

www.babyfit.sk  
**Babyfit - Organizačné zásady**  
**Jarný cyklus, apríl – jún 2010**

**Jarný cyklus** cvičení trvá 7 týždňov (apríl – jún 2010).

**Cena** za celý cyklus je 40 EUR, cena individuálnej hodiny je 7,50 EUR.

**Účastníci** jarného cyklu **sa môžu prednostne** prihlásiť na ďalší cyklus cvičení, ktorý sa bude začínať v októbri 2010. O termíne i podmienkach budete včas informovaní.

Podmienky zápisu **nových záujemcov** o cvičenie nájdete na [www.babyfit.sk](http://www.babyfit.sk)

**Ak nemôžete prísť na hodinu**, môžete si jedno cvičenie nahradiť vo vašom obvyklom termíne (čiže máte 8 hodín na to, aby ste absolvovali 7 zaplatených. Ak ste vôbec nechýbali, poslednú hodinu budete mať ako bonus). Ak si potrebujete nahradiť ďalšiu hodinu, môžete tak urobiť v skupine podobnej vekovej kategórie po dohode s pedagógom skupiny, do ktorej chcete prísť na náhradnú hodinu. **Kontakty a rozvrh** vám poskytnú váš pedagóg a tiež sú na [www.babyfit.sk](http://www.babyfit.sk). Vždy platí, že je potrebné zavolať pedagógovi, ktorého hodinu plánujete navštíviť. Dodržiavanie tejto zásady je veľmi dôležité, aby sme predišli príliš veľkému počtu detí na hodine.

Peniaze za vynechané hodiny budeme vracat' len pri naozaj vážnych dôvodoch neprítomnosti, na základe vášho požiadania a zdôvodnenia (Od ceny kurzu odrátame počet navštívených hodín krát cena individuálnej hodiny).

Ak **sa hodina zruší** z dôvodu choroby pedagóga, nepriazni počasia, či inej vážnej príčiny zo strany Babyfitu, bude nahradená prípadne odučená zastupujúcim pedagógom. Ak by sa nedala nahradiť, budú vám vrátené peniaze.

Radi by sme vám ponúkli niekoľko myšlienok týkajúcich sa našich spoločných stretnutí.

**Cvičebná hodina** trvá 60 minút a striedajú sa počas nej časti aktívnejšie s oddychovými. Je prispôbená vekovej kategórii detí - aktuálnej fáze ich pohybového vývoja, ako aj možnostiam ich vnímania, záujmu a zamerania pozornosti. Posledná časť hodiny (cca 15 minút) je venovaná voľnej hre, kedy môžu deti integrovať všetko, čo sa v rámci hodiny udialo. Pre rodičov je to čas, kedy môžu svoje deti pozorovať a všimnúť si rôzne detaily ich pohybového i spoločenského správania.

Na našich stretnutiach ponúkame rôzne aktivity a cvičenia, ale neočakávame, že všetky deti sa hneď a naraz zapoja a budú robiť, len to, čo je určené. Výsledok pozorovania a učenia sa dieťaťka nemusíme vidieť hneď na konkrétnej hodine, ale možno neskôr aj doma. Na druhej strane je veľmi dôležité, aby ste sa i vy do aktivít zapojili a vlastným príkladom motivovali záujem vášho dieťaťka.

Jedným z hlavných cieľov našich stretnutí je vytvoriť podmienky, aby rodičia mohli so svojimi deťmi stráviť príjemný čas, pozorovať a spoznávať ich v nových spoločenských a pohybových situáciách.

Sú však určité aspekty, na ktoré si musíme dať pozor, aby cvičenie stále bolo príjemným:

**Bezpečnosť** - ako pri cvičení s pomôckami či hračkami, tak aj medzi deťmi. Pri cvičeniach je dôležité, aby sme sa cítili pri manipulácii s dieťaťkom bezpečne a pohodlne. Volíme len mieru únosnú pre naše vlastné telo, aj keď niektoré aktivity vynecháme. S každou novou aktivitou sa radšej pomaly a pokojne zoznámime a vyskúšame si ju v svojom vlastnom tempe.

Je obohacujúce, ak si niektoré aktivity, ktoré robia deti, vyskúšame i sami.

K pohodliu pri cvičení prispieva i **vhodné oblečenie a obuv**.

**Jedlo a pitie** – z dôvodu bezpečnosti (možné vdychnutie) by deti nemali jesť počas cvičenia.

Ak si dieťaťko potrebuje niečo zjesť počas hodiny, je dobré vyjsť z miestnosti a vrátiť sa, keď dopapáte.

