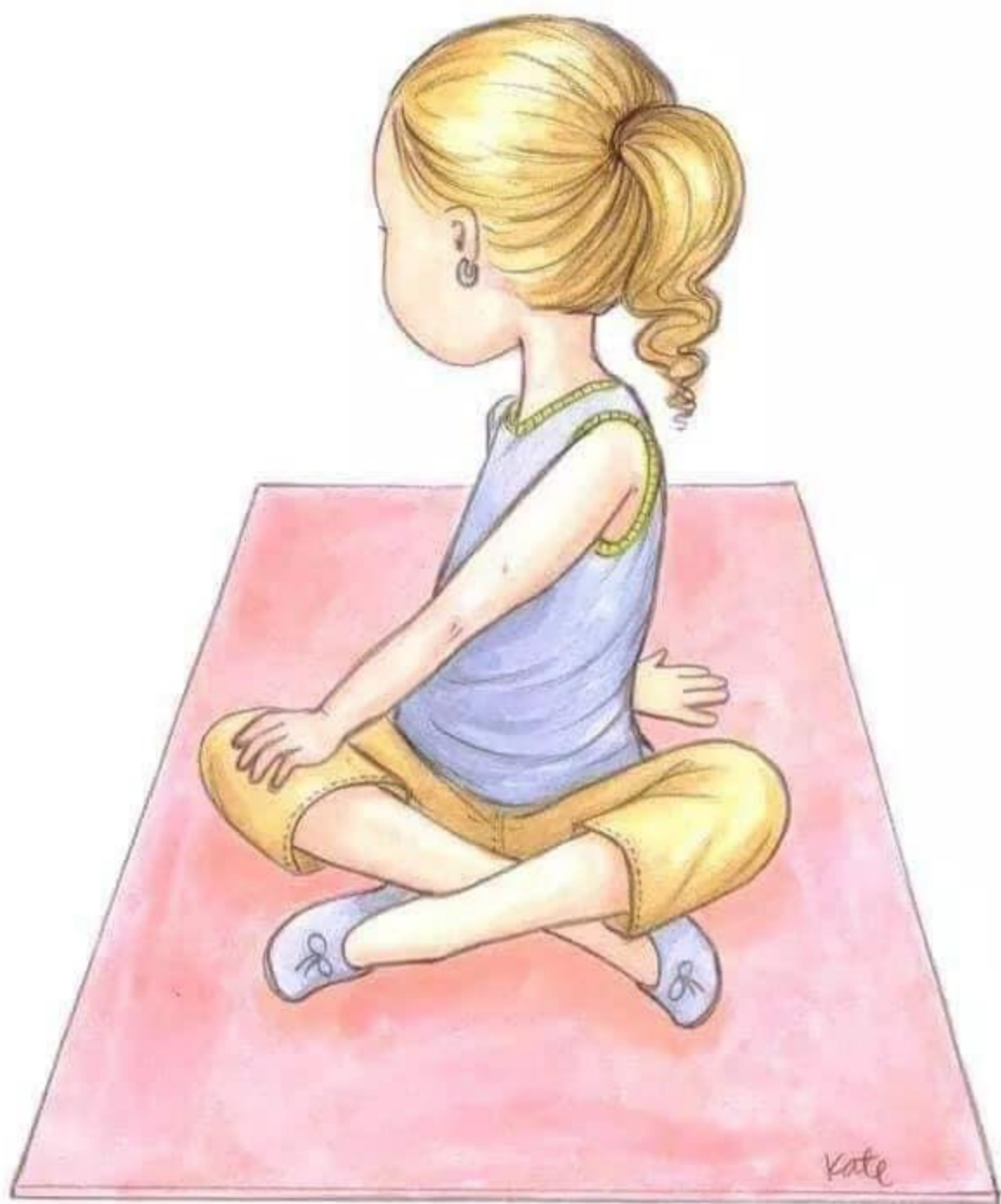


Kate

















WTC



