

***ADDITIONAL ACTIVITIES***  
***GUIDEBOOK***

**2024/2025 II semester**

***GRADES 0-3***

**INFORMATOR ZAJĘĆ DODATKOWYCH**


**2024/2025 II semester**


**KLASY 0-3**

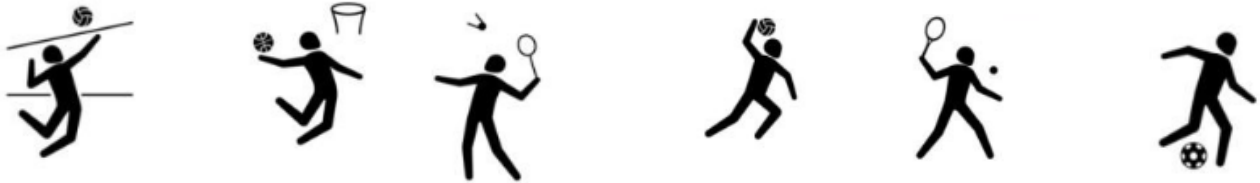
**Podstawowa Szkoła Międzynarodowa  
The International School  
ul. Działkowa 34  
05-500 Józefosław**




**MONDAY | PONIEDZIAŁEK**
**SPORTS CLUBS / KLUBY SPORTOWE**

 We would like to invite students to our after school sport clubs, where they will have lots of fun and learn fundamental skills in sports such as basketball, handball, volleyball, football, badminton and floorball.

 Zapraszam na popołudniowe kluby sportowe, podczas których uczniowie nauczą się podstaw sportów, takich jak koszykówka, piłka ręczna, piłka siatkowa, piłka nożna, badminton i unihokej.


**SCHOOL SPORT CLUB GRADES 0-1**  
**SZKOLNY KLUB SPORTOWY KLASY 0-1**

 Classes intended for the youngest. During games and activities, we will focus on general development and supporting and stimulating children's psychomotor development. The topics of the classes will be varied, including gross motor skills, throwing, balance and coordination exercises.

*The level of difficulty and intensity of tasks is always adapted to the group's capabilities. Thanks to the fun form, classes will be attractive and conducive to faster learning and proper development.*


*In a child's development from the very beginning, a very important element is developing patterns of correct body posture in order to avoid postural defects in the future. Therefore, we cordially invite you to activate your children from play to sports.*

**Number of participants:** 8-18

**Teacher:** Danuta Rzeczkowska

**Grades 0-1:** Monday, 3:30 - 4:10pm

Monday, 4:15 - 4:55pm **(possibility of signing up a child only one part)**

 Zajęcia przeznaczone dla najmłodszych. Podczas gier i zabaw będziemy koncentrować się na rozwoju ogólnym oraz wspieraniu i stymulowaniu rozwoju psychomotorycznego dzieci. Tematyka zajęć będzie zróżnicowana, znajdują się tutaj zarówno ćwiczenia dużej motoryki, rzutne, równoważne czy koordynacyjne.

Poziom trudności i intensywności zadań jest zawsze dostosowany do możliwości grupy. Dzięki zabawowej formie zajęcia będą atrakcyjna oraz sprzyjające szybszej nauce i prawidłowemu rozwojowi.

W rozwoju dziecka od samego początku, bardzo ważnym elementem jest wyrabianie wzorców prawidłowej postawy ciała, celem uniknięcia w przyszłości wad postawy. Dlatego serdecznie zapraszam do aktywizacji dzieci od zabawy do sportu.

**Liczba uczestników:** 8-18

**Prowadzący:** Danuta Rzeczkowska

**Klasy 0-1:** poniedziałki 15:30 – 16:10

poniedziałki 16:15 – 16:55 **(możliwość zapisu tylko na jedną część)**

## SCIENCE CLUB/KLUB NAUKOWY



Science is a fascinating discipline which allows us to discover, observe and understand the world around us. From the invention of the wheel to the internet, our ability to think critically enabled humans to acquire knowledge and build a sophisticated society. Excitingly, everyone can be a scientist, as long as one has abundant curiosity and follows the principles of the scientific method ( i.e.: observe, hypothesise, test, analyse and conclude). In this science club, students are invited to join an educational and exciting journey in which we shall explore various aspects of this marvellous subject, such as the properties of gases, liquids and solids, the water cycle or characteristics of celestial bodies. Students will learn by performing experiments, carrying out group tasks and online activities.



