

Nærværsøvelser med børn PDF

Ulla Lau Hyldgård



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Ulla Lau Hyldgård

ISBN-10: 9788771603781

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2375 KB

BESKRIVELSE

I de fleste børns hverdag tages der ikke nok hensyn til, at nervesystemet har brug for hvile og beroligende stimuli for at kunne lagre læring og fremme barnets kontakt til sig selv. Uro i klassen eller i børnegruppen og børns manglende kontakt til sig selv er to af de største udfordringer i forhold til at skabe trivsel og et godt læringsmiljø i skoler og dagtilbud. Det er disse udfordringer, denne bog ønsker at påvirke i en positiv retning. Pædagogen eller læreren kan godt irttesætte og kalde på opmærksomhed og koncentration fra børnene, men mere væsentligt kan det være at tilegne sig metoder, der indefra lærer børnene at være opmærksomme og træner deres koncentrationsevne. Bogen tilbyder nærværsøvelser, der tager udgangspunkt i sange komponeret til børn. Sangene findes på den medfølgende cd. Der beskrives tre øvelser til hver sang med faldende aktivitetsniveau. Inden hver øvelse beskrives det, hvilket materiale der skal bruges, og hvor meget tid øvelsen kræver. Målgruppen er alle, der arbejder med børn i alderen 3-10 år.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Få ro på dine børn med bøger. Hent inspiration i denne liste.

Hvad betyder nærvær i praksis i hverdagen og hvordan gør jeg? Ugentlige og daglige aktiviteter med nærværsovelser styrker børn og voksnes nærvær

Koncentrations- og nærværsovelser findes inden for en række teknikker som yoga, mindfulness med videre, som bruges til at lære børn at komme i kontakt med deres ...

NÆRVÆRSØVELSER MED BØRN

[Læs mere ...](#)