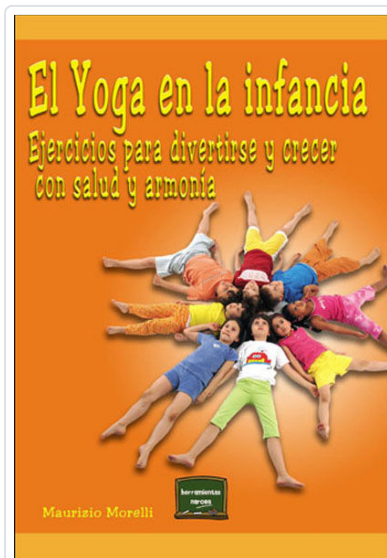


# YOGA EN LA INFANCIA, EL. EJERCICIOS PARA DIVERTIRSE Y CRECER



**MORELLI, MAURIZIO**

## SINOPSIS

Con los ejercicios que ofrece este libro, las niñas y niños aprenderán rápidamente a practicar yoga y se divertirán muchísimo. Reproducirán figuras típicas del yoga, que aparecen en el libro con nombres divertidos para que tengan un carácter más lúdico. Los niños y niñas podrán ser, "un león que ruga", "un cuervo sobre la rama de un árbol"; y también "la luna que sale", "una pirámide", "una carretilla"; o "una flor" que se abre y se cierra. Los ejercicios se pueden realizar individualmente, por parejas, o en grupo. El libro presenta, junto a los ejercicios de yoga más adecuados para la infancia, las indicaciones de un verdadero maestro, para iniciar correctamente y con alegría a niños y niñas en una actividad que les hará crecer sanos, equilibrados y libres y fortalecerá su mente para que sean capaces de pensar y desarrollarse con autonomía. Extracto del Índice: I. EL YOGA Y LA INFANCIA La salud de los niños. Practicar yoga en la escuela y en casa. Cómo enseñar yoga a los niños. II. 22 EJERCICIOS INDIVIDUALES El gato. La serpiente que levanta la cabeza. El elefante que come las hojas. El cocodrilo que duerme y que ataca. El saltamontes. El pez que serpentea. El puercoespín. El león que ruga. La ostra en el fondo del mar. La rana. El árbol. La luna que aparece. El triángulo. El cuervo sobre la rama. La hoja caída. La pirámide. El arado. El puente. El puente elevado. La canoa. La pinza. III. 10 EJERCICIOS EN PAREJA Y EN GRUPO La carretilla. El silloncito. Los remeros. El cascanueces. El camello. El dragón. Media vuelta. El ascensor. La bicicleta. La flor abierta. IV. LA RESPIRACION Y LA MENTE Introducción. Yoga y respiración. Yoga para la mente.

Maurizio MORELLI, estudia y practica yoga desde 1967 y lo enseña desde 1978. Ha pasado largos periodos de formación en la India y es autor de más de una treintena de libros sobre esta materia. Es Presidente de la Asociación Centro Pranayoga de Mil ...

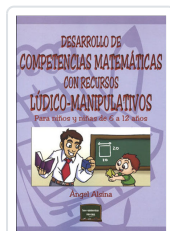


|                      |                          |
|----------------------|--------------------------|
| Editorial            | NARCEA S.A. DE EDICIONES |
| Materia              | <Genérica>               |
| Colección            | HERRAMIENTAS NARCEA      |
| EAN                  | 9788427717152            |
| Status               | Disponible               |
| Encuadernación       | Tapa dura                |
| Páginas              | 96                       |
| Tamaño               | 165x240x mm.             |
| Peso                 | 210                      |
| Precio (Imp. inc.)   | 13,50€                   |
| Fecha de lanzamiento | 12/05/2010               |

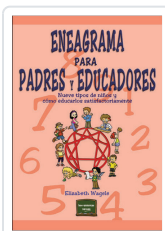
## Títulos relacionados



ENSEÑAR A ESTUDIAR, APRENDER A ESTUDIAR  
VARIOS



DESARROLLO DE COMPETENCIAS MATEMÁTICAS RECURSOS LÚDICO MANIP  
ALSINA, ANGEL



ENEAGRAMA PARA PADRES Y EDUCADORES  
WAGELE



RELACIONARNOS BIEN. (EDIC. 2007 ANTIGUA)  
SEGURA, MANUEL