**Number of participants:** max. 10

**Teacher:** Pieter Diertens

**Time:** 40 minutes

**Grades 2-3:** Monday, 3:30 – 4:10pm

Nauka to fascynująca dziedzina, która pozwala nam odkrywać, obserwować i rozumieć otaczający nas świat. Od wynalezienia koła po internet, nasza zdolność do krytycznego myślenia pozwoliła ludziom zdobywać wiedzę i budować nasze społeczeństwo. Ekscytujące, że każdy może być naukowcem, o ile ma ogromną ciekawość i przestrzega zasad metody naukowej (tj.: obserwuje, stawia hipotezy, testuje, analizuje i wyciąga wnioski). W tym klubie naukowym uczniowie są zaproszeni do dołączenia do edukacyjnej i ekscytującej podróży, w której będziemy badać różne aspekty tego cudownego tematu, takie jak właściwości gazów, cieczy i ciał stałych, cykl wodny lub cechy ciał niebieskich. Uczniowie będą się uczyć, wykonując eksperymenty, wykonując zadania grupowe i działania online.

**Liczba uczestników:** maks 10

**Prowadzący:** Pieter Diertens

**Czas:** 40 minut

**Klasy 2-3:** poniedziałki, 15:30 – 16:10

## BASKETBALL ACADEMY / KLUB KOSZYKÓWKI



We invite you to our sports club for basketball classes conducted in English. Your child will improve their skills, improve playing technique, and all this while having fun!

**Teacher:** Liliana Kępa

**Time:** 60 minutes

**Grades 0-3:** Monday, 5:00 – 6:00 pm

Zapraszamy do naszego klubu sportowego na zajęcia koszykówki prowadzone po angielsku. Państwa dziecko udoskonali swoje umiejętności, poprawi technikę gry, a wszystko to przy dobrej zabawie!

**Prowadzący:** Liliana Kępa

**Czas:** 60 minut


**Klasy 0-3:** poniedziałki, 17:00 – 18:00

**TUESDAY | WTOREK**

**FRENCH CLUB / KLUB JĘZYKA FRANCUSKIEGO**

**450 PLN per semester, one payment**

**450 PLN za semestr, płatność jednorazowa**


 *The French club is dedicated for students of all grades – Tuesday classes for students in grades 1-3. The goal is to improve the French language skills of our students. In these meetings, we will focus on practical language skills for various everyday situations, expand vocabulary related to our hobbies (participants will have a real influence on the choice of topics, such as games, favorite movies, sports, etc.), and, above all, learn about elements of French culture. These objectives will be achieved through traditional games, songs, arts and crafts tasks, culinary activities, and interactive play.*

**Number of participants:** 4-10

**Teacher:** Justyna Urbaniak

**Time:** 40 minutes

**Grades 0-3:** Tuesday, 8:00-8:40am

 Klub języka francuskiego to zajęcia przeznaczone dla uczniów wszystkich klas – wtorkowe zajęcia dla uczniów klas 1-3. Mają one na celu rozwijanie znajomości języka francuskiego. Na spotkaniach będziemy kłaść nacisk na praktyczną znajomość języka w różnych codziennych sytuacjach, wzbogacimy słownictwo dotyczące naszych pasji (uczestnicy będą mieli realny wpływ na wybór tematyki np. dotyczącej gier, ulubionych filmów, sportów, itp.), a przede wszystkim poznamy elementy kultury francuskiej. Cele te będą realizowane przy użyciu tradycyjnych gier, piosenek, zadań plastycznych, kulinarnych i interaktywnych zabaw.

**Liczba uczestników:** 5-10

**Czas:** 40 minut


**Prowadzący:** Justyna Urbaniak

**Klasy 0-3:** wtorki, 8:00-8:40

**CHESS / SZACHY**

**Price: 120 PLN per month (600 PLN per semester)**

**Cena: 120 PLN/m-c (600 PLN za semestr)**

 *Playing chess contributes to positive intellectual development, and not just in children! Chess shapes memory, the ability to think abstractly and logically, enhances imagination, and teaches planning and discipline.*


**Number of participants:** 4-10

**Teacher:** Filip Bargłowski\*

**Time:** 45 minutes

**Grades 0-3:** Tuesday, 3:30–4:15 pm

*\*Filip Bargłowski - Master of Sociology and Pedagogy, currently pursuing his PhD at the Kozminski University in Warsaw. Certified chess instructor with the international chess title FIDE MASTER. Winner of over a hundred international chess tournaments, former Polish Junior Champion and Polish Academic Champion. Polish representative at the world championships in Spain, the European championships in Greece.*

 Gra w szachy, jak się powszechnie twierdzi, przyczynia się do pozytywnego rozwoju intelektualnego, i to nie tylko u dzieci! Szachy kształtują pamięć, umiejętność abstrakcyjnego i logicznego myślenia, rozwijają wyobraźnię oraz uczą planowania i dyscypliny.



