

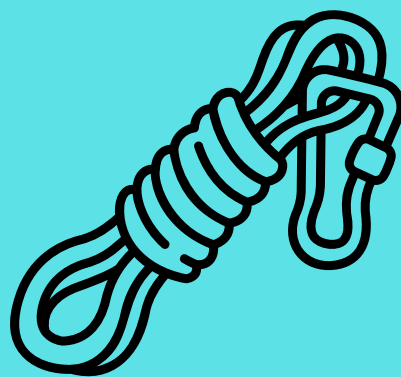
# sporTUS

Treningi Umiejętności  
Społecznych  
z wykorzystaniem  
piłki nożnej  
oraz wspinaczki skałkowej



# Do kogo kierujemy nasze zajęcia?

Zajęcia skierowane są do dzieci wieku 8-11 lat (grupy wiekowe 8-9 i 10-11 lat), zainteresowanych rozwijaniem swoich umiejętności sportowych, w ramach proponowanych dyscyplin, jak i wymagających wsparcia w sferze społecznej, dzieci wycofanych, chcących nauczyć się jak nawiązywać i podtrzymywać więzi z innymi, przejawiających trudności w działaniu w grupie.



# Czym jest SporTUS?

**Jest to autorska metoda, w której to trenerzy wykorzystują sport jako narzędzie służące doskonaleniu umiejętności społecznych.**

Sport daje możliwość spontanicznego nawiązywania kontaktów międzyludzkich - chcemy wykorzystać ten fakt aby móc stworzyć miejsce, w którym osoby mające na co dzień trudności w nawiązywaniu kontaktów i wyrażaniu siebie będą mogły doświadczyć pozytywnych relacji z innymi. A to wszystko w atmosferze **wspólnej zabawy.**



# Jakie są nasze cele?

**Podczas uprawiania sportu przeżywamy wzniosłe chwile, jak i trudniejsze momenty. Uważamy, że jest to idealne środowisko do pracy na własnych emocjach.**

**Konstruktywne radzenie sobie z trudnymi emocjami oraz rozwiązywanie konfliktów oparte na wzajemnym szacunku i zrozumieniu - są to cele, które chcemy osiągnąć podczas naszych treningów.**

W trakcie zajęć chcemy nauczyć naszych podopiecznych rozumieć oraz rozpoznawać własne uczucia i potrzeby aby w oparciu o to mogli kierować komunikaty do innych osób zgodnie z filozofią NVC (Porozumienie bez Przemocy).

# Kim jesteśmy?

Treningi prowadzone są przez trenerów TUS i pedagogów, tworzących i na co dzień współpracujących z Placówką Wsparcia Dziennego "TRAMPOLINA" w Gliwicach.

**Jacek Zięba** - pedagog, trener UEFA, trener TUS, pedagog absolwent kursu wspinaczki górskiej, absolwent kursu NVC

**Cecylia Więclaw** - terapeuta zajęciowy, trenerka TUS, arteterapeuta, absolwent kursu NVC

**Bartłomiej Wilczek** - pedagog, trener TUS, absolwent kursu NVC



# Co obejmują nasze zajęcia?



**Zajęcia Treningu Umiejętności Społecznych  
w oparciu o filozofie NVC (porozumienie  
bez przemocy)**



**1,5h zajęć wspinaczkowych raz na dwa  
tygodnie**



**1h - zajęć piłkarskich w tygodniu**



**Zajęcia w 8-osobowej grupie z udziałem  
dwóch specjalistów**

**Koszt miesięczny zajęć to 350 PLN**

Sport-Travel

NIP 631-222-10-79

Credit Agricole

18 1940 1076 3241 2734 0000 0000

# Do zobaczenia!

o o o o



## Więcej informacji:



**667 466 855**

---



**sportusgliwice@gmail.com**

---



**Sport-Travel (@sporttravelclub)**

---



**www.sport-travel.com.pl**

---

