

MAŁYMI KROCZKAMI

Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci w wieku 1-2 lata. Pobudzają ciekawość i wrażliwość dziecka. Oswajają z nowym otoczeniem i obecnością innych dzieci podczas wspólnych aktywności.

Podczas spotkań proponowane są zabawy ruchowe, paluszkowe, a także muzyczne. Nie brakuje również części plastycznej, podczas której lepimy z masy solnej, malujemy farbami, a także wyklejamy.

UWAGA: na zajęciach możemy się trochę pobrudzić!

Piątek 09:30 – 10:15

45 min

Cena: 45zł jednorazowe wejście, 140 zł karnet na 4 zajęcia

HOP PRZEDSZKOLE

Zajęcia adaptacyjno-edukacyjne dla dzieci od 2 do 3 lat, które za chwilę będą przekraczać progi prawdziwych przedszkoli. Udział w zajęciach pozwoli dzieciom pokonać wiele barier, zminimalizować stres związany z przedszkolnym startem, nauczy funkcjonowania w grupie, oswoi z regułami panującymi w przedszkolach. Zajęcia prowadzone są w formie ciekawych zabaw w oparciu o znane i sprawdzone metody pedagogiki przedszkolnej. Maluchy podczas zajęć poznają piosenki, słuchają bajek, uczestniczą w zabawach i ćwiczeniach ruchowych, malują, rysują, wyklejają. Uczą się kolorów, nazywania części ciała, rozpoznają zwierzęta oraz poznają mnóstwo ciekawych, nowych aktywności. Dzięki uczestnictwu w zajęciach dzieci rozwijają wyobraźnię, odkrywają w sobie nowe talenty oraz doskonalią nowe umiejętności.

UWAGA: na zajęciach możemy się trochę pobrudzić!

Poniedziałek, Środa, Piątek 10:30 – 13:00

2,5 h

Cena: 60 zł jednorazowe wejście, 200 zł karnet na 4 zajęcia (w przypadku wykupienia karnetu na więcej niż jeden dzień w tygodniu obowiązuje zniżka 10%)

GORDONKI

Zajęcia polegają na stymulowaniu rozwoju muzycznego dziecka głównie za pomocą śpiewu. Ich głównym celem jest rozwój zdolności muzycznych i kształtowanie języka muzycznego, a za ich pomocą wspieranie wszechstronnego rozwoju dziecka. Zajęcia odbywają się w formie śpiewanek i rytmiczek – dzieci poprzez zabawę poznają melodie w różnych skalach modalnych czy proste i skomplikowane rytmy. Ważne, by dziecko miało pełną swobodę ruchu, stąd to dorośli mają podążać za jego ruchem, nie zmuszając go do siedzenia w miejscu. Tym bardziej, że pierwsze lata życia malucha to najlepszy, a zarazem najważniejszy, czas na naukę języka muzycznego.

Na zajęcia zapraszamy dzieci z osobą dorosłą (rodzice, dziadkowie, opiekun). Zabieramy ze sobą wygodny strój (większość czasu spędzamy na dywanie), zmieniamy obuwie, można oczywiście pozostać w skarpetkach. Zajęcia prowadzone są w formie "śpiewanek i rytmiczek" kierowanych bezpośrednio do dzieci. Rodziców zachęcamy do czynnego uczestnictwa, nikt nie ma tak dobrego kontaktu z dzieckiem, jak rodzic.

Dzieci (te poruszające się samodzielnie) mają pełną swobodę ruchu, nie są zmuszane do siedzenia w miejscu. Raczej dorośli podążają za dzieckiem. Ucho pracuje nawet w czasie zabawy. Na każdych zajęciach chętni będą mogli dowiedzieć się więcej na temat samej teorii uczenia się muzyki.

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku 0 – 3 lat

Poniedziałek 14:00 – 14:45

45 min

Cena: 40 zł jednorazowe wejście, 120 zł karnet na 4 zajęcia

SENSOPLASTYKA

SENSOPLASTYKA® to zajęcia wpływające na optymalny rozwój całego organizmu. Stymulując receptory wpływamy na rozwój połączeń nerwowych w mózgu. Im jest ich więcej tym „łatwiej” nam się myśli, tym sprawniej przebiegają wszelkie procesy umysłowe. Podczas tych spotkań czerpiemy czystą radość – bawimy się, chlapiemy, brudzimy, stymulujemy. Budzimy wszystkie zmysły, a więc jest kolorowo, pachnąco, głośno. Dotykamy wielu faktur, bazujemy WYŁĄCZNIE na produktach spożywczych. Zajęcia prowadzone są przez osobę posiadającą odpowiednie uprawnienia.