**Liczba uczestników:** 4-10

**Prowadzący:** Filip Bargłowski\*

**Czas:** 45 minut


**Klasy: 0-3:** wtorki, 15:30 - 16:15

*\*Filip Bargłowski - Master of Sociology and Pedagogy, currently pursuing his PhD at the Kozminski University in Warsaw. Certified chess instructor with the international chess title FIDE MASTER. Winner of over a hundred international chess tournaments, former Polish Junior Champion and Polish Academic Champion. Polish representative at the world championships in Spain, the European championships in Greece.*

## **SEWING WORKSHOP / WARSZTATY Z SZYCIA**

*Semester fee 170 PLN for each student to provide supplies for classes*

*Opłata semestralna 170 PLN za materiały i pomoce niezbędne na zajęciach*


 *During the classes, students will learn the basics of sewing: making loops on threads and moulins, simple hand-made stitches, embroidering patterns on fabric, cutting out elements from fabric, creating simple elements of clothing. We will use needles designed for children, with a slightly rounded tip. With the assistance of a teacher, everyone will be able to try creating a stitch with a small sewing machine. Children will have the opportunity to implement their own ideas. The aim of the classes is to improve manual dexterity, develop creativity, artistic talents and interests. Students of classes 0 and 1 – please feel invited.*

**Number of participants:** max. 12

**Teacher:** Magdalena Dąbkowska

**Time:** 45 minutes

**Grades 0-1:** Tuesday, 3:30 – 4:15 pm

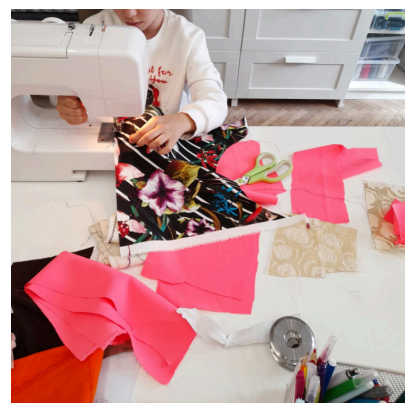
 Na zajęciach dzieci poznają podstawy szycia: robienie pętelek na niciach i mulinie, proste ścięgi wykonane ręcznie, wyszywanie wzorów na tkaninie, wycinanie elementów z tkaniny, tworzenie prostych elementów ubioru. Będziemy posługiwać się igłami przeznaczonymi dla dzieci, z lekko zaokrągloną końcówką. Z asystą nauczyciela każdy będzie mógł spróbować tworzenia ścięgu za pomocą małej maszyny do szycia. Dzieci będą miały okazję do realizacji własnych pomysłów. Celem zajęć jest doskonalenie sprawności manualnej, rozwijanie kreatywności, uzdolnień artystycznych oraz zainteresowań. Serdecznie zapraszam uczniów klasy 0 i 1.

**Liczba uczestników:** maks. 12

**Prowadzący:** Magdalena Dąbkowska

**Czas:** 45 minut

**Klasy 0-1:** wtorki, 15.30 – 16.15



## LEGO ROBOTICS / LEGO ROBOTYKA

*Semester fee 400 PLN for each student*

*Oплата semestralna 400 PLN za osobę*



Robotics classes for students in grades 1-3 are a fascinating journey into the world of technology, engineering and programming. Children, using special LEGO sets, learn to build and program interactive robots.

Benefits of classes:

- Developing logical thinking and creativity
- Learning the basics of programming in an intuitive graphical environment
- Introduction to the basics of mechanics and automation
- Developing teamwork and problem-solving skills

Benefits for the kids:

- Learning through play
- Developing manual skills and spatial imagination
- Learning basic concepts in robotics and computer science
- Strengthening self-confidence and motivation to learn science



Classes are conducted in the form of interactive workshops, where each child has the opportunity to work with their own LEGO set, which guarantees full engagement and the joy of discovering the world of technology.

**Number of participants:** 5 - 12

**Teacher:** Rafał Grabowski

**Time:** 40 minutes

**Grades 2-3:** Tuesday, 3:30 – 4:10 pm



Zajęcia z robotyki dla uczniów klas 1-3 to fascynująca podróż do świata technologii, inżynierii i programowania. Dzieci, korzystając ze specjalnych zestawów LEGO, uczą się budować i programować interaktywne roboty.

