

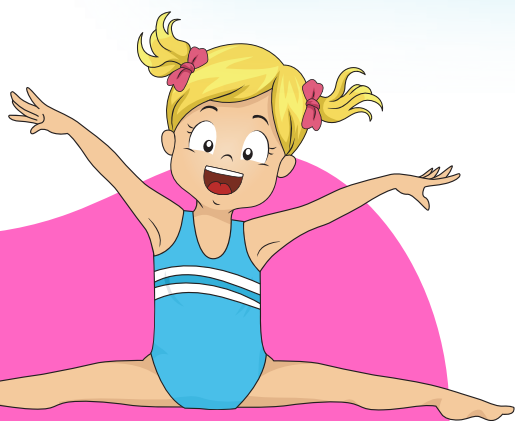
**KLUB
SPORTOWY**

**VIDIUS
ACTIVE**



**PRZEDSTAWIA
OFERTĘ**

**ZAJĘĆ DLA DZIECI
W SZKOŁACH**



VIDIUS
Active

VIDIUS ACTIVE
ul. A. Bochenka 16A, 30-693 Kraków
NIP 679 318 00 39 REGON 38249038

manager@vidiusactive.pl
728-494-817
www.vidiusactive.pl



AKROBATYKA Z ELEMENTAMI KOREKTYWY
GIMNASTYKA KOREKCYJNA
POWER NINJA
TANIEC

VIDIUS
Active

KIM JESTEŚMY?

**Akademia Ruchu
i Klub Sportowy Vidius Active.**

**Istniejemy po to by:
działać,
pomagać,
edukować,
zapobiegać,
uświadamiać,
dzielić się pasją,
wpływać na jednostkę
i zachęcać do aktywności.**

#WIZJA AKTYWNEJ PRZYSZŁOŚCI



STATYSTYKI SĄ ALARMUJĄCE!

- wg badań WHO polskie dzieci tyją najszybciej w Europie;
- **ponad 51%** polskich dzieci w wieku 5-9 lat ma nadwagę;
- **prawie 23%** dzieci w wieku przedszkolnym i **blisko 34%** dzieci w wieku wczesnoszkolnym ma stwierdzoną otyłość;
- wg prognoz, do roku 2030 **ponad 150 milionów** dzieci na świecie w wieku 10-19 i ponad 100 milionów dzieci w wieku 5-9 lat będzie OTYŁYCH;
- **ponad 97%** dzieci do 12-go roku życia ma problemy z wykonaniem części podstawowych zadań motorycznych;
- **ponad 80%** dzieci w Polsce ma stwierdzoną wadę postawy.



NOWĄ PIRAMIDA AKTYWNOŚCI DLA DZIECI OD 5-GO ROKU ŻYCIA

**MINIMUM
czasu
przed TV,
telefonem itp.**

**2-3 x W TYGODNIU:
aktywność
zorganizowana**

**3-5 x W TYGODNIU: dowolna
rekreacja ruchowa na
ogólnodostępnych obiektach**

**CODZIENNIE: co najmniej 60 minut
aktywności o niskiej lub średniej
intensywności**

WSPÓLNIE DZIAŁAJMY PREWENCYJNIE



WSPÓLNIE
przeciwdziałajmy rozwojowi
otyłości.

WSPÓLNIE
zapobiegajmy powstawaniu wad
postawy.

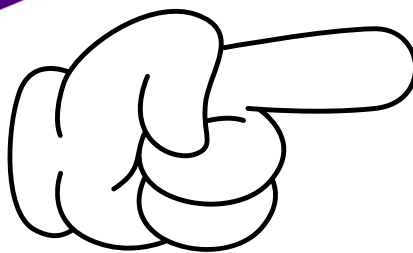
WSPÓLNIE
usprawniamy i wszechstronnie
rozwijamy młode ciała i umysły.

WSPÓLNIE
edukujemy i zachęcamy do
zdrowego trybu życia.

WSPÓLNIE
zawalczmy o lepszą przyszłość
wszystkich dzieci!



NASZA OFERTA



www.vidiusactive.pl

 **@vidius.active**
 **KS Vidius Active**
 **Vidius Active**

 **manager@vidiusactive.pl**
 **728-494-817**
 **ul. Bochenka 16A**

VIDIUS
Active

AKROBATYKA Z ELEMENTAMI KOREKTYWY

Zajęcia ogólnorozwojowe z elementami gimnastyki korekcyjnej, nastawione na dbanie o prawidłową postawę ciała oraz opanowanie właściwych wzorców ruchowych.

