



## **Teatr Praska 52 - Centrum Kultury Podgórze**

2019-06-25

### **HARMONOGRAM KLUBU RODZICÓW**

**Czerwiec 2019**

- **01.06 (sobota) godz. 10.00**

**Zajęcia Umuzykalniające dla Malucha - zajęcia ogólnorozwojowe; prowadzenie: Kamila Klimczak**

Zajęcia adresowane do dzieci 0 - 3 (wraz z rodzicami) polegają na ćwiczeniach rytmicznych z wykorzystaniem naturalnych „instrumentów”. Zajęcia zawierają też elementy sensorycznej plastyki oraz zabaw z chustą animacyjną. Podczas zajęć stosowane są naturalne produkty.

- **04, 11, 18, 25.06 (wtorki) godz. 12.15 - 13.00 (1.grupa) i 13.05 - 13.50 (2.grupa)**

**Gordonki - zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i dzieci (0-3 lat); prowadzenie: Monika Madej**

Gordonki - zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i dzieci (0-3 lat) to zaproszenie do wspólnego odkrywania świata dźwięków. Przy pomocy muzyki wykonywanej na żywo (śpiew, rytmizacja) dzieci odkrywają świat rytmów i skal. W spontaniczny sposób rozwijają swoje zdolności muzyczne oraz harmonię ruchu. Każdym zajęciom towarzyszą rekwizyty pobudzające dziecięcą wyobraźnię.

- **05. 06 (środa) godz. 12.00**

**Dietetyczne warsztaty dla Malucha Zdrowe Słodkości - zajęcia z zakresu dietetyki dzieci 0-3, prowadzenie: Dorota Sokół**

Zajęcia składają się z dwóch części: teoretycznej, podczas której rodzice dowiadują się, czym zastąpić słodczyce dostępne w sklepach, jak samemu w prosty sposób przygotować zdrowe zamienniki batoników i cukierków, itp., oraz praktycznej, podczas której rodzice w raz z dziećmi przygotowują zdrowe słodczyce złożone głównie z naturalnych, nieprzetworzonych produktów.

- **06, 13, 27.06 (czwartki) godz. 10.15 - 11.15**

**Fitness dla mam z dziećmi; prowadzenie: Wiktoria Walenista**

Zapraszamy mamy z dziećmi do 3 lat. Na pierwsze zajęcia można przyjść już w 9. tygodniu po porodzie naturalnym lub w 13. tygodniu w wypadku cesarskiego cięcia. Specjalnie dobrane ćwiczenia skupiają się na partiach mięśni, które po ciąży oraz porodzie są osłabione i potrzebują wzmocnienia. Szczególna uwaga zwrócona jest na zdiagnozowanie rozstępu mięśnia prostego brzucha. W czasie zajęć dzieci uczestniczą w ćwiczeniach lub bawią się.



**Magiczny  
Kraków**

- **15. 06 (sobota), godz. 16.00 i 17.00**

**Plastyka dla Malucha - zajęcia ogólnorozwojowe, prowadzenie: Justyna Kryjak (Teatr Aplauz)**

Zajęcia adresowane do dzieci 0 - 3 (wraz z rodzicami) polegają na uaktywnieniu wszystkich zmysłów dziecka podczas zabaw plastycznych, zapoznaniu dzieci z różnorodnością otaczających nas na co dzień kolorów i faktur. Podczas zajęć wykorzystuje się w dużej mierze produkty naturalne, takie jak ryż, mąka, kakao. Zajęciom towarzyszą muzyczne inspiracje i króciutkie przerwy na rytmiczne zabawy.

**Na wszystkie zajęcia obowiązuje bilet wstępu w cenie 1 zł od osoby dorosłej.**

**Dla posiadaczy Karty Klubu Rodziców wstęp bezpłatny.**

**KONTAKT:**

**Teatr Praska 52**

**ul. Praska 52**

[www.teatrpraska52.pl](http://www.teatrpraska52.pl)