Korzyści z zajęć:

- Rozwijanie umiejętności logicznego myślenia i kreatywności
- Nauka podstaw programowania w intuicyjnym środowisku graficznym
- Wprowadzenie do podstaw mechaniki i automatyki
- Kształtowanie umiejętności pracy zespołowej i rozwiązywania problemów

Korzyści dla dzieci:

- Nauka poprzez zabawę
- Rozwój zdolności manualnych i wyobraźni przestrzennej
- Poznanie podstawowych pojęć z zakresu robotyki i informatyki
- Wzmocnienie pewności siebie i motywacji do nauki przedmiotów ścisłych

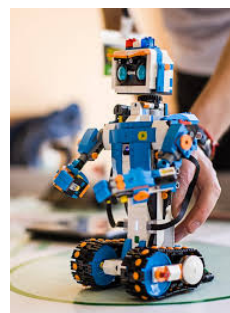
Zajęcia prowadzone są w formie interaktywnych warsztatów, gdzie każde dziecko ma możliwość pracy z własnym zestawem LEGO, co gwarantuje pełne zaangażowanie i radość z odkrywania świata technologii.

**Liczba uczestników:** 5 - 12

**Prowadzący:** Rafał Grabowski


**Czas:** 40 minut

**Klasy 2-3:** wtorek, 15:30 – 16:10



**WEDNESDAY | ŚRODY**

**SCHOOL SPORT CLUB GRADES 2-3/  
SZKOLNY KLUB SPORTOWY KLASY 2-3**



 *Classes intended for both future school representatives and everyone who loves sports and healthy competition. During our classes, we will find time for both fun and improving the skills we have learned in team games. We will focus mainly on the disciplines of the upcoming school competitions. Of course, not forgetting about general development exercises supporting the proper development of students, their flexibility, strength, speed and motor coordination. We cordially invite you.*

**Number of participants:** 8-18

**Teacher:** Danuta Rzczkowska

**Grades 2-3:** Wednesday, 3:30-4:10pm

Wednesday 4:15-4:55pm **(possibility of signing up for only one part)**

 Zajęcia przeznaczone zarówno dla przyszłych reprezentantów szkoły jak i wszystkich kochających sport i zdrową rywalizację. Podczas naszych spotkań znajdziemy czas zarówno na zabawę jak i szlifowanie umiejętności poznanych gier zespołowych. Koncentrować będziemy się głównie na dyscyplinach zbliżających się zawodów szkolnych. Nie zapominając oczywiście o ćwiczeniach ogólnorozwojowych wspierających prawidłowy rozwój uczniów, ich gibkość, siłę, szybkość oraz koordynację ruchową. Serdecznie zapraszamy.

**Liczba uczestników:** 8-18

**Prowadzący:** Danuta Rzczkowska


**Klasy 2-3:** środy, 15:30 – 16:10

środy, 16:15 – 16.55 **(możliwość zapisu tylko na jedną część)**

**UNIVERSITY OF EXPLORERS / UNIWERSYTET ODKRYWCÓW**

*Semester fee 150 PLN for each student to provide supplies for classes*

*Opłata semestralna 150 PLN za materiały i pomoce niezbędne na zajęciach*

 *Science with class. Do you know how a hedgehog lives? A journey through the fascinating world of nature.*

*During the lesson, students will learn about the laws of nature and see what impact humans have on it. They will conduct simple observations of nature, perform experiments and draw their own conclusions. By learning about many species of plants and animals, they will see why it is worth respecting nature.*

*During the lesson, we will learn:*

- |                                                        |                                               |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| → <i>What does it mean that plants are alive?</i>      | → <i>Why do birds need feathers?</i>          |
| → <i>Who will be hungry when earthworms disappear?</i> | → <i>What do animals use saliva for?</i>      |
| → <i>Where do hedgehogs live?</i>                      | → <i>Do birds have teeth?</i>                 |
| → <i>Do cars bother animals?</i>                       | → <i>How to design a garden?</i>              |
| → <i>How do animals adapt to their environment?</i>    | → <i>Why don't sparrows like lawnmowers?</i>  |
|                                                        | → <i>How to protect water from pollution?</i> |
|                                                        | → <i>How to purify dirty water?</i>           |

**Number of participants:** 4-14

**Teacher:** Anna Kerdelewicz

**Time:** 40 minutes

**Grades 0-1:** Wednesday, 3:30 – 4:10pm

**Grades 2-3:** Wednesday, 4:15 - 4:55pm

Przyroda z klasą. Czy wiesz, jak żyje jeź? Podróż po fascynującym świecie przyrody. Podczas lekcji uczniowie poznają prawa panujące w naturze oraz przekonają się, jaki wpływ ma na nią człowiek. Będą prowadzić proste obserwacje przyrodnicze, wykonywać doświadczenia i samodzielnie wyciągać wnioski. Poznając wiele gatunków roślin i zwierząt przekonają się, dlaczego warto szanować przyrodę.

