

DODATKOWE ATRAKCJE

III turnus

TRENING KREATYWNOŚCI „W poszukiwaniu samego siebie”/Agnieszka Czachorowska s.306

Kim jestem? Jakie są skarby mojego wnętrza? Jak poznawać i polubić samego siebie? Dzieciństwo jest czasem stawiania wielu podobnych pytań. Zadaniem dorosłych jest wspomagać dziecko w procesie odnajdywania odpowiedzi. Proponowane warsztaty twórcze są elementem wsparcia dzieci w kreśleniu mapy samego siebie. A dzięki takiej mapie łatwiej będzie zachować wewnętrzną harmonię pomimo zmian zachodzących w nich samych oraz w otaczającym świecie.

JOGA NA WESOŁO/Julita Urbaniak s.gim

warsztaty wypełnione ćwiczeniami i zabawami ruchowymi, które poprawiają koordynację, równowagę i motorykę oraz uświadomią uczestnikom, jak ważne jest, by samemu dbać o swoje zdrowie, przede wszystkim, żyjąc aktywnie. Joga to nie tylko ruch, dlatego prowadząca przekazuje dzieciom takie wartości, jak „lubię siebie”, „jestem silny/a”, „potrafię”, „daję dobro = otrzymam dobro”. Ważnym elementem warsztatów będą też ćwiczenia dające umiejętność samodzielnego wyciszenia i uspokojenia. Dzieciom już aktywnym ruchowo zajęcia te dadzą dodatkową świadomość tego, jak pracuje ich ciało i umysł, i jak mogą być jeszcze bardziej sprawne. Dla dzieci nie uprawiających żadnego sportu joga może być tym brakującym pierwiastkiem, który przekona je, że fajnie jest ćwiczyć! Ostatecznym celem zajęć jest to, by każdy uczestnik wyszedł z nich pozytywnie zmęczony (a dzięki temu silniejszy), zaintrygowany nową formą aktywności fizycznej, pewny siebie i otwarty na ludzi, rówieśników. Czyli po prostu... by był szczęśliwy i w świetnym humorze.

WARSZTATY ŻYWIENIOWE/Hania Juchniewicz - Zbroja s.206

podczas zajęć odbędą się interaktywne zabawy z zakresu dietetyki - dietetyczne rebusy w trakcie których uczestnicy będą m.in. rozpoznawać warzywa i owoce za pomocą zmysłu dotyku, smaku lub zapachu oraz warzywno-owocowe malowanie. Nie zabraknie też dyskusji na temat właściwości warzyw i owoców. Dzieci będą zastanawiać się skąd superbohaterowie czerpią swoje moce i sprawdzą co jedzą ich idole.

IMPREZA SPORTOWA „ROUNDNET” POŁĄCZONA Z PIECZENIEM KIEŁBASEK - Wyjście do INKU SZCZECIŃSKIEGO INKUBATORA KULTURY ul. Woj. Polskiego 90/Fundacja Kamienica 1/Marek Szymański

zajęcia, podczas których uczestnicy poznają nową formę aktywności fizycznej pod nazwą roundnet oraz gry i zabawy podwórkowe. Na tych zajęciach będzie wesoło i aktywnie. Uczestnicy spróbują nowych gier i zabaw oraz będą mogli sprawdzić siebie w zespole jak i podczas indywidualnych rozgrywek. Roundnet to nowa forma rekreacji i sportu zbliżona do siatkówki i pochodząca ze Stanów Zjednoczonych. Polega na odbijaniu piłki pomiędzy graczami oraz uderzaniu jej w siatkę naciągniętą na obręcz o średnicy ok 1 m. Grę toczy się w 2-osobowych zespołach. Przy jednym stanowisku rywalizują ze sobą dwa zespoły.

PROJEKCJA MULTIMEDIALNA/Monika Wilczyńska s.106

CODZIENNE POCZĘSTUNKI w formie cateringu (śniadanie i obiad)/Marzena Konefał s. 104