

Nap\Dátum\korosztály	óvodás	kisiskolás
hétfő, április 27, 2020	<p>Játékos torna - Az alábbi videó egy 17 perces átmozgató torna körülbelül 2-3 éves kortól 8-9 éves korig ajánlott. A tornát Rubint Réka tartja és játékos elemekkel, feladatokkal próbálja meg a videóban lekötni a gyermekek figyelmét. Egy ilyen kis átmozgatásra majdnem minden nap szükségük van a gyermekeknek, de a felnőtteknek is jól tesz és biztosan mókásabb is, ha együtt csinálják a gyerekekkel. Rengeteg mindent tud fejleszteni egy ilyen torna, a koordinációs illetve a kondicionális képességeket egyaránt. Átmozgatja a kisebb és nagyobb izomcsoportokat is, kellemesen lefárasztja a gyermeket.</p>	<p>Gyerekjóga a Balatonnál - A jógakaland FB oldalán gyerekek, így óvodások és kisiskolások számára található számos ötlet, mozgásanyag, valamint szüleik számára cikkek. Ez egy nyitott FB csoport. Erről az oldalról most egy olyan jógakalandozó gyakorló videót ajánlunk, amit a kisiskolások egyénileg is szívesen végeznek, de a foglalkozás 12 perces hossza miatt óvodásoknak is ajánlható. A feladatsor tematikája a Balaton partjára „kalauzolja” el a gyerekeket.</p>
	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>
kedd, április 28, 2020	<p>Rumini meseregények rádióváltozatban - Az MTVA archívumában található meg több meseregény rádióváltozata is. A Rumini egy 10 részből álló mesesorozat, melynek részei külön-külön 20-25 percesek. Ezeket a meséket bármikor a nap folyamán el lehet indítani a gyerekeknek, akár játék közben is, vagy estefelé, amikor esetleg már nem szeretnénk, hogy mesét nézzen, viszont arra, hogy a szülők olvassanak nekik, nem biztos, hogy van idő.</p>	<p>HUSS ÉS PÖCC - Vámos Robi és a Táblácska szervezésében 2020. április 28-án, 14 órától indul egy Virtuális rajzóra, melyek kifejezetten ajánlunk a kisiskolás korosztálynak. Robi azon kívül, hogy rajzolni tanít, arra tanítja a gyerekeket, hogy fogadják el magukat, az alkotásaikat. Sajátos küldetése, hogy boldogságot adjon az olyan csodabogaraknak, mint amilyen a legtöbb gyerek. Mindenkiben ott van valami, valamilyen alkotás, létrehozási képesség és azt meg kell találni, segíteni a gyerekeket, hogy ez kibontakozzon. Ezen elvek mentén épülnek fel a most a virtuális térben folytatódó rajzórái is. Az április 28-i program témája Harry Potter varázsvilága. Nagyon sok rajzra, kezdeményezésre és karakter ábrázolásra, továbbvihető ötletre számíthatnak a résztvevők, például troll, varázspálca, csikócsőr ... Az óra igaz hogy ebben a meghirdetett időben megy élőben, de később is visszanezhető a weboldalon keresztül.</p>
	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>
szerda, április 29, 2020	<p>Tánc világnapja - A tánc világnapja április 29., mivel ez a nap nem telhet el mozgás és tánc nélkül, ezen videóban 3 éves kortól a Lili Balett sulis megtanítja a gyermekeket néhány balett mozdulatra, amelyet ha megtanulnak, bemutathatnak egy fellépés keretein belül a szülőknek. A balett videót gyermekdalokra végzik, és az oktató mindig aranyos jelmezbe öltözik be. A játékos táncóra amellet, hogy szórakoztató, nagymértékben fejleszti a koordinációs képességeket is.</p>	<p>Alkossunk együtt! - A Várkert Bazár minden szerdán 11 órakor várja a gyermekeket, melynek keretein belül különböző kézműves foglalkozásokba kapcsolódhatnak be. Ezen foglalkozásokon különböző tavaszi-nyári tárgyakat készíthetnek a gyerkőcök. A programok a Várkert Bazár facebook és youtube oldalán is megtalálhatók.</p>
	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>
csütörtök, április 30, 2020	<p>Olvassunk együtt - Minden kicsi vágyik a szülővel töltött percekre és erre alkalmas lehet egy délutáni alvás előtti mesélés. Nagyon sokféle hangoskönyv található már az interneten, ha a szülő esetleg nem érne rá mesélni a kicsinek. Ezekből ajánlunk mára egy kurd népmesét.</p>	<p>Veronaki zenekar - A Várkert Matiné programsorozatában minden csütörtökön 14 órától a Veronaki zenekar előad gyermekek számára különféle gyermekdalokat, gyermekkönyvekből kiválasztott meséket zenés formában, emellett megzenésített verseket. A gyermekek játszva tanulhatnak verseket, dalokat egy kis zenekari segítséggel. A program a Várkert Bazár facebook és youtube oldalán egyaránt megtekinthető.</p>
	<p>LETÖLTHETŐ ITT</p>	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>
péntek, május 01, 2020	<p>Alkossunk valami szépet! - Agócs Írisz rengeteg videóval és képsorozattal készült már, amiben a kicsiket és nagyobbakat tanítja festeni, rajzolni, kézműveskedni. Vegyük a bátorságot és hagyjuk a gyerekek képzeletét szárnyalni. Aki eddig nem mert belevágni egy kutya, koala, vagy éppen kenguru lerajzolásába, annak ajánlom ezt az oldalt, mert az alapoktól eljuthat mindeki a különféle sajátos változatokig. Kalandra fel!</p>	<p>Tanuljunk meg balettozni! - Ebben a 15 perces videóban a balett alapgyakorlatait ismerhetik meg a gyermekek, természetesen ez a program elsősorban a kislányoknak kedvez. Öt évestől egészen 10-12 éves korig ajánljuk. A balett önmagában fejleszti az egyensúlyt, javítja a tartást, erősíti a láb és a vázizomzatot is. Mint bármilyen mozgásforma, javítja a szellemi teljesítőképességet is és a koncentrációt is segít. Ennek a videónak több része van, természetesen célszerű ezzel kezdeni, hiszen ez mutatja be azokat a gyakorlatokat, amivel kezdeni kell a balett, mint mozgásforma/tánc elsajátítását.</p>
	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>ELÉRHETŐ ITT</p>