Na zajęciach dowiemy się:

- Co to znaczy, że rośliny żyją?
- Kto będzie głodny, gdy znikną dżdżownice?
- Gdzie mieszkają jeże?
- Czy samochody przeszkadzają zwierzętom?
- Jak zwierzęta przystosowują się do otoczenia?
- Po co ptakom pióra?
- Do czego zwierzęta wykorzystują ślinę?
- Czy ptaki mają zęby?
- Jak zaprojektować ogród?
- Dlaczego wróble nie lubią kosiarek?
- Jak chronić wodę przed zanieczyszczeniami?
- Jak oczyścić brudną wodę?



**Liczba uczestników:** 4-14

**Prowadzący:** Anna Kerdelewicz

**Czas:** 40 minut


**Klasy 0-1:** środy, 15:30 – 16:10

**Klasy 2-3:** środy, 16.15 – 16.55

### ART CLUB

*Semester fee 1050 PLN for each student*

*Opłata semestralna 1050 PLN za osobę*

 *Art club is an art workshop that combines creative arts, crafts, and art therapy. During the sessions, participants will have the opportunity to learn about scrapbooking, creative decoupage, painting with music, monoprint, collage, creating artistic journals and junk journals, watercolor painting, and painting on recycled fabrics and cardboard. We will have fun with arts and crafts, create handmade items, and also learn the principles of recycling and "zero waste" by turning nothing into something beautiful.*

*Examples of works: boxes (decoupage, scrapbooking), greeting cards, bookmarks, junk journals, brooches, small containers made from recycled cans and packaging, monoprint artworks, room decorations, decorative keychains and pendants, and bookmarks.*



*The classes will be led by Ms. Jolanta Łaba, a creative teacher and handicraft instructor who creates [art\\_club\\_jorlandia](https://www.facebook.com/jorlandia2019) as part of her own project. Visit the fanpage [www.facebook.com/jorlandia2019](https://www.facebook.com/jorlandia2019).*

**Number of participants:** 5-10

**Teacher:** Jolanta Łaba

**Time:** 85 minutes

**Grades 0-3:** Wednesday, 3:30 -4:55pm





**Art club** to warsztaty artystyczne, które łączą kreatywną plastykę, rękodzieło i arteterapię. Podczas zajęć uczestnicy będą mogli poznać czym jest scrapowanie, kreatywny decoupage, malowanie z muzyką, monoprint, kolaż, tworzenie zeszytów artystycznych i junk journali, tworzenie obrazów akwarelowych, malowanie materiałów i kartonu z odzysku. Będziemy się bawić plastyką, tworzyć rękodzieło, ale też uczyć się zasad recyklingu i "zero waste" w tworzeniu czegoś pięknego z niczego. Przykładowe prace: pudełka (decoupage, scrapbooking), kartki okolicznościowe, zakładki do książek, junk journal, broszki, pojemniki na drobnostki z puszek i opakowań z recyklingu, obrazy z monoprintem, dekoracje do pokoju, ozdobne breloczki i zawieszki, zakładki do książek.

Zajęcia poprowadzi Pani Jolanta Łaba, kreatywna nauczycielka i instruktorka rękodzieła, tworząca w ramach własnego projektu art\_club\_jorlandia. Zapraszamy na fanpage [www.facebook.com/jorlandia2019](http://www.facebook.com/jorlandia2019).

**Liczba uczestników:** 5-10

**Prowadzący:** Jolanta Łaba

**Czas:** 85 minut

**Klasy 0-3:** środy, 15:30 – 16:55



### **Zajęcia wokalne / Vocal Club**

*Semester fee 280 PLN for each student*

*Opłata semestralna 280 PLN za osobę*

**🇨🇦** *In the classes, we will practice proper breathing, work on diction, intonation, and rhythm in favorite songs. The children will also learn interesting exercises, warm-ups, and songs. Most importantly, however, the sessions are meant to encourage making music together, having fun, and developing a passion for music and the arts.*

**Number of participants:** 8-14

**Teacher:** Łukasz Mielko\*

**Time:** 40 minutes

**Grades 0-3:** Wednesday, 3:30 - 4:10pm

*\*Łukasz Mielko is a vocalist, educator, and vocal coach. He graduated in Jazz and Popular Music at UMCS in Lublin under the attentive guidance and mentorship of Krystyna Prońko. For eight years, he was a member of the band Sound'n'Grace, with whom he recorded albums and performed concerts all across Poland.*

**🇨🇦** Na zajęciach będziemy ćwiczyć prawidłowy oddech, pracować nad dykcją, intonacją i rytmem w ulubionych piosenkach. Dzieci poznają również ciekawe ćwiczenia, wprawki i piosenki. Przede wszystkim jednak spotkania mają służyć wspólnemu muzykowaniu, zabawie i rozwojowi pasji muzyczno-artystycznej.

