

Skruvar / Rondater

Medel (6 -12 år)

Barnen i denna klass har högre kunskaper och mer utvecklade färdigheter - därför kan övningarna och instruktionerna vässas ytterligare. Här lyfter barnens förmågor ännu fortare än kvickt. Eftersom barnen klarar av svårare gymnastiska övningar känner de sig också mer självsäkra och är mer inriktade på själva gymnastiken.

- Nu ingår också mer konditionsträning i uppvärmningen och de olika gymnastikstationerna för att bygga upp styrka och för att förbereda barnen för mer fysiskt krävande övningar.
- Vår inlärningsmetod fokuserar på varje barns egna prestationer och vilja att lyckas - därför upplever barnen också sina egna framsteg som framgångar och de är inte rädda för att misslyckas.
- Eftersom barnen vill lära sig mer och mer lyfts nivån på övningarna - de blir gymnastiskt svårare och mer konditionskrävande.

Skruvar / Rondater

Avancerad (6 -12 år)

Barnen är entusiastiska gymnaster som älskar nya utmaningar. De vill gärna bli starkare och smidigare för att klara av svårare och mer krävande gymnastikövningar. Eftersom de nu är skickliga gymnaster, och har troligtvis blivit det tillsammans med andra barn de lärt känna under tiden, finns en härlig laganda i gruppen. Dessa barns gymnastiska självförtroende når nya höjder och de älskar att visa upp vad de kan inför publik.

- Undervisningen innehåller nu invecklade och detaljerade övningar som lär ut de kroppspositioner och rörelsemönster som krävs för att kunna göra mer avancerade gymnastikövningar.
- Konditionsträning och styrkeövningar byggs in och många av dessa kräver samarbete inom gruppen - teamwork!



THE Little
Gym
Serious Fun.



VI SER ATT HON HAR FÅTT BÄTTRE
SJÄLVFÖRTROENDE, MOTIVATION OCH FOKUS.
HON SJÄLV

UPPHÄVER GRAVITATIONEN



THE Little
Gym
Serious Fun.

The Little Gym Malmö
Limhamnsgårdens allé 25 • 216 16 • Limhamn • t: 040 - 15 15 00
malmo@thelittlegym.eu • www.malmo.thelittlegym.eu

BARR OCH BOM

Barnens självförtroende kommer att nå NYA HÖJDER

Matta, volt, barr och bom. De är alla en språngbräda. Allt eftersom ditt barn behärskar nya färdigheter kommer självförtroendet att ligga på topp och nå nya höjder, gång efter gång! Våra klasser för grundskolebarn ger grundläggande gymnastiska färdigheter, där innehållet delvis följer USA Gymnastics, det nationella styrande organet för gymnastik i USA. Klasserna kombinerar balans, rörlighet, hållning och bålstabilitet - tillsammans uppstår en harmonisk helhet vilket bidrar till ditt barns fysiska och mentala välmående. Med fokus på individuella mål snarare än att tävla mot andra kommer ditt barn att ha roligt i en harmonisk miljö där barnen uppmuntras att göra sitt bästa. Varje ny bedrift ger nyfunnen självsäkerhet, driv och en önskan att fortsätta utvecklas.

EN TREDIMENSIONELL INLÄRNINGSMETOD

Den tredimensionella inlärningsmetoden för att utveckla färdigheter och förmågor innebär att i varje klass uppmuntras utveckling inom tre områden som tillsammans bildar en helhet: Hjärngympa, Rörelse och Livskunskap. Läs vidare för att se hur varje inlärningsområde hjälper ditt barn att utvecklas till ett harmoniskt och tryggt barn.



RÖRELSE

- Balans
- Flexibilitet
- Smidighet och styrka



HJÄRNGYMPA

- Koncentration
- Problemlösning
- Följa komplexa instruktioner



LIVSKUNSKAP

- Ledarskap
- Gruppdeltagande
- Hantera känslor



Skruvar / Rondater

Nybörjare (6 -12 år)

Inga förkunskaper krävs för denna klass så barnens förmågor och färdigheter kan vara mycket varierande. Barn i denna ålder är fortfarande väldigt motiverade av att ha roligt - de älskar att leka och låtsas! De är intresserade av att lära sig gymnastik men håller fortfarande på att bygga upp sitt självförtroende i de olika övningarna. De behöver uppleva framgångar för att känna sig säkra.

- För att tillgodose barnens olika behov ger våra utbildade instruktörer instruktioner på individuell basis, vilket ger barnen möjlighet att möta nya utmaningar utifrån sina egna förmågor och färdigheter.
- Barnen provar på nya utmaningar - med svårare gymnastikövningar - och lär sig behärska dessa. De utvecklar sin fysiska styrka och förbättrar sina färdigheter, koordination och får ökat självförtroende.
- Då och då har vi också lekfulla, skojiga teman.