Dragi moji učenici i roditelji i učiteljice,

Nadam se da ste se snašli u novom načinu komunikacije i da polako sve dolazi na svoje ...

Vjerujem da nam svima nedostaje škola i prijatelji, rutine i male sitnice svakodnevnog života ali nadam se da će se i to ubrzo riješiti. Dok ćete biti kod kuće htjela bih vam iz područja BrainGyma staviti nekoliko vježbica i poveznica na različite aktivnosti i područja koja su međusobno povezana a mogu se koristiti u bilo kojem trenutku dana .

Mislim da je sada najvažnije kako se osjećate, da se volite i grlite, mazite i pazite a onda je sve nekako lakše. U programu Brain Gyma nema prislile, sve je vrlo individualno i prilagodljivo tako da se nadam da ćete pronaći nešto zanimljivo i korisno.

Do ponovnog „on line susreta“pozdravlja Vas sve učiteljica Hrvojka Općenito o Brain gymu: https://www.youtube.com/watch?v=RmQlSoBndrw

1. POKRETI PREKO SREDIŠNJE LINIJE TIJELA

-aktivnosti BG-a:moždane tipke, križna gibanja, kvačenja, trbušno disanje ,voda,misleća kapa, lisna pumpa,pozitivne točke https://www.youtube.com/watch?v=YgXV5ZUgDUQ

https://www.youtube.com/watch?v=Z8wPtI5bZQc

https://www.youtube.com/watch?v=O5ChXC-rHLE

https://www.youtube.com/watch?v=VL4an7UC3wA

2. PACE- aktivnosti u kjima pronalazimo naš vlastiti ritam i tempo za rad, učenje, opuštanje... https://www.youtube.com/watch?v=RmQlSoBndrw

https://www.youtube.com/watch?v=tuAzu7CZkcc

3. „MOZAK PLEŠE“ aktivacija cijelog mozga https://www.youtube.com/watch?v=RmQlSoBndrw

4. „VALOVI MOZGA“ aktivacija cijelog mozga https://www.youtube.com/watch?v=GB6GNveF\_O8

https://www.youtube.com/watch?v=1spJn2oXNmc

5. OSMICE https://www.youtube.com/watch?v=1spJn2oXNmc

6. DVOSTRUKO ŠARANJE https://www.youtube.com/watch?v=BNzVn0BF9O https://www.youtube.com/watch?v=wwwSiAKvk0M

ZA SADA OD MENE TOLIKO, HRVOJKA