

АКТИВНИТЕ ДЕЦА СЕ СПРАВЯТ ПО-ДОБРЕ



МОЗЪКЪТ РАБОТИ ПО-ДОБРЕ



СОЦИАЛНИТЕ КОНТАКТИ В УЧИЛИЩЕ СТАВАТ ПО-ДОБРИ



УСЕХЪТ В УЧИЛИЩЕ СЕ ПОДОБРЯВА



УЧЕНИЦИТЕ СА ПО-ЩАСТЛИВИ



BG BE ACTIVE



..... КАКТО И АКТИВНИТЕ УЧИЛИЩА



УЧИЛИЩАТА ИМАТ ПО-ДОБРИ РЕЗУЛТАТИ



УЧЕНИЦИТЕ ХОДЯТ НА УЧИЛИЩЕ И НЕ БЯГАТ ОТ ЧАСОВЕ



УЧИТЕЛИТЕ СЕ ФОКУСАТ ВЪРХУ УЧЕБНИЯ ПРОЦЕС



ПЕРСОНАЛЪТ, РОДИТЕЛИТЕ И ЦЯЛАТА ОБЩЕСТВЕНОСТ ЧУВСТВАТ ПО-ГОЛЯМО ЗАДОВОЛСТВО

АКТИВНОТО УЧИЛИЩЕ НОСИ НА ВСИЧКИ ДЕЦА НЕВЕРОЯТНО УСЕЩАНИЕ ЧРЕЗ ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНОСТИ И СПОРТ, ПРЕДИ, ПО ВРЕМЕ И СЛЕД УЧИЛИЩЕ.



АКТИВНОТО УЧИЛИЩЕ ПРАВИ ТРИ ХУБАВИ НЕЩА:

1

ВДЪХНОВАВА ДЕЦАТА ДА БЪДАТ ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНИ ЗА 60 МИНУТИ ИЛИ ДАЖЕ ПОВЕЧЕ НА ДЕН

2

ДОСТАВЯ ВИСОКИ ДОЗИ НА ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ ОТ ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ

3

СЪЗДАВА ФИЗИЧЕСКА КУЛТУРА ЗА ВСИЧКИ

10 ПРАКТИЧЕСКИ ИДЕИ, КОИТО УЧИЛИЩАТА МОГАТ ДА ПРИЛОЖАТ ВЕДНАГА:

1. ДАВАЙТЕ ПОЧИВКИ ЗА ИГРИ НА ДЕЦАТА

КОГАТО ДЕЦАТА ИМАТ ИНТЕРВАЛИ НА ПОЧИВКИ ЗА ИГРИ, ТЕ МОГАТ ДА УЧАТ ЗА 30 ДО 60 МИНУТИ СЛЕД ТОВА. СЪЗДАВАНЕТО НА ТАКИВА ПОЧИВКИ ПО ВРЕМЕ НА УРОК, КОГАТО ПОСРЕДСТВОМ ДВИЖЕНИЕ СЕ СТИМУЛИРА ИЗУЧАВАНЕТО НА АКАДЕМИЧНИ КОНЦЕПЦИИ, КАКТО И НАГРАЖДАВАНЕТО С ТАКИВА ПАУЗИ Е ДОБРО НАЧАЛО.

2. ВДИГНЕТЕ ИМ ПУЛСА

КАРДИО ФИТНЕСЪТ Е ОТ КЛЮЧОВО ЗНАЧЕНИЕ ПО ОТНОШЕНИЕ НА АКАДЕМИЧНИТЕ РЕЗУЛТАТИ. ИЗПОЛЗВАЙТЕ УПРАЖНЕНИЯТА КАТО СКАЧАНЕ НА МЯСТО ИЛИ ТИЧАНЕ НА МЯСТО, КОИТО КАРАТ ДЕЦАТА ДА СЕ ПОЗАДЪХАТ. КОЛКОТО ПО-ДОБРИ ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ФИЗИЧЕСКАТА ДЕЙНОСТ, ТОЛКОВА ПО-ДОБРИ ЩЕ СА И ТЕЗИ ОТ АКАДЕМИЧНАТА ДЕЙНОСТ.

3. НАСЪРЧАВАЙТЕ РАЗВИТИЕТО НА ОСНОВНИ ДВИГАТЕЛНИ УМЕНИЯ

ХОДЕНЕТО, ТИЧАНЕТО, СКАЧАНЕТО, ХВЪРЛЯНЕТО, ХВАЩАНЕТО И ВЪРТЕНЕТО ИЗГРАЖДАТ ОСНОВИТЕ НА РАЗВИТИЕТО НА ДЕТСКАТА ФИЗИКА, КОГНИТИВНА И СОЦИАЛНА СИСТЕМА. ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ КАК ДА ИЗГРАДИТЕ ТАКИВА УМЕНИЯ И ДА ВИДИТЕ ПРИМЕРНИ УПРАЖНЕНИЯ, ВИЖТЕ СБОРНИКА "СЪЗДАДЕНИ ЗА ДВИЖЕНИЕ: АКТИВНИ УЧИЛИЩА"

4. НАСЪРЧАВАЙТЕ ИГРИТЕ ПО ВРЕМЕ НА МЕЖДУЧАСИЯТА

ДЕЦАТА ИМАТ ЕСТЕСТВЕНА ИНСТИНКТ ДА СИ ИГРАЯТ, КОИТО ИМ ПОМАГА ДА РАЗВИЯТ ОСНОВНИ УМЕНИЯ ПРИ ДВИЖЕНИЕ. ОСТАВЕТЕ ГИ ДА ИГРАЯТ ПО СВОИТЕ ПРАВИЛА И ЖЕЛЕНИЯ.

