

КРАЩІ ОСВІТЯНСЬКІ ПРАКТИКИ

*Це може кожен, і кожному це
колись пригодиться в житті.*

Галина Стрільчик

Продуктивно насиченим творчістю, професіоналізмом, динамічністю, психологічно позитивним кліматом спілкування виявився інтегрований семінар учасників АТМП (координатор на базі ІФОІППО **Галина Стрільчик**, завідувачі лабораторій **Світлана Юсипчук**, **Віктор Римар**) та професійних спільнот учителів початкових класів і фізичної культури Надвірнянської територіальної громади (начальник управління освіти **Тетяна Дзем'юк**, головний спеціаліст Любов Лисак). Місцем проведення було обрано Краснянський лицей Надвірнянської міської ради (**директор Федір Ковальчук**).

Усі учасники мали можливість взяти участь у двох майстер-класах і побачити два навчально-практичних заняття з учнями.

Фітбол-аеробіку і фітбол-гімнастику давно практикує **Лариса Цюрак**, учитель початкових класів Добротівської гімназії Ланчинської селищної ради, учитель-методист, керівник АТМП – 2017. Вправи на фітболі мають оздоровчий ефект, який підтверджений досвідом роботи спеціалізованих, корекційних і реабілітаційних медичних центрів Європи. За своєю фізіологічною дією фітбол-аеробіка сприяє лікуванню таких захворювань, як остеохондроз, сколіоз, неврастенія тощо. Вправи на м'ячах тренують вестибулярний апарат, розвивають координацію рухів і функцію рівноваги, стимулюють обмін речовин організму, активізують моторні рефлекси. Лариса Цюрак разом зі своєю колегою Галиною Мельник виконали з командою АТМП комплекс вправ із фітболом на прес, талію, спину.

Уперше АТМП практично освоювали зумбу. Сталося це завдяки **Олександрі Фоміній**, кандидату в майстри спорту, талановитій учительці фізичної культури Краснянського лицю. Вона занурила нас у світ зумби, заряджала позитивною енергією. З нею в темпі запальної музики ми перебували в чудовій фізичній формі.

Завершився інтегрований семінар екскурсією в краєзнавчий музей, яку провів для нас директор лицю Федір Кухарчук.