

## Zajęcia Power Kids w Trójce!

**PowerKids** to wyjątkowe zajęcia, które wspierają rozwój fizyczny, emocjonalny i umysłowy dzieci.  
Podczas zajęć łączymy:

- **Ruch** – joga, ćwiczenia koordynacyjno-ruchowe oraz zabawy taneczno-ruchowe, które wspomagają prawidłowy rozwój fizyczny.
- **Oddech** – nauka technik oddechowych, które pomagają radzić sobie ze stresem i trudnymi emocjami.
- **Mindfulness** – trening uważności i koncentracji.
- **Sensoryka** – ćwiczenia z zakresu integracji sensorycznej, wspierające rozwój intelektualny, motoryczny oraz społeczno-emocjonalny.

Zajęcia odbywają się raz w tygodniu, trwają 45 minut i są dopasowane do planu lekcji dzieci. Dzięki temu, że zajęcia odbywają się w szkole, rodzice nie muszą dowozić dzieci, oszczędzając czas, który mogą spędzić razem z nimi.

Serdecznie zapraszamy wszystkie dzieci na tę niezapomnianą przygodę!

Opracowany przez doświadczonych pedagogów, psychologów, terapeutów integracji sensorycznej oraz instruktorów jogi, fitness i tańca.

## AUTORSKI PROGRAM ZAJĘĆ OGÓLNOROZWOJOWYCH DLA DZIECI W WIEKU 6-13LAT

# POWER KIDS

### SENSORYKA

Elementy integracji sensorycznej, która zapewnia właściwy rozwój intelektualny, ruchowy, emocjonalno-społeczny, stymuluje percepcję wzrokową i słuchową, rozwija umiejętności motoryczne.

### RUCH

Niezwykle ważny w prawidłowym rozwoju. Nasze zajęcia zawierają w sobie elementy TAŃCA, JOGI i SPORTU podczas ćwiczeń i aktywnych zabaw.

### MINDFULNESS

Trening umysłu i uważności pomaga w koncentracji, ułatwia naukę, uczy skupienia i bycia tu i teraz. Podczas zajęć wprowadzamy elementy bajki i muzykoterapii.

### ODDECH

Nauka technik oddechowych jest bardzo cenną umiejętnością. Odpowiedni oddech wspiera odporność, łagodzi stres i pomaga radzić sobie z trudnymi emocjami.



Facebook: @powerkidsproedu



Instagram: @powerkidsproedu



www.powerkidsproedu.pl

KONTAKT:

KONTAKT@POWERKIDSPROEDU.PL



505 733 153

530 051 598



Harmonijny rozwój ciała, korygowanie wad postawy.

Łatwiejsze skupienie uwagi, poprawa koncentracji.

Dobry wpływ na pamięć, pobudzenie wyobraźni, rozwój kreatywności.

Rozwój elastyczności i ruchliwości kręgosłupa oraz stawów.

Doskonalenie zdrowej i efektywnej techniki oddychania.

Uspokojenie i wzmacnianie systemu nerwowego.

Nabywanie umiejętności akceptowania siebie i innych.

Właściwy rozwój intelektualny, ruchowy i emocjonalno społeczny.

45 minut fantastycznej i rozwojowej zabawy

110 zł - opłata miesięczna

1/7 zajęcia raz w tygodniu

30 zł - kwota jednorazowego wpisowego

**DOŁĄCZ DO**

**POWER KIDS**

- 1 Wejdź na [www.powerkidsproedu.pl](http://www.powerkidsproedu.pl) lub [www.facebook.com/powerkidsproedu](https://www.facebook.com/powerkidsproedu).
- 2 Wypełnij formularz zgłoszeniowy.
- 3 Czekaj na wiadomość SMS lub e-mail z informacją o pierwszych zajęciach! :)

**ZAJĘCIA W TWOJEJ SZKOLE!!**

**NAJLEPSZY WYBÓR NA DRODZE ROZWOJU TWOJEGO DZIECKA.**

ZAPRASZAMY TAKŻE NA LETNIE PÓLKOLONIE PEŁNE ATRAKCJI ORAZ OBOZY I KOLONIE!!