

Zabavna vadba za vso družino

otroci in starši

Naši otroci so naša prihodnost. Pa vendar, ali se tega sploh zavedamo? Že stroka zaskrbljeno opozarja, da so osnovnošolci in srednješolci telesno vse šibkejši. V nedavni raziskavi, ki so jo opravili na podlagi športnovzgojnih kartonov, ki vsako leto vključuje 200.000 osnovnošolcev in srednješolcev, so ugotovili, da se gibalne sposobnosti slovenskih otrok iz leta v leto slabšajo. Stanje se je izrazito poslabšalo pri fantih, najbolj skrb zbujačo pa je pri otrocih do enajstega leta.

Apty je pripravil nove izzive za otroško domišljijo.

www.apty-toys.si
info@alp-agency.si
Alp-agency d.o.o.



Skrb zbujačo je tudi podatek, da je več kot 50 odstotkov Slovencev prekomerno prehranjenih. Slabih deset odstotkov je debelih otrok in pet odstotkov mladostnikov. Svetovna zdravstvena organizacija je že pred dobrimi desetimi leti začela opozarjati, da je debelost bolezen, zaradi katere lahko pričakujemo vse več nalezljivih kroničnih bolezni, predvsem sladkorne bolezni tipa 2 (čedalje pogosteje se pojavlja tudi pri otrocih) ter bolezni srca in ožilja.

Nič manj skrb zbujačo je podatek, da je 60 odstotkov odraslih športno neaktivnih. Zato je treba športno kulturo otrokom vcepiti v glavo čim prej. Priporočeni sta vsaj dve uri športne aktivnosti na dan, prav nič pa ni narobe niti s štirimi ali petimi urami, ko gredo otroci skupaj s starši v hribe ali na daljši kolesarski izlet.

USPEŠNA VIDEOVADBA

Najtežje je narediti prvi korak – dvigniti otroka od računalniške mize ali izpred televizijskega ekrana. Naši otroci preživijo šest, tudi več ur za računalnikom. Ena ura buljenja v računalniški ekran je za otroka, ki tako ali drugače presedi pol dneva v šoli, dovolj. Otroci naj si izberejo šport, ki jih bo veselil. Primerno je, da se do devetega leta ukvarjajo z več različnimi športi. Zelo koristno je, da se do te starosti ukvarjajo z igro z žogo, gimnastiko, priporočljivo je tudi plavanje.

Če pa vaš otrok nikakor ne more brez računalnika, vas lahko reši tehnologija.

SODOBNA ŠPORTNA ZABA ZA VSO DRUŽINO

Novi trend igranja računalniških iger izziva tradicionalen negativni pogled na prekomerno igranje videoiger. Pred preizkušnjo je tudi dosedanje doživetje športne dejavnosti. Zdaj imate možnost, da združite ples in računalniško igrico. Nova oblika športne vadbe je v svetu poznana pod imenom Dance Dance Revolution, pri nas pa so jo poimenovali Arkadni ples. Vse, kar potrebujete, je računalnik ali igralna konzola, poleg tega pa še dobro voljo in kvadratni meter veliko plesno podlago. Ob spremljavi plesne ali elektronske glasbe se morate prepustiti navodilom programa, ki postane vaš osebni trener in plesni vaditelj. Medtem ko prek zaslona hitijo

Podjetje Simmedia je na slovenski trg pripeljalo videovadbo. Fenomen te vadbe je v tem, da otroku dopušča igranje priljubljene videoigrice hkrati s telesno vadbo. Kako poteka vadba, je morda najlažje predstaviti na primeru kolesarjenja. GameBike je kakovostno sobno kolo z integriranim krmilnikom za priklop v igralno konzolo (PS2, PS3, Xbox...). Magnetna zavora zagotavlja nemoteno tiho vožnjo med zabavnim igranjem videoiger. S hitrostjo poganjanja pedalov uravnate hitrost kolesarja, avtomobila in motorja v videoigri. Gibljivo krmilo pa omogoča, da z rokami usmerjate virtualni lik zmagi naproti. (et)



puščice, jih morate na plesni podlagi loviti z nogami, v kombinaciji s kamero (EyeToy) pa lahko tudi z rokami. In v čem je dejansko korist arkadnega plesa? Otroci ga enostavno obožujejo. Izziv jim je napredovati in nadgrajevati gibalne sposobnosti. Pospešuje koordinacijo, ritem in izboljša njihovo samozavest. Arkadni ples je tudi enkratni razlog za aktivno druženje članov družine ali vrstnikov.



Aktivna družinska zabava PLESALNE PODLAGE ZA ARKADNI PLES



NOV TREND

VIDEO IGRE
+ ŠPORTNA VADBA
= VIDEOVADBA

NAGRADNA IGRA
www.simmedia.eu

promocijski 5% popust
ZA NAKUP PLESALNE PODLAGE

Geslo za popust: **arkademiija**

Popust velja ob naročilu preko spletne strani: www.simmedia.eu ali preko telefona **041-747 234**

Velja do 31.01.2010

Plesalne podlage najdete tudi na

mimovrste
Spletni center sodobnih nakupov™

Vabljeni na prednovoletne prireditve z arkadnim plesom:

21.11.2009
Mercator Savski otok Kranj
22.11. in 23.11.2009
Mercator center Lesce
24.11., 25.11. in 26.11.2009
Mercator Primskovo Kranj
27.11. in 28.11.2009
BTC hala A
01.12.2009
Mercator center Celje

Zastopstvo in prodaja:
Simmedia d.o.o., Gradnikova c. 48, 4240 Radovljica
T: 041-747-234 E: info@simmedia.eu