

Mali jogini

W naszym przedszkolu przez cały rok szkolny 2022/2023 odbywały się zajęcia jogi dla chętnych dzieci. Obserwując zachowania dzieci, zauważyłam, że bez względu na wiek i sprawność fizyczną zajęcia bardzo zintegrowały grupę, wzmacniając u każdego z nich wiarę we własne możliwości i pewność siebie. Co więcej, dzięki jodze poprawiła się dziecięca koncentracja, sprawność fizyczna, prawidłowe oddychanie i sprawność manualna poprzez tworzenie kolorowych mandali. To było super doświadczenie. Brawo dzieciaki! Wracamy do praktyki jogi ponownie po wakacjach.

Aldona Karlińska

Kopiowanie i udostępnianie zdjęć bez pisemnej zgody administratora jest zabronione