



TANZPRO – Biodanza Bērniem ® bērniem kopā ar vecākiem

TANZPRO-Biodanza Bērniem ® ir uz deju orientēta programma, kuras mērķis ir veicināt bērna personības attīstību, attīstot sociālās un emocionālās prasmes.

Biodanza bērniem:

- ♥ palīdz apzināties sevi, savu ķermeni, savas robežas;
- ♥ līdzsvaro un regulē emocijas un to izpausmi;
- ♥ attīsta radošumu – izmēģināt un atrast dažādas jaunas izpausmju formas;
- ♥ attīsta empātiju un toleranci pret atšķirīgo;
- ♥ attīsta prasmi veidot un uzturēt attiecības, savstarpēji draudzēties, rūpēties, sadarbojoties un cienot vienu otru.

TANZPRO-Biodanza Bērniem® nodarbības bērniem ar vecākiem

(bērniem vecumā no 3-6 gadiem un vecumā no 7-12 gadiem)

- ♥ Aicinu vecākus ar bērniem jautri un jēgpilni kopā pavadīt laiku biodanza nodarbībās gan **klātienēs nodarbībās gan tiešsaistē**. Tanzpro-Biodanza Bērniem® metode ir izstrādāta bērniem pamatojoties uz spēles un dejas/vingrinājumu principiem, bet to var dejojot arī kopā ar vecākiem. Tas ir lielisks veids, kā dāvēt sev un bērniem kopā būšanas laiku.
- ♥ Nodarbības ilgums ir apmēram 60 minūšu garš un sastāv no trim daļām:
 - 1 katrai nodarbībai ir savs stāsts
 - ♥ “Dažādi piedzīvojumi” – bērniem vecumā no 3 - 6 gadiem un
 - ♥ ”Ceļojums uz kādu zemi” bērniem vecumā no 7 - 12 gadiem
 - 2 Biodanza daļa (nodarbības tematikai specifiskas dejas/ vingrinājumi);
 - 3 nodarbībā gūto pārdzīvojumu zīmēšana



Ieteicams ērts apģērbs, kas ļauj brīvi kustēties. Dejojām basām kājām vai zeķēs ar neslidošu pēdiņu. Sagatavojam krāsainus zīmuļus, krītiņus vai citus zīmēšanas piederumus un papīru. Klātienēs nodarbībām materiāli zīmēšanai būs pieejami uz vietas.



Nodarbību datumi **klātienēs nodarbībām (otrdienas)**:

Bērniem vecumā no 3 - 6 gadiem, plkst. 18.30 - 2022. gada 12. aprīlis, 26 aprīlis, 10. maijs, 24. maijs, 7.jūnijs.

Bērniem vecumā no 7-12 gadiem, plkst. 18.30 - 2022. gada 19.aprīlis, 3.maijs, 17.maijs, 31.maijs, 13.jūnijs (pirmdiena).



Nodarbību datumi **tiešsaistes nodarbībām (trešdienas)**:

Bērniem vecumā no 3 - 6 gadiem, plkst. 19.00 - 2022. gada 13. aprīlis, 27.aprīlis, 11. maijs, 25. maijs, 8.jūnijs.

Bērniem vecumā no 7-12 gadiem, plkst. 19.00 - 2022. gada 20.aprīlis, 4.maijs, 18.maijs, 1. jūnijs, 15.jūnijs

- ♥ Nodarbības vada – Ilze Akmentiņa, Tanzpro Biodanza instruktore
- ♥ Pieteikšanās pa e-pastu akmentinailze@inbox.lv vai tālr.26082054.
- ♥ Tiešsaistes nodarbības notiks ZOOM platformas vidē, piekļuve tiks nosūtīta pēc pieteikšanās, vietu skaits neierobežots
- ♥ Klātienēs nodarbības notiks Kr. Barona iela 88, 2 korpus 5. stāvs 255. kabinets, iebraukšana no Dainas ielas 10. Vietu skaits ierobežots.
- ♥ Dalības maksa:
 - ♥ tiešsaistes nodarbībām apmeklējot visu 5 nodarbību ciklu – 35 Euro kopā, apmeklējot nodarbības atsevišķi izlases kārtībā – 9 Euro par nodarbību.
 - ♥ klātienēs nodarbībām – 15 Euro par nodarbību.