

Íþróttaskóli barnanna



Íþróttaskólinn er 10 tíma námskeið sem hefst **n.k laugardag þann 9. október.**

Námskeiðið verður á laugardagsmorgnum í nýju glæsilegu íþróttamiðstöðinni okkar frá kl. 11:00-12:00 og er ætlað börnum fæddum 2005-2008.

Kennarar verða Harpa Rut Heimisdóttir íþróttافرæðingur, M.S. og Valdís Guðbrandsdóttir iðjuþjálfari.

Mælt er með að börnin mæti í þægilegum fötum og berfætt svo þau nái sem bestu gripi á gólfinu og renni ekki til. Ætlast er til að foreldrar og/eða forráðamenn taki þátt í tímunum og séu börnunum til aðstoðar t.d. í áhaldahringjum og við klifur.

Markmið íþróttaskólans eru:

- ✚ að efla hreyfiþroska og hreyfigetu barnanna
- ✚ að auka sjálfstraust barnanna og vellíðan
- ✚ að losa um streitu og umfram orku
- ✚ að auka úthald
- ✚ að börnin læri á líkama sinn
- ✚ að efla samhæfingu
- ✚ að vernda heilsu barnanna
- ✚ að börnin læri ýmis stöðuhugtök, átti sig á rými, fjarlægðum og áttum
- ✚ að börnin læri að fara eftir reglum

Námskeiðsgjald fyrir 10 tíma er 6000 kr (veittur er 50% systkinaafsláttur). Tekið er við greiðslum í fyrsta tíma.

Skráningar skulu hafa borist fyrir fimmtudaginn 7. október á netföngin hrh28@hi.is eða valdis@dalvikurskoli.is. Einnig er hægt að skrá barnið hér fyrir neðan. Vinsamlegast skráið þá nafn barns og símanúmer foreldri/forráðamanns.

Upplagt fyrir fjölskylduna að skella sér í sund samhliða íþróttaskólanum ☺

Sjáumst hress og kát
Harpa Rut (866-3464) og Valdís (861-3977)