**Liczba uczestników:** 5-18

**Prowadzący:** Łukasz Mielko\*

**Czas:** 40min

**Klasy 0-3:** środy, 15:30 – 16:10

*\*Łukasz Mielko jest wokalistą, pedagogiem i trenerem wokalnym. Ukończył kierunek Jazz i muzyka rozrywkowa na UMCS w Lublinie pod czujnym uchem i opieką Krystyny Prońko. Przez 8 lat śpiewał w zespole Sound'n'Grace z którym nagrywał płyty i koncertował po całej Polsce.*



## THURSDAY | CZWARTEK

### Przygotowanie do egzaminów Cambridge

#### Preparation for Cambridge exams

*Semester fee 500 PLN for each student*


*Opłata semestralna 500 PLN za osobę*

*Textbook with tests approx. 90 PLN*

*Exam price in June approx. 300 PLN*

*Podręcznik z testami ok: 90 PLN*

*Cena egzaminu w czerwcu ok. 300 PLN*

 We invite students from grades 1-3 for preparation for Cambridge English Qualifications exams. This certificate, recognized worldwide, confirms knowledge of English in accordance with the Council of Europe Levels Scale (CEFR)

<https://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/cefr/>

Additional materials for homework can be found at:

<https://www.cambridgeenglish.org/learning-english/exam-preparation/>

**Prowadzący:** Marta Chojczak, English teacher (CELTA)

**Klasy 1-3:** Thursday, 8:00-8:40am

Recommended levels:

Grade 1: YLE Starters


Grade 2: YLE Movers

Grade 3: YLE Flyers

The exams will be conducted by the British Council in June 2025.

More information can be found at:

<https://www.britishcouncil.pl/egzaminy/cambridge/poziom/young-learners>

 Zapraszamy uczniów klas 1-3 na zajęcia przygotowujące do egzaminów Cambridge English Qualifications. Ten honorowany na całym świecie certyfikat, potwierdza znajomość języka angielskiego zgodny ze Skalą Poziomów Rady Europy (CEFR):

<https://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/cefr/>

Dodatkowe materiały do pracy w domu znajdują się na stronie:

<https://www.cambridgeenglish.org/learning-english/exam-preparation/>

**Prowadzący:** Marta Chojczak, nauczyciel języka angielskiego (CELTA)

**Klasy 1-3:** czwartki, 8:00-8:40

Zalecane poziomy:

Klasa 1: YLE Starters

Klasa 2: YLE Movers

Klasa 3: YLE Flyers

Egzaminy zostaną przeprowadzone przez British Council w czerwcu 2025.


Więcej informacji znajduje się na stronie:

<https://www.britishcouncil.pl/egzaminy/cambridge/poziom/young-learner>

### KARATE

**Price: 180 PLN per month per person**

**Cena: 180 PLN/m-c za osobę**

 Karate - a martial art that improves the physical and mental condition - through the better blood supply and oxygenation of the body. It brings moral values, teaches discipline, self-control, unloads excess energy and aggression and improves physical development. Karate classes provide the children with harmonious




*psycho-psychical development and with great fun with their peers. The classes allow shaping the character of a child. Children develop their self-confidence, assertiveness, ability to pursue the aim, calmness, and concentration. Karate teaches maturity and a method of focusing attention as well. Acquiring new levels in karate is also a "training" of gradual and persistent pursuit for one's own objectives. The experienced students are recommended to participate in the activities on the advanced level, and those students who will come to my activities for the first time are highly invited to the group on the basic level.*

**Number of participants:** 8-20

**Teacher:** Kacper Lewandowski, Grizzly Fight Club

**Time:** 45 minutes

**Grades 0-3:** Thursday, 3:30 - 4:15 pm

 Karate - sztuka walki, która poprawia sprawność fizyczną i psychiczną - poprzez lepsze ukrwienie i dotlenienie organizmu. Wnosi wartości moralne, uczy dyscypliny, samokontroli, rozładowuje nadmiar energii i agresji oraz poprawia rozwój fizyczny.

Zajęcia karate pozwalają dzieciom na harmonijny rozwój psychofizyczny i wspólną zabawę z rówieśnikami. Zajęcia są kolejną możliwością kształtowania charakteru młodego człowieka. Dzięki nim, dziecko ma przede wszystkim możliwość rozwoju pewności siebie, stanowczości, umiejętności dążenia do celu, spokoju oraz koncentracji. Karate uczy dojrzałości i skupienia. Oprócz tego, trenowanie karate i zdobywanie nowych stopni to dla dziecka „trening” stopniowego i wytrwałego dążenia do realizacji swoich celów. Doświadczonych uczestników kursu zapraszam na zajęcia w grupie zaawansowanej, natomiast uczniowie, którzy przyjdą na zajęcia po raz pierwszy, będą mile widziani w grupie podstawowej.