5. ПОСТАРАЙТЕ СЕ ВСИЧКИ ДА СЕ ВКЛЮЧАТ

ОБЪРНЕТЕ ВНИМАНИЕ НА ДЕЦАТА, КОИТО НЕ СА ТОЛКОВА ПОДВИЖНИ ПО ВРЕМЕ НА СВОБОДНИТЕ ИЛИ ГРУПОВИТЕ ЗАНИМАНИЯ. ТЕ МОЖЕ БИ СЕ НУЖДАЯТ ОТ МАЛКО НАСЪРЧАВАНЕ ЗА ДА СЕ ВКЛЮЧАТ ИЛИ ПЪК ОТ НЯКОЙ, КОИТО ДА ИМ ПОКАЖЕ НЯКАКВИ ДРУГИ ИГРИ, В КОИТО МОГАТ ДА СЕ ВКЛЮЧАТ.

6. КОМБИНИРАЙТЕ

ДАЙТЕ ИЗБОР НА ДЕЦАТА И ШАНС ДА ИЗПИТАТ РАЗЛИЧНИТЕ ВАРИАНТИ ЗА ДВИЖЕНИЕ. ТОВА ЩЕ ПОВИШИ АКТИВНОСТТА И ЩЕ НАМАЛИ СКУКАТА.

7. ОТБЕЛЯЗВАЙТЕ ДОБРИТЕ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИНГИ

ЗА ДА СЕ ВЪЗПОЛЗВАТ МАКСИМАЛНО ДЕЦАТА ОТ ФИЗИЧЕСКИТЕ ДЕЙНОСТИ, ТЕ ИМАТ НУЖДА ВЪЗТРАСНИТЕ ДА ИМ СЪЗДАДАТ ВЕСЕЛА, ПОТИВИНА И ВДЪХНОВАВАЩАТА АТМОСФЕРА.

8. НАПРАВЕТЕ ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ ПРИОРИТЕТ И ЗА ПЕРСОНАЛА

СЪЗДАВАНЕТО НА ПОЛОЖИТЕЛНИ ЕМОЦИИ ЧРЕЗ ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ И СПОРТ Е МОЩЕН СТИМУЛ ЗА ЦЯЛОСТНОТО РАЗВИТИЕ НА УЧЕНИКА. НАПРАВЕТЕ ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ ПРИОРИТЕТ ЗА ВАШЕТО УЧИЛИЩЕ. ОБСЪДЕТЕ НА УЧИТЕЛСКИТЕ СЪВЕТИ И ДАЙТЕ ПОЛЕ ЗА ПОВЕЧЕ ФИЗИЧЕСКИ ДЕЙНОСТИ ПО ВРЕМЕ НА УЧЕБНИТЕ ПРАЗНИЦИ ИЛИ ПРАЗНИКА НА УЧИЛИЩЕТО.

9. НАПРАВЕТЕ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА ОТ ПОГРЕШНИТЕ СХВАЩАНИЯ

ПОВИШАВАНЕТО НА ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ НЕ ВОДИ ДО ПОНИЖАВАНЕ НА АКАДЕМИЧНИТЕ РЕЗУЛТАТИ. ОБЕЗДВИЖЕНИТЕ ДЕЦА НЕ СА ТЕЗИ, КОИТО ИМАТ ПО-ДОБРО ПОВЕДЕНИЕ. АКТИВНИТЕ КАЛСНИ СТАИ ВОДЯТ ДО ПОДОБРЕНИ РЕЗУЛТАТИ ПО МАТЕМАТИКА И ПИСАНЕ, КАКТО И ЦЯЛОСТНО ПО-ДОБРО ДЪРЖАНИЕ. НЯМА НАУЧНИ ДОКАЗАТЕЛСТВА ЧЕ УВЕЛИЧАВАНЕТО НА ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ, ВОДИ ДО ПОНИЖАВАНЕ НА АКАДЕМИЧНИ РЕЗУЛТАТИ.

10. БЪДЕТЕ ПРИМЕР ЗА ПОДРАЖАНИЕ

ПОКАЖЕТЕ ИМ КАК СЕ ПРАВИ: ИЗПОЛЗВАЙТЕ ВСЯКА ВЪЗМОЖНОСТ ЗА ДВИЖЕНИЕ И ИМ БЪДЕТЕ ПРИМЕР

