

WARSZTATY WRAP-DANCE

(TANIEC KREATYWNY Z CHUSTAMI)

DLA RODZICÓW Z DZIEĆMI

(zapraszamy dzieci od 2 roku życia)



Serdecznie zapraszamy na nowe zajęcia!

- Jeżeli jesteś mamą lub tatą i niełatwo Ci myśleć o własnych potrzebach,
- Jeżeli cenisz energię, mądrość i towarzystwo innych rodziców...
- Jeżeli potrzebujesz ruchu, a nie możesz, lub nie chcesz zostawiać swojej pociechy, te zajęcia są właśnie dla Ciebie!

Nie musisz mieć żadnego przygotowania tanecznego – zapraszamy osoby, których celem nie jest mechaniczna nauka kroków i technik, ale lepszy kontakt ze sobą i własnym ciałem!

Będziemy bawić się przede wszystkim improwizacją taneczną i tańcami w kręgu. Wykorzystamy chusty i sięgniemy po zabawy i melodie z różnych zakątków świata.

KORZYŚCI PŁYNĄCE Z ZAJĘĆ WRAP-DANCE DLA DZIECI I RODZICÓW:

- Zaspokojenie naturalnej potrzeby wspólnej, beztroskiej zabawy dziecka i rodziców,
- Wzmocnienie kondycji fizycznej ,
- Kształtowanie właściwej sylwetki i poruszania się,
- Rozwijanie refleksu i koordynacji ruchowo-zmysłowej dzieci i rodziców,
- Usprawnianie pamięci, spostrzegawczości, orientacji przestrzennej i uwagi,
- Zapobieganie nadpobudliwości psychoruchowej dzieci,
- Wyrabianie wrażliwości, wyobraźni i inteligencji twórczej,
- Odkrywanie osobistych zasobów: odwagi, cierpliwości, wytrwałości,
- Nabywanie umiejętności i wyrabianie nawyków harmonijnego współżycia z innymi:
zasad współpracy w grupie, grzeczności, empatii, nieoceniającej akceptacji siebie i innych,
- Ułatwianie swobodnego przełamywania barier w nawiązywaniu kontaktu z rówieśnikami.



Link do przykładowych zajęć: <https://tiny.pl/tdx2s>

SZCZEGÓŁY WARSZTATÓW:

Grupa docelowa: dzieci **od 2 do 10 lat**

Ilość uczestników : **od 10 do 20 osób**

Czas trwania: **60 - 120 minut**

KOSZT: **20 zł od osoby (rodzic + dziecko)**
30 zł od osoby (dwoje rodziców + dziecko)

www.**HolisticPrograms**.pl
szkolenia@holisticprograms.pl
mgr Adam Kasperek 504-509-977

