

**TRAIN  
- ME -  
NOW**

# **PÓŁKOLONIE** *Train Me Now*

**Be Montessori School, ul. Schuberta 79 Gdańsk**

**21-25 sierpnia**

**Dzieci w wieku 7 - 12 lat**

**Cena 750 zł**



---

**PIŁKA NOŻNA - EDUKACJA LEŚNA - EJDETYKA -  
WARSZATY ŻYWIENIOWE - DZIEŃ NA SIŁOWNI**

---

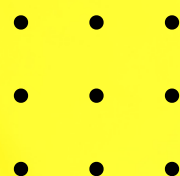
**Sport | Relacja | Edukacja**

---

**Nie czekaj - zapisz się już teraz!**

**kontakt@trainmenow.pl**

**+48 533 149 011**



# INFORMACJE

## Ogólne

Nasze półkolonie są odpowiedzią na dzisiejsze potrzeby oraz wyzwania, przed którymi stoi młode pokolenie. Naszą misją jest **propagowanie poprzez relacje zdrowych wzorców**, które dzięki zakorzenieniu od najmłodszych lat będą mogły zostać z dziećmi na dłużej.

Każdy dzień naszych półkolonii poświęcony zostanie innej tematyce szerzej opisanej w dalszej części oferty.

## RAMOWY PLAN DNIA

---

- 8:00 | zbiórka
- 8:00 - 8:30 | śniadanie
- 8:30 - 12:00 | pierwsza część zajęć poświęcona tematyce z danego dnia
- 12:00 - 12:30 | obiad
- 12:30 - 15:00 | druga część zajęć poświęcona tematyce z danego dnia
- 14:30 - 15:00 | odbiór Dzieci

Ze względu na różne atrakcje każdego dnia ramowy plan zajęć może różnić się od powyższego planu.

## TRENERZY I KADRA WYCHOWAWCZA

---



**GEZARY**



**PIOTR**



**MATEUSZ**



**KRZYSZTOF**



**KLAUDIA**



**WIOLETA**



**ALONA**



**ULIANA**



**BARTEK**



**OLEK**



**MARCIN**



**PRZEMEK**



# TEMATYKA

*Dnia*

## ***DZIEŃ SPORTU Z DECATHLON***

---

**Poniedziałek** | Dzień pełen atrakcji w sklepie Decathlon. Korzystamy z zalet, które dają gry zespołowe. Poprzez współdziałanie mamy misję przekazać, że sport jest dla każdego. Bez zbędnej rywalizacji i ciśnienia, opierając się głównie na relacji trenera z uczestnikami, jak i między nimi samymi.

## ***DZIEŃ EDUKACJI LEŚNEJ***

---

**Wtorek** | Główną ideą tego dnia jest uczenie i wychowywanie dzieci w zgodzie z rytmem natury. Podczas całego dnia spędzonego w placówce leśnej chcemy rozbudzić w naszych podopiecznych entuzjazm, wciągnąć ich w aktywność fizyczną, pozwolić doświadczać oraz dzielić się inspiracjami - wszystko w zgodzie z naturą.

Jakie korzyści przyniesie nam taki dzień?

- będziemy promować wśród najmłodszych zdrowy tryb życia, kreatywność, miłość i szacunek do środowiska naturalnego,
- rozwiniemy kompetencje i umiejętności przez zmysłowe doświadczenia oraz zaangażowanie emocjonalne,
- wskażemy drogę w późniejszych procesach uczenia się poprzez fundament, jakim jest rozwój motoryczny dziecka,
- umożliwimy dziecku zdobycie kompetencji społecznych: dojrzałego funkcjonowania w grupie, odpowiedzialności za siebie i innych, pewności siebie, otwartości oraz współpracy.

# TEMATYKA

*Dnia*

## **DZIEŃ NA SIŁOWNI**

---

**Środa** | Wizyta na profesjonalnej sali treningowej, gdzie Dzieci będą miały do czynienia ze specjalistycznym sprzętem do ćwiczeń. Podczas zajęć będziemy dzielić uczestników na małe grupy i indywidualizować trening, tak aby każdy wyniósł z niego jak najwięcej.

## **DZIEŃ EDUKACJI ŻYWIENIOWEJ**

---

**Czwartek** | Warsztaty żywieniowe w praktyce, czyli wyjście do sklepu na prawdziwe zakupy pod okiem trenera. Każdy będzie miał określone zadanie np. znaleźć zdrowy produkt, gdzie na pierwszych trzech miejscach w składzie nie może się znajdować substancja X. Takie zajęcia edukują w zakresie czytania etykiet czy znajomości potencjalnych „pułapek żywieniowych”. Po zakupach omawiamy wspólne wybory, a całość kończymy żywieniowym quizem.

## **DZIEŃ MÓZGU**

---

**Piątek** | Warsztaty pod znakiem neurogimnastyki - ejdetyka, memonium, life kinetik. Naszym podopiecznym zafundujemy trening fantazji, wyobraźni, rozwoju mowy, uwagi, myślenia i pamięci. Będziemy trenować umiejętność szybkiego zapamiętywania długich ciągów słów, rozwój aktywnego myślenia systemowego, umiejętność elastycznego i niestandardowego rozwiązywania problemów. Wierzymy, że takie warsztaty rozwijają wyobraźnię, spójną mowę, fantazję i zdolności twórcze. Nasze zajęcia uczą również komunikacji, pracy zespołowej, szacunku dla innych, tolerancji, a przy okazji rozwijają obie półkule mózgu.



# **INFORMACJE** *Ogólne*

## **TERMIN ZAPISÓW**

---

Zapisy przez formularz: 14 - 22 czerwca 2023

Decyzja o zakwalifikowaniu się: 22 czerwca 2023

Opłacenie Półkolonii: 22 - 27 czerwca 2023

Ostateczna lista uczestników Półkolonii: 28 czerwca 2023

Wypełnienie formularza nie jest jednoznaczne z zapisaniem się na Półkolonie - organizator ma prawo do wyboru osób, które zakwalifikują się na Półkolonie.

## **MINIMALNA GRUPA**

---

Półkolonie zostaną zorganizowane przy minimalnym zainteresowaniu 10 osób.

## **KOMUNIKACJA**

---

Wszelkie informacje dotyczące Półkolonii przekazywać będziemy Państwu w formie mailowej na adres podany w trakcie zapisu.

## **ORGANIZATORZY**

---

Fundacja Sport Relacja Edukacja



# NASZE *Imprezy*



**Zapisz się zanim  
zrobią to inni!**