**Liczba uczestników:** 8-20, klasy 0-3

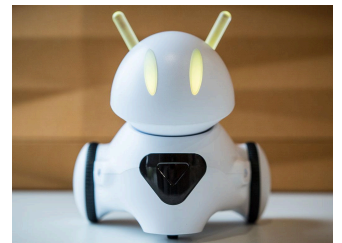
**Prowadzący:** Kacper Lewandowski, Grizzly Fight Club

**Czas:** 45 minut

**Klasy 0-3:** czwartek, 15:30 – 16:15

### **PHOTON CODING CLUB/ KODOWANIE Z PHOTONEM**

 Photon is an interactive educational robot that introduces children to the world of new technologies. It helps to learn the basics of programming, develops creativity and the ability to think logically. Photons have a whole range of interactive sensors. It can react to the environment, change colors, make sounds or show emotions. Discovering the possibilities of a robot trains memory, speed of reaction and making decisions. The role-playing application provides children with great and developing fun. We invite students, who want to take part in Photon adventures and face the challenges related to the basics of programming.




**Number of participants:** 4-12

**Teacher:** Anna Perkowska

**Time:** 40 minutes

**Grades 0-1** Thursday, 3:30 – 4:10 pm

 Photon to interaktywny robot edukacyjny, który wprowadza dzieci w świat nowych technologii. Służy poznawaniu podstaw programowania, rozwija kreatywność oraz zdolność logicznego myślenia. Photon posiada całą gamę interaktywnych czujników. Potrafi reagować na otoczenie, zmieniać kolory, wydawać dźwięki czy też okazywać emocje. Odkrywanie możliwości robota ćwiczy pamięć, szybkość reakcji oraz podejmowania decyzji. Fabularna aplikacja zapewnia dzieciom wspianą i rozwijającą zabawę. Serdecznie zapraszamy uczniów, którzy chcą wziąć udział w perypetiach Photona i zmierzyć się z wyzwaniami związanymi z podstawami programowania.


**Liczba uczestników:** 4-12

**Prowadzący:** Anna Perkowska

**Czas:** 40 minut

**klasy 0-1:** czwartki, 15:30 – 16:10

### **HISTORY CLUB / KLUB HISTORYCZNY**


 *Students will learn about different historical eras and how historical figures have shaped today's world. We will also learn about the special relationship between Britain and Canada (being an ex colony and part of the British Commonwealth).*

**Number of participants:** 4-10

**Teacher:** Sandip Shergill

**Time:** 40 minutes

**Grades 2-3:** Thursday, 3:30 – 4:10 pm

 Uczniowie dowiedzą się o różnych epokach historycznych i o tym, jak postacie historyczne ukształtowały dzisiejszy świat. Poznamy również szczególne relacje między Wielką Brytanią a Kanadą (będącą byłą kolonią i częścią Brytyjskiej Wspólnoty Narodów).

**Liczba uczestników:** 4-10


**Prowadzący:** Sandip Shergill

**Czas:** 40 minut

**Klasy 2-3:** czwartki, 15:30 – 16:10

## FRIDAY | PIĄTEK

### SPORTS CLUBS / KLUBY SPORTOWE CORRECTIVE GYMNASTICS / GIMNASTYKA KOREKCYJNA

 *Corrective gymnastics classes are intended both for children with posture defects and for those who want to take preventive classes. During the exercises, we will find time to have fun and work on correct posture. In addition to correcting the body, corrective gymnastics increases the body's efficiency and muscle strength, improves motor skills, and helps maintain balance.*

*Corrective classes through appropriately prepared movement games and exercises are intended to:*


- *Develop habits of proper posture,*
- *Teach correct movement patterns,*
- *Strengthen the child's awareness of their own body,*
- *Stretch excessively contracted muscles and strengthen the stretched ones,*
- *Take preventive measures against the occurrence of postural defects,*
- *Correct existing posture defects*

**Number of participants:** 8-18

**Teacher:** Danuta Rzczkowska

**Time:** 40 minutes

**Grades 0-3:** Friday, 3:30 - 4:10pm

 Zajęcia z gimnastyki korekcyjnej przeznaczone są zarówno dla dzieci z wadami postawy, jak i dla tych, które chcą skorzystać z zajęć profilaktycznie. Podczas ćwiczeń znajdziemy czas na zabawę oraz na pracę nad prawidłową postawą. Oprócz korygowania ciała, gimnastyka korekcyjna zwiększa wydolność organizmu i siłę mięśni, poprawia motoryczność, a także pozwala na poprawienie utrzymania równowagi.