Podczas zajęć dzieci poznają podstawowe ćwiczenia z zakresu zarówno akrobatyki jak i gimnastyki a trenerzy stawiają przede wszystkim na bezpieczeństwo i rzetelne opanowanie podstaw ćwiczeń statycznych i dynamicznych.

Na zajęciach wykorzystywane są trenażery takie jak air tracki, kształtki czy materace.

Celem treningów jest wzmocnienie ciała, praca nad świadomością i precyzją ruchów, kształtowanie zdolności motorycznych zarówno koordynacyjnych jak i kondycyjnych oraz opanowanie pozycji wyjściowych i podstawowych pojęć akrobatycznych.

Cały proces nauczania i doskonalenia elementów dostosowany jest do rozwoju psychomotorycznego w ontogenezie.



GIMNASTYKA KOREKCYJNA

Zajęcia opierające się na ćwiczeniach korekcyjnych na zasadach symetrii i prewencji, czyli zapobiegania.

Podczas zajęć instruktor pracuje z podopiecznymi nad prawidłową postawą ciała, wzmocnieniem mięśni głębokich, wysklepieniem stopy, poprawą zakresów w stawach i świadomością ciała, przy okazji poprawiając koordynację ruchową i równowagę.

Ale co ważne, odbywa się to w formie zabawy w oparciu m.in. o metodę bezpośredniej celowości ruchu.

Podczas zajęć grupowych z gimnastyki korekcyjnej stawiamy na całościowe podejście do pracy nad postawą - zajęcia te nie są ukierunkowane na eliminację jednej, konkretnej wady, lecz na holistyczne spojrzenie na ciało dziecka.



VIDIUS
Active

POWER NINJA

Jest to autorski projekt zajęć o charakterze ogólnorozwojowym mających na celu przygotowanie motoryczne i całościowe wzmocnienie.

Zgodnie z rozwojem psychomotorycznym, około 6-7 roku życia następuje u dzieci zainteresowanie kierunkowe. Rozpoczyna się wtedy proces poszukiwania sportu idealnego dla siebie. Dlatego bardzo ważne jest by wdrażać wszechstronny rozwój i wspomóc dzieci w przygotowaniu ich ciał do sportu kierunkowego. Bezpiecznym i rozsądnym krokiem jest organizowanie dzieciom zajęć ogólnorozwojowych ukierunkowanych na kształtowanie możliwie wszystkich zdolności motorycznych.

Sprawne motorycznie ciało to także minimalizacja ryzyka kontuzji, zapobieganie powstawaniu wad postawy ciała, czy przeciwdziałanie otyłości.

Podczas treningu Power Ninja dzieci pokonują różnego rodzaju tory przeszkód i obwody stacyjne, stworzone tak, by pracować nad siłą, skocznością, szybkością, zwinnością czy koordynacją.

Trenerzy w trakcie zajęć uczą prawidłowych wzorców ruchowych a obciążenia i trudność oraz rodzaj ćwiczeń dobierane są do kategorii wiekowej, tak by zajęcia były w pełni bezpieczne.




VIDIUS
Active

TANIEC

Zajęcia taneczne, nastawione przede wszystkim na rytmizację, kształtowanie poczucia rytmu, koordynacji wzrokowo-ruchowo-słuchowej i świadomości ciała. Podczas zajęć dzieci poznają podstawy tańca klasycznego i jazzowego ale także podstawowe kroki hip hop, disco dance a także tańców towarzyskich. Zajęcia polegają na ekspresji ruchowej, dużej ilości gry ciałem oraz różnorodnych działań mających na celu kształtowanie osobowości scenicznej, pewności siebie, poczucia rytmu i kreatywności.

Dzieci poznają charakterystykę różnych stylów tanecznych, by rozwijać się wszechstronnie i zasmakować różnorodności tańca.

Podczas zajęć dzieci uczą się podstawowych kroków z danego stylu a następnie wykorzystują je w choreografii. Poznają własne ciało i jego możliwości a także uczą się bawić za pomocą ruchu i muzyki.

Mamy w ofercie także możliwość wyboru konkretnego stylu tanecznego: disco-dance, hip-hop, taniec nowoczesny, jazz, taniec towarzyski.

Podczas takich zajęć dzieci poznają podstawy techniki danego stylu i wykorzystują je w choreografii.



