

**KLUB RODZICÓW   
W KLUBIE JĘDRUŚ OŚRODKA KULTURY KRAKÓW-NOWA HUTA**

**MARZEC 2024**

Zajęcia odbywają się w Klubie Jędruś Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta

(Kraków, os. Centrum A 6A)

tel. 504418913, e-mail: [jedrus@krakownh.pl](mailto:jedrus@krakownh.pl)

Koszt poszczególnych zajęć: 1 zł/osoba dorosła

W ramach Klubu Rodziców w marcu proponujemy:

1. **ENCE PENCE - GRY I ZABAWY RUCHOWE**
2. **PROJEKT: WSPÓLNA SOBOTA**

**I. ENCE PENCE - GRY I ZABAWY RUCHOWE**

Zabawy rodzinne z wykorzystaniem gimnastyki prowadzonej metodą Sherborne. Wesołe brykanie rodziców z dziećmi w wieku 0-3 lat. Podczas zajęć dzieci będą rozwijać świadomość własnego ciała i usprawniania ruchowego; świadomość przestrzeni i działania w niej; dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywania z nimi bliskiego kontaktu.

**Termin:** **5, 12, 19, 26 marca 2024, godz. 17.00 - 18.00**

**III. PROJEKT: WSPÓLNA SOBOTA**

**Ele mele dutki - warsztat gimnastyki rodzinnej**

Rodzinna zabawa w Klubie Jędruś!

Zajęcia gimnastyczne pod okiem doświadczonego trenera pozwolą na zacieśnienie więzi   
z dzieckiem. Poprzez aktywne uczestnictwo w warsztatach i asekurację przy poszczególnych ćwiczeniach, rodzice i ich pociechy budują wzajemne zaufanie oraz bliską relację. Zabawowy charakter warsztatów wspiera pozytywny obraz aktywności fizycznej wśród dzieci, a także polepsza ogólną koordynację i świadomość ciała.

Zajęcia dla rodzin z dziećmi (chodzącymi) do lat 3.

**Termin:** **9 marca 2024,** **godz. 11.30 - 12.15 (gr. I); godz. 12.15 - 13.00 (gr. II)**