



Ústřední škola ČOS ve spolupráci s ÚCS RDPD Odboru všestrannosti ČOS pořádá seminář

TAI-CHI PRO DĚTI

Termín: 29. března 2015 (neděle), 10:00 – 16:00 hod. (prezence od 9:00 hod.)

Místo: Tyršův dům, Újezd 450/40, 118 01 Praha 1- Malá strana

Poplatek: člen ČOS 350 Kč (při platbě na účet 300 Kč)
veřejnost 550 Kč (při platbě na účet 500 Kč)

Popis akce: Seminář pro cvičitele předškolních dětí a mladšího žactva, kteří chtějí cvičení tai-chi zakomponovat do běžné cvičební jednotky jako oživující aktivitu. Pro toto cvičení nepotřebujete žádnou předchozí zkušenost se cvičením tai-chi. Po stručném úvodu do teoretických zdrojů tai-chi si objasníte specifika tohoto cvičení s dětmi, seznámíte se se zásadami správného postoje, naučíte se provedení cviku, rozbor záměru a účinku cviku, metodiku cvičení a propojení cvičení s běžným fungováním těla v každodenním životě (přínos fyzický, psychický i emocionální). Seminář Vám nabídne inspiraci pro tai-chi hry, ve kterých se děti zapojí do pohybu hravě a přirozeně. Lektorkou bude **Lenka Ryšková**, autorka knihy Cvičíme taj-chi s dětmi.

Každý účastník obdrží Osvědčení o účasti na semináři v rozsahu **6 hodin**.

Číslo akce: 15-013

Přihlášky: Přihlášku vyplňte **do 13. 3. 2015** na adrese <http://novy.sokol.eu/akce/tai-chi-pro-deti>
Všem přihlášeným účastníkům potvrdíme přijetí přihlášky.
ÚŠ ČOS si vyhrazuje právo v případě nízkého počtu účastníků akci zrušit, v případě naplnění maximální kapacity akce ukončit příjem přihlášek před uzávěrkou.

Kontakt: Dana Absolonová, DiS., e-mail: dabsolonova@sokol.eu
tel.: 257 007 261, mob.: 603 913 213