



Szkolenie Jogi dla Dzieci: Animal Kids Yoga. Kurs instruktorski joga dla dzieci.

Numer usługi 2026/01/27/207105/3287326

1 830,00 PLN brutto
1 830,00 PLN netto
130,71 PLN brutto/h
130,71 PLN netto/h

YOGA STUDIO
NIRMALA MARTA
MIGUŁA

★★★★★ 5,0 / 5

3 oceny

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 14 h

📅 06.06.2026 do 07.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących pracę z dziećmi w obszarze edukacji, ruchu i rozwoju psychosomatycznego, w szczególności do:

- nauczycieli edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej,
- pedagogów, pedagogów specjalnych i terapeutów,
- animatorów kultury, edukatorów i trenerów pracy z dziećmi,
- instruktorów zajęć ruchowych i rozwojowych,
- rodziców i opiekunów zainteresowanych wspieraniem rozwoju dziecka poprzez ruch, zabawę i wyobraźnię.
- nauczycieli jogi dla dzieci szukających nowych inspiracji

Szkolenie jest odpowiednie zarówno dla osób początkujących, jak i dla osób z doświadczeniem w pracy z dziećmi, które chcą wzbogacić swój warsztat o elementy jogi dziecięcej inspirowanej światem zwierząt, opowieści ruchowych, zabawy, uważności i relaksacji. Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w jodze.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

31-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

14

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego prowadzenia zajęć jogi dla dzieci inspirowanych światem zwierząt w oparciu o karty Animal Kids Yoga. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności w zakresie bezpiecznej pracy z ciałem dziecka, wykorzystania ruchu, zabawy, wyobraźni i opowieści ruchowych jako narzędzi wspierających rozwój ruchowy, emocjonalny i psychosomatyczny dzieci oraz budowania uważnej, wspierającej atmosfery zajęć. Animal Kids Yoga to metoda interdyscyplinarna.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Po zakończeniu szkolenia uczestnik/uczestniczka:</p> <p>zna podstawowe założenia jogi dziecięcej inspirowanej światem zwierząt,</p> <p>rozumie znaczenie ruchu, zabawy i wyobraźni w rozwoju psychofizycznym dziecka,</p> <p>zna zasady bezpiecznego prowadzenia zajęć jogi dla dzieci,</p> <p>posiada wiedzę na temat dostosowywania ćwiczeń do wieku i możliwości dzieci,</p> <p>rozumie rolę uważności, oddechu i relaksacji w pracy z dziećmi.</p> <p>Efekty uczenia się – Umiejętności</p> <p>Po zakończeniu szkolenia uczestnik/uczestniczka:</p> <p>potrafi zaprojektować i poprowadzić zajęcia Animal Kids Yoga,</p> <p>wykorzystuje pozycje jogi inspirowane zwierzętami, opowieści ruchowe i zabawy,</p> <p>dostosowuje formy ruchowe do potrzeb i dynamiki grupy dzieci,</p> <p>tworzy bezpieczną i wspierającą atmosferę zajęć,</p> <p>stosuje elementy oddechu i relaksacji wspierające regulację emocji dzieci.</p> <p>Efekty uczenia się – Kompetencje społeczne</p> <p>Po zakończeniu szkolenia uczestnik/uczestniczka:</p> <p>komunikuje się z dziećmi w sposób wspierający i adekwatny do ich wieku,</p> <p>wykazuje uważność, empatię i odpowiedzialność w pracy z grupą,</p> <p>potrafi refleksyjnie ocenić własną praktykę i rozwijać swój warsztat pracy.</p>	<p>obserwacja – bieżąca obserwacja pracy uczestnika w trakcie ćwiczeń warsztatowych oraz prezentacji fragmentu działań z zakresu metody Animal Kids Yoga; ocenie podlega zgodność działań z zakładanymi efektami uczenia się,</p> <p>ankieta ewaluacyjna – ankieta przeprowadzana na zakończenie szkolenia, obejmująca pytania dotyczące stopnia opanowania wiedzy, umiejętności oraz gotowości do samodzielnego prowadzenia zajęć Animal Kids Yoga</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Łączny czas szkolenia: 14 godzin zegarowych (w tym zawarte przerwy)

- **Teoria: 3 godziny**
- **Praktyka (w tym walidacja): 11 godzin**

Zajęcia realizowane są z wykorzystaniem zróżnicowanych form organizacji pracy, adekwatnych do charakteru treści szkoleniowych oraz zakładanych efektów uczenia się. W trakcie szkolenia stosowana jest praca:

- **w całej grupie** – podczas wprowadzeń teoretycznych, demonstracji ćwiczeń ruchowych, wspólnych doświadczeń ruchowych, omówień zagadnień oraz podsumowań poszczególnych bloków szkoleniowych;
- **w małych grupach 3–4 osobowych** – w celu realizacji zadań ruchowych, eksploracji kreatywnej, analizy zaproponowanych struktur pracy oraz wymiany doświadczeń i refleksji między uczestnikami;
- **indywidualnie** – w trakcie własnej eksploracji ruchowej, pracy z odczuciami z ciała, realizacji zadań refleksyjnych oraz autoewaluacji w ramach procesu walidacji efektów uczenia się.