CEL NASZYCH ZAJĘĆ

- zapobieganie powstawaniu wadom postawy i kształtowanie właściwych nawyków ruchowych;
- rozwijanie zdolności motorycznych i całościowe wzmocnienie dzieci;
- rozwijanie świadomości ciała i celowości ruchu u dzieci;
- edukacja o istocie aktywności i zdrowego trybu życia;
- rozwijanie pasji do aktywnego spędzania czasu;
- zapobieganie nadwadze i otyłości wśród dzieci;
- nauka poprzez zabawę i przyjazną atmosferę na zajęciach;
- wywoływanie uśmiechu i zadowolenia na buziach dzieci.

PODSTAWOWE INFORMACJE

1. Miejsce prowadzenia zajęć:

- w siedzibie Vidius Active (ul. Bochenka 16A, Piaski Nowe);
- bezpośrednio w placówce szkolnej.

2. Godziny prowadzenia zajęć:

- ze względu na czynną działalność klubu, preferowane godziny prowadzenia zajęć w szkołach to 10:00-15:30.

3. Forma współpracy:

- umowa z dyrekcją szkoły;
- umowa z każdym rodzicem, który zapisze swoje dziecko na zajęcia.

4. Opłaty:

- zajęcia dla swoich podopiecznych opłaca szkoła;
- comiesięcznych opłat za zajęcia dokonują rodzice uczestników, na podstawie podpisanej umowy. Szkoła natomiast udostępnia salę do prowadzenia zajęć, lub w zależności od wybranej opcji dojeżdża z dziećmi do siedziby klubu;
- cena pojedynczych zajęć, uzależniona jest od rodzaju zajęć, liczby uczestników, ilości grup, lokalizacji prowadzenia zajęć, stawki godzinowej instruktora prowadzącego i waha się między 22,5 a 30 zł od dziecka za jedno zajęcia 45 minutowe.

5. Instruktorzy:

- wszystkie zajęcia prowadzone są przez instruktorów posiadających właściwe uprawnienia i z pedagogicznym podejściem do podopiecznych;
- gimnastyka korekcyjna prowadzona jest przez fizjoterapeutów, nauczycieli wychowania fizycznego oraz czynnych trenerów - każdy z ukończoną specjalizacją/kursem: instruktor gimnastyki korekcyjnej;

6. Grupy zajęciowe:

- zalecamy tworzenie grup klasami, by utrzymać jedną kategorię wiekową podczas zajęć;
- wszystkie zajęcia w grupach szkolnych trwają 45 minut;
- liczba uczestników w grupie: 6-14.

7. Sprzęt sportowy:

- aby zajęcia miały jeszcze przyjemniejszy dla dzieci charakter, korzystamy z różnego rodzaju sprzętu sportowego dostosowanego do grup wiekowych. Za każdym razem instruktorzy przywożą pomoce treningowe ze sobą;
- do zajęć z akrobatyki, gimnastyki korekcyjnej i power ninja konieczne jest korzystanie z większych trenażerów, takich jak air track, kształtki rehabilitacyjne, płotki, drabinki koordynacyjne itp. Aby zapewnić dzieciom bezpieczeństwo i komfort podczas zajęć, dobrze aby sala była odpowiednio duża (najmniejszy nasz air track ma długość 4 metry).

DLACZEGO WŁAŚNIE MY?

Vidius Active to nie tylko doświadczeni trenerzy,
z wykształceniem kierunkowym, którzy stale
podnoszą swoje kwalifikacje.

CKKS[®]

Niepubliczna Placówka Doskonalenia Nauczycieli



Akredytacja
Kuratorium Oświaty
we Wrocławiu

**Założyciele Vidius Active,
przy współpracy
z Centrum Kształcenia Kadr Sportowych
prowadzą kursy instruktorskie
i trenerskie oraz szkolenia
uzupełniające dla nauczycieli.**

**ZAPRASZAMY RÓWNIEŻ DO UDZIAŁU
W NASZYCH KURSACH I SZKOLENIACH.**

**JAKO PARTNERZY CKKS POSIADAMY SPECJALNY RABAT:
Z KODEM "VIDIUSACTIVE" OTRZYMUJE SIĘ 10% ZNIŻKI
NA WSZYSTKIE KURSY I SZKOLENIA ORGANIZOWANE
PRZEZ CKKS – ODSYŁAMY NA STRONĘ:**

VIDIUS
Active



ZAPRASZAM DO KONTAKTU

Menadżer Klubu:
mgr Jagoda Kumorek



manager@vidiusactive.pl



728-494-817



**ul. Bochenka 16A, Piaski
Nowe**



www.vidiusactive.pl

**CHĘTNIE SPOTKAMY SIĘ BY OMÓWIĆ
SZCZEGÓŁY POTENCJALNEJ
WSPÓŁPRACY.**