

FITXA DE RECURSOS EDUCATIUS PER AL PLA EDUCATIU D'ENTORN DE TORTOSA

Entitat			
Nom:	Cau de Fades, S.C.P.		
Adreça:	Alfara de Carles ,1		
CP:	Població:	Comarca:	Baix Ebre
Telèfon/s:	977.50.46.68	Correu-e:	caundefades@hotmail.com
Web:	http://www.caundefades.com		
Observacions:			

Activitat			
Títol:	Ioga per a nens i nenes		
Responsable:	Noemí Alquézar Vergés i Ana Vergés Pérez		
Àmbit:	<input type="checkbox"/> Artesanal	<input type="checkbox"/> Formació	<input type="checkbox"/> Social
	<input type="checkbox"/> Artística	<input type="checkbox"/> Mediambiental	<input type="checkbox"/> Lleure
	<input type="checkbox"/> Espectacles	<input type="checkbox"/> Musical	<input type="checkbox"/> Esplai
	<input type="checkbox"/> Esportiva	<input checked="" type="checkbox"/> Salut	
	<input checked="" type="checkbox"/> Altres: Ioga		
Format:	<input checked="" type="checkbox"/> Taller		
	<input type="checkbox"/> Curs		
	<input type="checkbox"/> Conferència		
	<input type="checkbox"/> Xerrada		
	<input type="checkbox"/> Altres:		
Objectius:	1. Desenvolupar les capacitats perceptives, de concentració i psicomotrius de l'infant 2. Fer que el nen/a es conegui a sí mateix; el seu cos, la seva ment i la seva imaginació 3. Millorar el seu estat general de salut, la flexibilitat, la força, l'equilibri i la coordinació 4. Sosegar les emocions, aliviar l'ansietat i aajar al nen a relaxar-se 5. Aprendre a respirar adequadament 6.		
Descripció:	Precalement amb estiraments en moviment, jocs de percepció sensorial i psicomotricitat. -Exercicis respiratoris (Pranayamas) -Pràctica de postures de ioga individuals o en parella (Asanas) -Relaxació i introducció a la meditació mitjançant visualitzacions, càntics de mantras, etc.		
Destinataris:	A partir de 4 anys en endavant		
Durada:	1 hora i 30 minuts		
Preu:	<input checked="" type="checkbox"/> 20€/h		
	<input type="checkbox"/> Gratuït		
Observacions:			