Sobota 11.30 – 20.00

1. **Krąg kwiatu** – rozgrzewka oraz przykład pełnych zajęć opartych o karty Animal Kids Yoga; budowanie uważności, integracja grupy i wprowadzenie do pracy z obrazem oraz ruchem.
2. **Praca z dźwiękiem i ruchem intuicyjnym** – eksploracja relacji między dźwiękiem, ciałem i emocjami; rozwijanie spontanicznej ekspresji ruchowej.
3. **Powitanie słońca z kangurem i opowieścią** – dynamiczna sekwencja ruchowa inspirowana zwierzęciem, połączona z narracją i wyobraźnią.
4. **Powitanie oceanu z konikiem morskim i opowieścią** – płynna praca z ruchem, oddechem i rytmem, wspierająca koordynację i wyciszenie.
5. **Powitanie księżycy z polarnym wilkiem i opowieścią** – spokojna, uważna sekwencja sprzyjająca koncentracji i regulacji emocji.
6. **Relaksacja – masaż gwiazd** – techniki wyciszenia i relaksu, wspierające integrację sensoryczną i poczucie bezpieczeństwa.

Niedziela 10.00 – 16.00

1. **Karty jako plansza do gry** – twórcze wykorzystanie kart z użyciem kolorów, klocków i form geometrycznych; rozwijanie logicznego myślenia i współpracy w grupie.
2. **Asany przeciwstawne i dopełniające** – zabawy ruchowe wspierające równowagę, koordynację i świadomość ciała.
3. **Medytacja z płomieniem świecy (trataka)** – ćwiczenie koncentracji, uważności i wyciszenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Krąg kwiatu – pełne zajęcia pokazowe	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	11:30	13:00	01:30
2 z 12 Asany przeciwstawne i dopełniające	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	11:30	13:15	01:45
3 z 12 Praca z dźwiękiem i ruchem intuicyjnym	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	13:00	14:00	01:00
4 z 12 Powitanie słońca z kangurem i opowieścią	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	14:00	15:30	01:30
5 z 12 Powitanie oceanu z konikiem morskim	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	15:30	16:15	00:45
6 z 12 Powitanie księżycy z polarnym wilkiem	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	16:15	17:15	01:00
7 z 12 Relaksacja – masaż gwiazd	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	17:15	18:15	01:00
8 z 12 Omówienie dnia + integracja doświadczeń	MARTA MIGUŁA	06-06-2026	18:15	19:30	01:15
9 z 12 Karty jako plansza do gry	MARTA MIGUŁA	07-06-2026	10:00	11:30	01:30
10 z 12 Medytacja rzeki (dynamika plastyczna)	MARTA MIGUŁA	07-06-2026	13:15	14:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 12 Medytacja z płomieniem świecy (trataka)	MARTA MIGUŁA	07-06-2026	14:00	15:00	01:00
12 z 12 WALIDACJA + zamknięcie szkolenia	-	07-06-2026	15:00	16:00	01:00

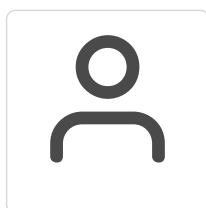
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 830,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 830,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	130,71 PLN
Koszt osobogodziny netto	130,71 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MARTA MIGUŁA

João Guimarães jest certyfikowanym instruktorem jogi, muzykiem oraz ilustratorem książek dla dzieci. Od wielu lat łączy pracę z ruchem, muzyką i obrazem, tworząc autorskie narzędzia edukacyjne wspierające rozwój dzieci poprzez ciało, wyobraźnię i zabawę.

Jest twórcą kart Animal Kids Yoga oraz autorskiej metodologii pracy z tymi kartami, opartej na jodze dziecięcej, opowieści ruchowej, muzyce i kreatywnej ekspresji. W swojej pracy kładzie nacisk na bezpieczeństwo, naturalną radość ruchu oraz budowanie relacji z dziećmi poprzez świat zwierząt, dźwięku i obrazu.

Prowadzi warsztaty i szkolenia dla nauczycieli, edukatorów oraz osób pracujących z dziećmi, dzieląc się praktycznymi metodami wykorzystywania kart Animal Kids Yoga w zajęciach ruchowych, edukacyjnych i rozwojowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach szkolenia uczestnicy otrzymują również dostęp do muzyki wspierającej zajęcia oraz planszę do gry do samodzielnego wydruku. Dodatkowo uczestnicy otrzymują skrypt zawierający gotowe scenariusze zajęć oraz szczegółowy opis ćwiczeń i sekwencji ruchowych.

Adres

ul. Leona Droszyńskiego 28A

80-381 Gdańsk

woj. pomorskie

Szkoła Yogi Zofii Netter

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Przestronna jasna sala w pełni wyposażona w pomoce jogowe. Dostęp do zaplecza kuchennego.

Kontakt



MARTA MIGUŁA

E-mail yogarpa.marta@gmail.com

Telefon (+48) 577 067 849