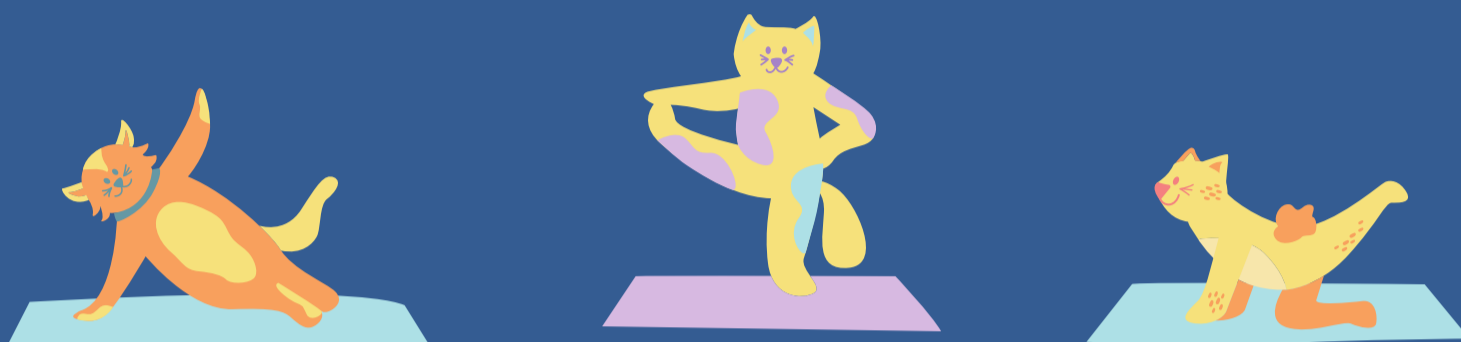


YOGA & ENGLISH



Young Learners
by m.tyszkowska

Kochani Rodzice! Kochane Dzieci!

Dzisiaj trochę inne ćwiczenie z języka angielskiego niż zwykle. Możecie do niego wracać, kiedy tylko będziecie mieli na to ochotę! To joga i język angielski :)

Nazwy pozycji w jodze (asany) pochodzą często od nazw zwierząt (choć nie tylko) i jest to świetna okazja, aby połączyć naukę języka angielskiego i ruch!

Poniżej przedstawiam Wam kilka ćwiczeń wraz z angielską nazwą pozycji. Koniecznie ćwiczcie razem! Na macie, na dywanie, na trawie, na tarasie... I oczywiście z uśmiechem!

Wszystkie ćwiczenia pochodzą z książki **Joga dla najmłodszych** autorstwa Loreny Pajalunga.

Do poczytania o dziecięcej jodze także na moim blogu :) www.tyszkowska.edu.pl/blog

Pozdrawiam Was gorąco!