Zajęcia korekcyjne poprzez odpowiednio przygotowane zabawy ruchowe i ćwiczenia mają za zadanie:

- Kształtować nawyki prawidłowej postawy,
- Nauczyć prawidłowych wzorców ruchowych,
- Wzmocnić w dziecku świadomość własnego ciała,
- Rozciągać mięśnie nadmiernie przykurczone i wzmacniać rozciągnięte,
- Działać profilaktycznie przed wystąpieniem wad postawy,
- Korygować istniejące wady postawy


**Liczba uczestników:** 8-18

**Prowadzący:** Danuta Rzczkowska

**Czas:** 40 minut

**Klasy 0-3:** piątek, 15:30 – 16:10

### GYMNASTICS / GIMNASTYKA SPORTOWA

 *Gymnastics classes will include elements of sports gymnastics, acrobatics and dance. During the exercises, we will not only have fun but also develop coordination and motor memory, concentration skills, attention division and systematic work. To start with, general development and stretching exercises will allow you to safely move on to learning handstands, pirouettes, side throws, etc. During the classes, we will practice to the music, which will help develop children's sensitivity and ear for music.*




**Number of participants:** 8-18  
**Teacher:** Danuta Rzczkowska  
**Time:** 40 minutes  
**Grades 2-3:** Friday, 4:15 - 4:55pm.



Zajęcia z gimnastyki zawierać będą w sobie elementy gimnastyki sportowej, akrobatycznej i tańca. Podczas ćwiczeń nie tylko będziemy się dobrze bawić ale również kształtować koordynację i pamięć ruchową, umiejętności koncentracji, podzielności uwagi i systematyczność w pracy. Na początek ćwiczenia ogólnorozwojowe oraz rozciągające pozwolą na bezpieczne przejście do nauki stań na rękach, piruetów, przerzutów bokiem, itp. Podczas zajęć będziemy ćwiczyć do muzyki, co pozwoli wykształcić u dzieci wrażliwość i słuch muzyczny.

**Liczba uczestników:** 8-18  
**Prowadzący:** Danuta Rzczkowska  
**Czas:** 40 minut  
**Klasy 2-3:** piątek, 16:15 – 16:55


**CERAMICS / CERAMIKA**  
**60 PLN for 45 minute classes**  
**60 PLN za zajęcia 45 min.**

 *The relaxed atmosphere of extracurricular activities allows children to act completely freely. Creative work with clay is a great way to discover a child's individual abilities. Every creative success is a step towards building self-esteem. Happiness, satisfaction, joy and fulfillment are the emotions we cultivate in our little creators.*

**Number of participants:** 6 - 16  
**Teacher:** Magdalena Ziemczyk\*, Bajkowa Ceramika  
**Time:** 40 minutes  
**Grades 0-1:** Friday, 3:30 – 4:10 pm  
**Grades 2-3:** Friday, 4:15 – 4:55 pm



*\*A few words from Ms. Magdalena, the teacher: "My name is Magdalena Ziemczyk and I am a person full of passion for handicraft and working with children. I have many years of experience as a teacher's assistant in special schools, where I passionately led hand therapy classes, helping children to develop their manual skills. I love creating beautiful objects from clay and resin, drawing inspiration from nature and the world around me."*

 Luźna atmosfera zajęć pozalekcyjnych pozwala dzieciom na całkowitą swobodę działania. Kreatywna praca z gliną to wspaniała droga do odkrywania indywidualnych możliwości dziecka. Każdy sukces twórczy to krok w kierunku budowania poczucia własnej wartości. Szczęście, satysfakcja, radość i spełnienie to emocje, które pielęgnujemy w naszych małych twórcach.

**Liczba uczestników:** 6 - 16  
**Prowadzący:** Magdalena Ziemczyk\*, Bajkowa Ceramika  
**Czas:** 40 minut  
**Klasy 0-1:** piątek, 15:30 – 16:10  
**Klasy 2-3:** piątek, 16:15 – 16:55

*\*Kilka słów od P. Magdaleny, prowadzącej zajęcia: „Nazywam się Magdalena Ziemczyk i jestem osobą pełną pasji do rękodziela oraz pracy z dziećmi. Mam wieloletnie doświadczenie jako asystentka nauczyciela w szkołach specjalnych, gdzie z zaangażowaniem prowadziłam zajęcia z terapii ręki, pomagając dzieciom rozwijać ich umiejętności manualne. Uwielbiam tworzyć piękne przedmioty z gliny i żywicy, czerpiąc inspirację z natury i otaczającego mnie świata."*