

## Innowacja pedagogiczna pt. „Zaczarowany świat jogi” -działania terapeutyczne z wykorzystaniem elementów jogi w Jedyneccze.



Zespół ds. pomocy psychologiczno-pedagogicznej Przedszkola Publicznego Nr 1 w Ozimku w składzie: pani psycholog ,pani logopeda oraz pani pedagog specjalny prowadzą ciekawą innowację w dwóch grupach naszego przedszkola: „Liskach” oraz „Tygryskach”. Joga to nie tylko ćwiczenia fizyczne .Jest to również aktywność, która wpływa wszechstronnie na rozwój dziecka ,angażując wszystkie sfery jego osobowości. Pracując z ciałem wpływamy na jego emocje, uczucia i wrażenia. Zajęciom jogi towarzyszy radość i zadowolenie dzieci .Nie ma tu miejsca na współzawodnictwo i rywalizację. Wartością samą w sobie jest ruch, zabawa i kreatywność, których doświadczają dzieci na zajęciach. To co najbardziej ich motywuje to czerpanie radości z zabawy. Odkrywanie ,ciekawość tworzenia i chęć zdobywania nowych doświadczeń. Dzieci podczas zajęć ćwiczą swój oddech, wsłuchują się w bicie swego serca,rozciągają swoje ciało i próbują wykonać różne asany. Często ćwiczeniom towarzyszy krótka opowieść z wykorzystaniem metod i technik typowych dla jogi. Dzieciom zajęcia bardzo się podobały i czekają już na następne to dla nas ogromna motywacja do dalszej pracy. Joga jest doskonałą przygodą ,w której odnajdzie się każdy niezależnie od wieku.

Zespół ds.pomocy psychologiczno-pedagogicznej