BEZ OGRANICZEŃ WIEKOWYCH

Czwartek 11:00 – 11:45

45 min

Cena: 40 zł jednorazowe wejście, 120 zł karnet na 4 zajęcia

TAŃCZĄCE MALUSZKI

Ruch jest przejawem życia, a aktywność fizyczna to czynnik kształtujący organizm ludzki i jego funkcje. Dlatego tak ważna jest aktywność fizyczna już od najmłodszych lat. A to właśnie TANIEC jest dla dziecka najprzyjemniejszą formą ruchu. Przez ruch dziecko poznaje samego siebie, swoje możliwości, a także rozwija wiarę we własne siły. „Nadzorowanie” ruchu dziecka jest bardzo ważne. Pozwala prawidłowo wykonać każde zadanie na zajęciach tanecznych. Zajęcia prowadzone są według ściśle ułożonego programu, odpowiedniego dla poszczególnych grup wiekowych. Na zajęciach z tańca dzieci poznają podstawowe kroki taneczne. Każdy układ tańczony jest do znanych i uwielbianych przez dzieci piosenek. Rytmiczna muzyka i proste słowa wpadają od razu w ucho malucha. Młodzi tancerze podczas zajęć poznają zarówno polskie jak i angielskie oraz hiszpańskie utwory... ale nie tylko. Tańcząc uczą się śpiewać obcojęzyczne piosenki. Zajęcia z tańca uatrakcyjniają liczne zabawy ruchowe. Na koniec roku organizujemy pokaz tańca, podczas którego dzieci otrzymują pamiątkowe dyplomy i medale.

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku 1,5 – 3 lat

Wtorek 10:00 – 10:30

30 min

Cena: 40 zł jednorazowe wejście, 120 zł karnet na 4 zajęcia

BALET

- Dlaczego proponujemy dzieciom zajęcia z baletu? - Uwrażliwiamy dzieci na muzykę klasyczną i rytm.

- Czy zajęcia spodobać się mojemu dziecku? - Dzieci uwielbiają odkrywać, a artystyczny świat ma wiele sekretów. Kulisy świata sceny są dla dzieci ekscytujące.

- Czy zajęcia są trudne? - Zapraszamy dzieci do świata baletowych podróży, bajkowego świata tańca. Zajęcia prowadzone są w formie zabaw, a poziom ćwiczeń dostosowany do wieku dzieci.

Nasi uczniowie poznają podstawy tańca klasycznego oraz ćwiczenia przeplatane z zabawami muzycznymi. Rozciągamy się i wzmacniamy mięśnie.

Dzięki mini-choreografiom i zadaniom aktorskim nasi uczniowie pokonują nieśmiałość, nabywając pewności siebie i rozwijają kreatywność.

W programie

– podstawy baletu klasycznego, – tematyczne improwizacje taneczne, – rytmika, – ćwiczenia rozciągające, – ćwiczenia wzmacniające mięśnie, – korygowanie postawy, – rozwijanie koordynacji ruchowej, – zabawy taneczne, – mini-choreografie baletowe.

Każdy semestr zajęć zakończony jest pokazem dla rodziców.

Wtorek

Grupa I (2-3 latki) 16:45 - 17:15

Grupa II (4-5 latki) 17:15 - 17:45

Grupa III (6+) 17:45 - 18:15

Koszt: 40 zł wejście jednorazowe, 120 zł karnet na 4 zajęcia

AKROBATYKA

Dyscyplina opierająca się na ogólnym rozwoju wszystkich cech motorycznych. Zapewnia harmonijny rozwój całego organizmu. To niezwykle atrakcyjna forma ruchu dla dzieci. Wzmacnia pozytywne cechy charakteru, uczy dyscypliny i odpowiedzialności za siebie i współwiczających.

