

В Ленинском районе в библиотеке юных читателей обучают йоге

Библиотека имени Михаила Пришвина запустила интересный эксперимент. Посетители учреждения не только читают книги, но и осваивают асаны фитнес-йоги. Инициатива необычной методики работы с маленькими читателями принадлежит библиотекарю и тренеру Татьяне Слабковой.

— Мы объединили чтение и занятия йогой, — рассказывает Татьяна Слабкова. — Животные, растения и обитатели подводного мира предстают перед детьми в виде асан (положения тела). Мы читаем сказку и после этого приступаем к выполнению асан, названия которых совпадают с героями произведений. Например, после прочтения “Репки” выучили позу “собака” и “кошка”.

Пока прошло только два занятия по необычной методике, но слава о чудо-библиотекаре уже распространилась по району. Количество желающих попасть на занятия постоянно растёт.

Чтения с элементами фитнес-йоги проходят раз в неделю по четвергам в библиотеке имени Михаила Пришвина (улица Волжская, 29).

Городские новости, — 2018, — 3 июля, — с. 2