Małgosia Tyszkowska

AN ELEPHANT



A LION



A TURTLE



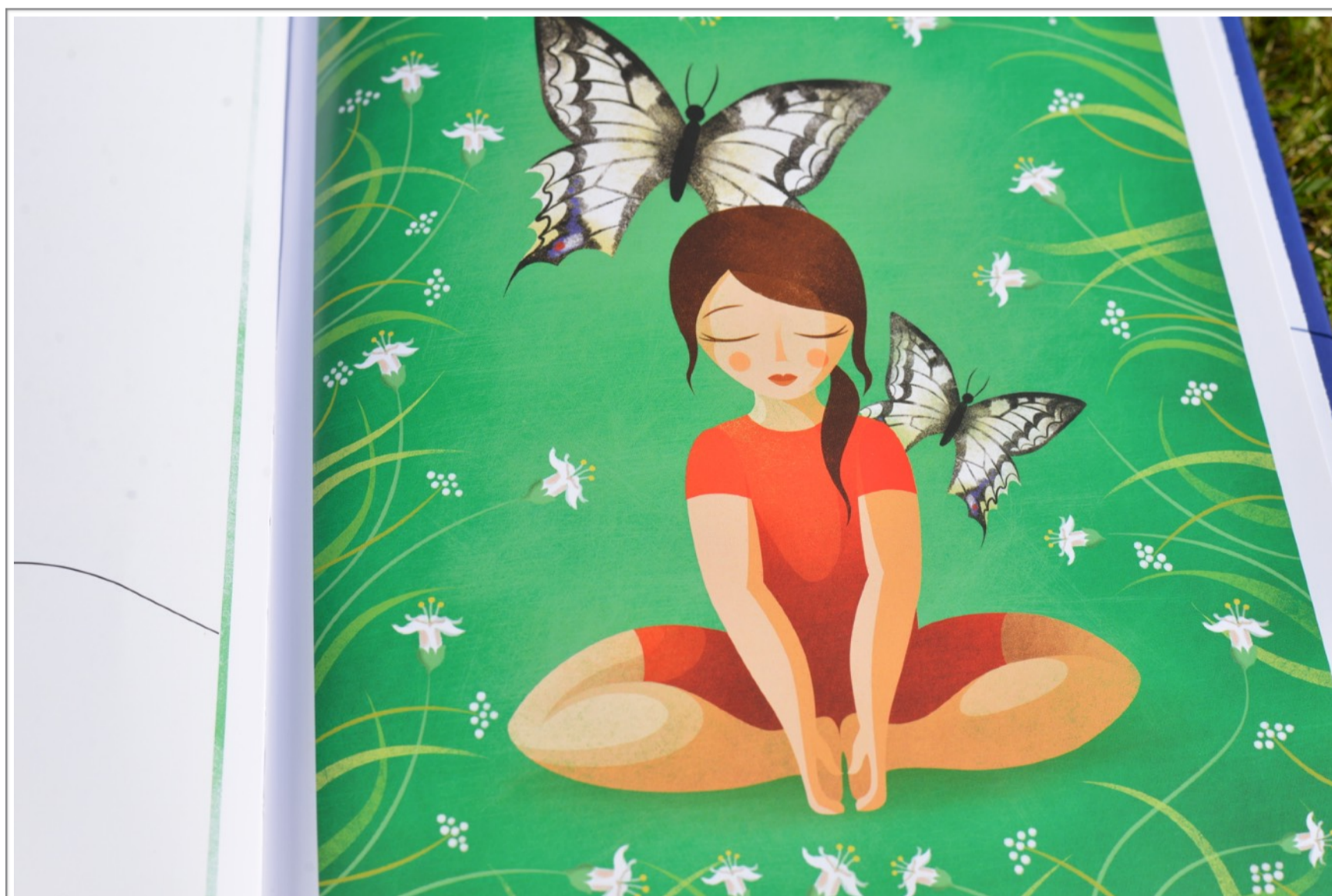
ŻÓŁW

- * USIĄDŹ W ROZKROKU. WYDYCHAJĄC POWIETRZE, POWOLI ZBLIŻAJ KLATKĘ PIERSIOWĄ DO PODŁOGI, WSUWAJĄC JEDNOCZEŚNIE RĘCE POD NOGI.
- * W KOŃCU BĘDZIESZ CZOLEM DOTYKAĆ PODŁOGI, A ŁOKCIE ZNAJDĄ SIĘ POD KOLANAMI.
- * POCZUJ SIĘ BEZPIECZNIE JAK ŻÓŁW W SWOJEJ SKORUPIE.

Od żółwia naucz się mądrej niespieszności.



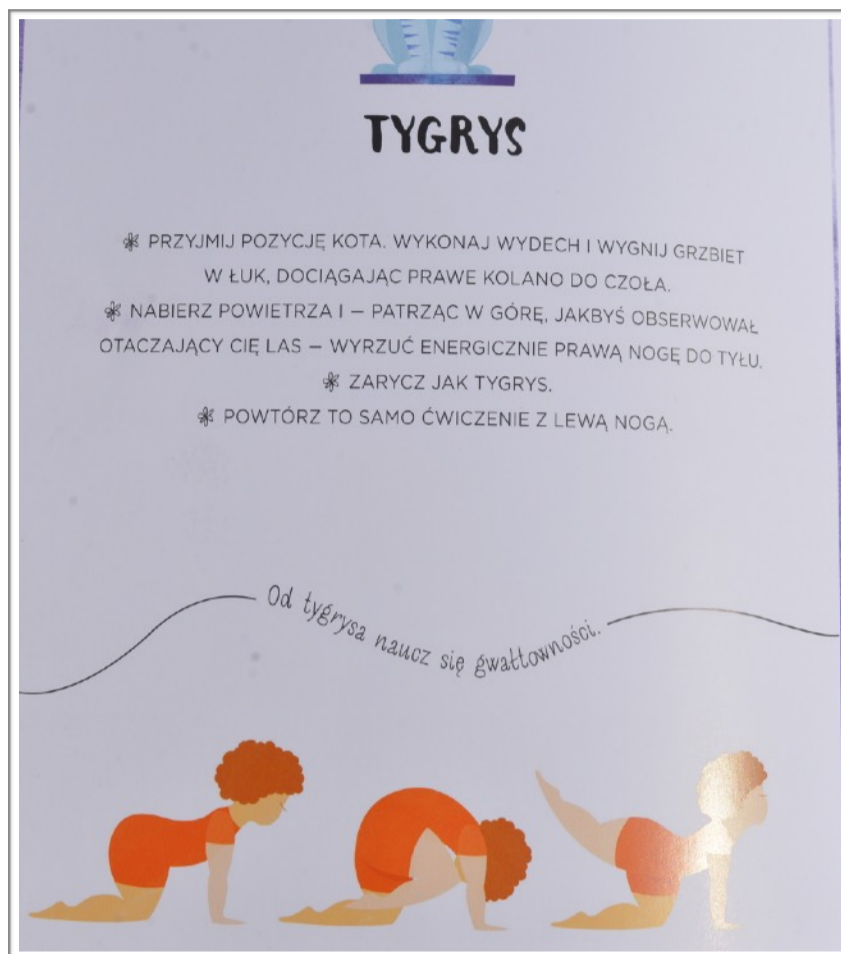
A BUTTERFLY



A DOG



A TIGER



BRAWO!

Well done!

A teraz zadanie dodatkowe:

Wymyśl jedną nową pozycję i nadaj jej nazwę w języku angielskim. Wszystkie pomysły dozwolone - nazwa może pochodzić od nazwy zwierzęcia, rośliny, szczytu górskiego czy nawet ulubionego bohatera z bajki.

Koniecznienie zrób zdjęcie tej pozycji i wraz z nazwą prześlij na:

kontakt@tyszkowska.edu.pl

Może uda nam się stworzyć przedszkolną galerię LokoYoga :)