Ćwiczenia zwinnościowe mają pozytywny wpływ na proces uczenia się! Podczas zajęć dzieci uczą się rozwiązywać problemy, przezwyciężać obawy a także podejmować szybkie decyzje. Nasze zajęcia to wspaniała alternatywa dla gimnastyki korekcyjnej, w ciekawy sposób wzmacniamy mięśnie postularne i budujemy nawyk prawidłowej postawy. Uczymy się prawidłowo wykonywać przewrót w przód, w tył, turlanie, mosty akrobatyczne i wiele innych. Akrobatyka pozytywnie wpływa na rozwój fizyczny dziecka, kształtując prawidłową postawę i wzmacnia mięśnie. Pomaga wykorzystać nadmiar energii i ukierunkować go w stronę pożytecznej i zdrowej aktywności. Dla osób związanych z tańcem niesie dodatkowe korzyści, gdyż usprawnia i uelastycznia ciało, wpływając na grację ruchów.

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku od 5 lat

Czwartek 18:00 – 18:45

45min

Cena: 45zł jednorazowe wejście, 140zł karnet na 4 zajęcia

JAZZ

Podstawą techniki jazzowej i tańca współczesnego jest balet. Styl ten pozbawiony jest jednak sztywnych ruchów, jakie charakteryzują balet. Technika jazz pozwala na swobodę ciała, zawiera dużą dawkę dynamiki ruchu. Cechami charakterystycznymi tańca jazzowego jest izolowanie poszczególnych części ciała, którymi porusza się w różnych płaszczyznach, a przede wszystkim na podłodze i w różnym tempie. Podczas naszych zajęć doskonale rozwijamy wszystkie grupy mięśniowe, poprawiamy ogólną sprawność ciała, gibkość, płynność oraz elastyczność. Podczas tańca uczymy wyrażać emocje i uczucia.

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku od 6 lat

Wtorek 18:15 – 19:00

45h

Cena: 45 zł jednorazowe wejście, 140 zł karnet na 4 zajęcia

JUDO

Judo to dyscyplina olimpijska z dalekiego wschodu. To zarówno sztuka walki jak i umiejętność samoobrony. Ogromnym walorem dyscypliny jest duży nacisk na ćwiczenia ogólnorozwojowe i wszechstronność. Dlatego kształtuje się jednocześnie siłę, szybkość, wytrzymałość, gibkość i koordynację ruchową. Dla dynamicznie kształtującego się młodego organizmu, nie ma nic lepszego niż takie właśnie zajęcia!

Zajęcia prowadzone są w formie ćwiczeń ogólnorozwojowych, zabaw z elementami Judo, które wprowadzane są stopniowo i dostosowane są do grupy wiekowej. Uczymy młodych sportowców jak poprawnie upadać, by nie zrobić sobie krzywdy. Wiedza na temat specyficznego ułożenia ciała w czasie upadku eliminuje ryzyko kontuzji i wypadków. Poznajemy elementy przepychania, przewracania, ugniatania. Znaczna część treningów zawiera elementy gimnastyki. Na zajęciach uczymy samodyscypliny, współpracy z partnerem, odwagi i szacunku dla drugiej osoby.

Czwartek

16:45 – 17:15 (3-4 latki)

30 min

Cena: 40 zł jednorazowe wejście, 120 zł karnet na 4 zajęcia

Czwartek

17:15 – 18:00 (5+)

45 min

5+

Cena: 45 zł jednorazowe wejście, 140zł karnet na 4 zajęcia

ZAJĘCIA ARTYSTYCZNE AKADEMIA ARTE

Podczas zajęć będziemy uczyć, rozwijać pasje i wspólnie zdobywać nowe doświadczenia, nie zabraknie też czasu na zabawę. Wspólnie odkryjemy talent w każdym z Was. Jesteśmy przekonani, że wielu wybitnych aktorów, piosenkarzy i tancerzy narodzi się na naszych oczach. Nasi instruktorzy dodadzą do Waszych talentów znakomity warsztat aktorski, wokalny, taneczny i akrobatyczny. Zapraszamy serdecznie do zapisów na zajęcia dzieci w wieku 6-8; 9-11; 11 i starsze.

Sobota

10:00 – 14:00

4h

Cena: 399 zł/m-c