



Rete Lazio SPS
Scuole che promuovono salute



COORDINATE YOGA



GRUPPI CLASSE SUGGERITI: CLASSE 1° E 2° SCUOLA PRIMARIA

MATERIALE NECESSARIO: GRIGLIA CARTACEA O PROIETTATA ALLA LIM

N. DI PARTECIPANTI: GRUPPO CLASSE

LIVELLO DI ATTIVITÀ: MODERATO

PREPARAZIONE: GRIGLIA DISPONIBILE ALLA VISTA DI TUTTI GLI ALUNNI

COLLEGAMENTI CURRICOLARI: MATEMATICA, GEOGRAFIA

QUESTA PAUSA ATTIVA È STATA ELABORATA DA UN INSEGNANTE E DAGLI ALUNNI DELL'ISTITUTO COMPRENSIVO BASSA SABINA (RI)



IN PIEDI, ACCANTO AL BANCO **UN/UNA ALUNNO/A** DESIGNATO DALL'INSEGNANTE **INDICA LE COORDINATE CHE CORRISPONDONO AD UNA DELLE POSIZIONI YOGA.**

TUTTI I COMPAGNI DI CLASSE LEGGONO LA GRIGLIA INDIVIDUANDO ED ASSUMENDO LA POSIZIONE INDICATA

**VEDI LA GRIGLIA
COORDINATE YOGA**



SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE



**REGIONE
LAZIO**





Rete Lazio SPS
Scuole che promuovono salute



GRIGLIA COORDINATE YOGA

4

ORSO



TRIANGOLO



3

ALBERO



GUERRIERO



2

DINOSAURO



AEREO



1

MONTAGNA



GABBIANO



QUESTA PAUSA ATTIVA
È STATA ELABORATA
DA UN INSEGNANTE
E DAGLI ALUNNI
DELL'ISTITUTO
COMPENSIVO
BASSA SABINA (RI)

A

B



SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE



**REGIONE
LAZIO**
