

Mindfulness en yoga in de klas PDF

Femmy Brug



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Femmy Brug
ISBN-10: 9789088401503
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3016 KB

OMSCHRIJVING

Mindfulness en yoga in de klas is een boek van Femmy Brug uitgegeven bij Panta Rhei. ISBN 9789088401503 Dit boek maakt het mogelijk om op een praktische en speelse wijze mindfulness en yoga te introduceren in het onderwijs. Mindfulness oefent gerichte aandacht in het hier en nu, zonder oordeel. Yogabeoefening vraagt om lichaamshoudingen én bewegingen die mindfulness ontwikkelen, door het lichaam én de adem te ervaren op een dynamische manier, die bij kinderen past. In dit boek zijn mindfulness-, yoga-, en samenwerkingsoefeningen opgenomen. Zo worden aandacht, respect, lichaamsbesef, concentratie en compassie een onderdeel van het schoolprogramma. De oefeningen zijn zeer zorgvuldig beschreven, zodat de leerkracht ze voor kan lezen en er vervolgens direct mee aan de slag kan. De oefeningen zijn makkelijk toepasbaar in de klas en geïllustreerd door duidelijke foto's. Tevens bevat het boek verhalen uit verschillende culturen die verwerkingsopdrachten mogelijk maken door het werken met thema's als respect, samenwerken, vriendschap. Voor kinderen vanaf 5 jaar.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Win een mindfulness-workshop van Annalie Vermeer, yoga- en kinderyogadocent in Noord-Brabant!

Alle kleuters in de lotushouding? Je ziet het in jouw kleuterklas misschien niet meteen voor je, maar toch is yoga in de klas praktisch en speels.

Koop het boek "Mindfulness en yoga in de klas" online met studentenkorting » Als student krijg je maximaal 5% korting bij aankoop van twee of meer Nederlandstalige ...

MINDFULNESS EN YOGA IN DE KLAS

[Lees verder...](#)