Samozrejme, malé bábätká môžu papať, kedy to potrebujú.

Pre maminky, ktoré k nám prídu prvýkrát – **priniest' si treba** prezúvky pre seba i dieťaťko, pohodlné oblečenie a pre bábätká do jedného roka – aj deku a bavlnenú plienku.

Ešte by sme Vás radi poprosili, aby ste vždy **starostlivo zvážili zdravotný stav vášho dieťaťa** pred príchodom do skupiny na cvičenie.

Pre pedagóga je veľmi ťažké posúdiť takúto situáciu priamo na hodine a adekvátne zareagovať, vy viete najlepšie či je vaše dieťaťko zdravé a či nie je rizikom pre ostatné deti.

Ak máte otázky, týkajúce sa pohybového vývinu vášho dieťaťa, môžete si dohodnúť **individuálnu konzultáciu** s Ankou Sedlačkovou, 0905 713 314 alebo Angelikou Kováčovou, 0905 521 925.

**Ďakujeme, všetkým, ktorí ste nás podporili 2% z Vašich daní.** Tieto peniaze sú použité na prípravu cvičení, nákup pomôcok a hračiek, ďalšie vzdelávanie pedagógov Babyfitu a prípravu odborných materiálov. Veľmi si vážime vašej podpory a tešíme sa na príjemné chvíle s vami a vašimi deťmi.

Tieto údaje platia pre jarný cyklus 2010, potom budú aktualizované.

### **Pedagógovia Babyfitu:**

**Anka Sedlačková 0905 713 314 (individuálne poradenstvo), [anka@babyfit.sk](mailto:anka@babyfit.sk)**

Vzdelanie: VŠMU, pedagogika tanca

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, Kostrový systém, Telové tekutiny, Svalový systém, Orgánový systém, Nervový systém, Systém žliaz, Systém tkanív, je držiteľkou certifikátu Infant Developmental Movement Educator (Pedagóg detského vývinového pohybu) a Somatic Movement Educator (Pedagóg somatického pohybu)

**Angelika Kováčová 0905 521 925 (organizácia a individuálne poradenstvo), [babyfit@babyfit.sk](mailto:babyfit@babyfit.sk)**

Vzdelanie: VŠMU, pedagogika súčasného tanca

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, Kostrový systém, prvá časť aplikačného kurzu Infant Developmental Movement Educator

**Mima Gajdošová 0911 745 436, [miriam.gajdosova@gmail.com](mailto:miriam.gajdosova@gmail.com)**

Vzdelanie: PdF UK, špeciálna pedagogika – pedagogika pre telesne a zdravotne postihnutých

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Reflexy, Ontogenetický vývin  
Venuje sa aj laktáčnemu poradenstvu.

**Roman Javilák 0910 958 787, [roman.javilak@gmail.com](mailto:roman.javilak@gmail.com)**

Vzdelanie: FTVŠ UK, trénerstvo

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Kostrový systém  
Venuje sa aj plávaniu bábätiok.

**Daniela Mitríková 0905 267 770, [danielocka@centrum.cz](mailto:danielocka@centrum.cz)**

Vzdelanie: PdF UK, psychológia – nemecký jazyk

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie

**Zuzka Németh 0905 455 718, [nemeth@svobi.sk](mailto:nemeth@svobi.sk)**

Vzdelanie: PdF UK, slovenský jazyk – nemecký jazyk

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, prvá časť aplikačného kurzu Infant Developmental Movement Educator

**Ivetka Prieložná 0904 430 865, [prieloznaiva@gmail.com](mailto:prieloznaiva@gmail.com)**

Vzdelanie: PdF UK, špeciálna pedagogika – liečebná pedagogika

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, prvá časť aplikačného kurzu Infant Developmental Movement Educator

Venuje sa aj detským masážam.

**Saška Streitová 0903 709 485, [astreitova@yahoo.com](mailto:astreitova@yahoo.com)**

Vzdelanie: FTVŠ UK, trénerstvo, športová kinantropológia

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, Kostrový systém, prvá časť aplikačného kurzu Infant Developmental Movement Educator

**Katka Zatlková, 0905 471 206, [zatkova@orbisinstitute.sk](mailto:zatkova@orbisinstitute.sk)**

Vzdelanie: FF UK

Absolvované kurzy v systéme Body-Mind Centering: Zmysly a vnímanie, Základné neurologické vzorce, Reflexy, Ontogenetický vývin, Kostrový systém, prvá časť aplikačného kurzu Infant Developmental Movement Educator

Venuje sa aj plávaniu bábätiok.