



FORT 39

Ośrodek Szkolno-Wypoczynkowy „FORT 39”

30-240 Kraków, Olszanica
ul. Kosmowskiej 12
tel. 12 623 80 22
e-mail: fort39@info.pl



TABUN

Ośrodek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „TABUN”

30-240 Kraków, Olszanica
ul. Kosmowskiej 12a
tel. 12 623 82 37 / 12 623 80 62
e-mail: klub@tabun.com.pl



POD
DURBASZKĄ

Górski Ośrodek Szkolno - Wypoczynkowy „POD DURBASZKĄ”

34-460 Szczawnica - Jaworki
tel. 18 262 25 47
e-mail: gosw@durbaszka.pl

www.mdk-dh.krakow.pl

znajdź nas



 **Kraków**







MDK
DOM HARCERZA
ul. Reymonta 18, Kraków

OFERTA ZAJEĆ



MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY „DOM HARCERZA” - JEDNOSTKA OŚWIATOWA MIASTA KRAKOWA

DZIAŁY:

-  muzyczno-wokalny i językowy
-  form scenicznych i wizualnych
-  sportu, tańca i rekreacji
-  jazdy konnej, hipoterapii i rehabilitacji

Źródek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „Tobun”

Źródek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „Tobun” prowadzi zajęcia jeździeckie dla dzieci i młodzieży. Dla dzieci z niepełnosprawnościami prowadzone są zajęcia hipoterapii uzupełnione rehabilitacją ruchową. Oprócz stałych zajęć programowych Źródek organizuje różne imprezy związane z jeździectwem, zawody jeździeckie, pikniki, pokazy, rajdy i imprezy jeździeckie. W lecie organizowane są wyjazdowe obozy jeździeckie.

Zobacz więcej na: www.mdk-dh.krakow.pl

tel. 12 623 82 37, 12 623 80 62

Młodzieżowy Dom Kultury
„Dom Harcerza”
ul. Reymonta 18, 30 - 059 Kraków
tel. 12 637 37 61, 12 637 59 35

www.mdk-dh.krakow.pl



Parts of images are from:

oxurra/freepik.com

flatort/freepik.com

flaticon.com

freepik.com

ODWIEDŹ NASZE FILIE:

Górski Ośrodek Szkolno-Wypoczynkowy „Pod Durboszką”

Ośrodek położony w malowniczym zakątku Małych Pienin na wysokości 850 m n.p.m. na północnym stoku Durboszki (935 m n.p.m.) w bezpośrednim sąsiedztwie rezerwatów przyrody, takich jak: Białe Wody, Węwóz Homole, Wysoka (1052 m n.p.m.) – najwyższy szczyt Pienin. Czas dojścia z Jaworek do ośrodka to 45-50 min. Oferujemy zakwaterowanie dla 50 osób w pokojach 2-b osobowych. Domowa kuchnia, pełne wyżywienie. Do dyspozycji naszych gości jest sala telewizyjna i sala kominkowa. W ośrodku funkcjonuje bufet.

Zobacz więcej na: www.mdk-dh.krakow.pl
tel. 18 262 25 47

Ośrodek Szkolno-Wypoczynkowy „Fort 39”

Ten ośrodek to ponad stuletni, oryginalnie zachowany fort, wchodzący w skład austriackiej Twierdzy Kraków. Pod okiem konserwatora zabytków wyremontowano wszystkie pomieszczenia i dostosowano je do potrzeb noclegowych. Obecnie „Fort 39” pełni rolę obiektu noclegowego. Wystrój części hotelowej przybliży naszym gościom historię krakowskich fortów. Dysponujemy trzema pokojami 8-osobowymi i jednym pokojem 2-osobowym, wyposażonymi w piętrowe łóżka. Łącznie „Fort 39” posiada 26 miejsc noclegowych. Do dyspozycji odwiedzających pozostawiamy świetlicę z TV oraz w pełni wyposażoną kuchnię z niewielką jadalnią.

Oprócz noclegów oferujemy również wynajem „Fortu 39” do organizacji kameralnych szkoleń lub spotkań okolicznościowych (urodzin, chrztów, komunii). Na terenie naszego ośrodka znajduje się wiatła z miejscem ogniskowym. A od wiosny do jesieni można skorzystać z namiotu, który pomieści ok. 50 osób.

Ponadto, korzystając z sąsiedztwa zaprzyjaźnionego Ośrodka Rehabilitacji i Rekreacji Konnej „Tabun” przygotowujemy zajęcia edukacyjne, które odbywają się z udziałem koni (z możliwością przejażdżki konnej) dla przedszkolaków i uczniów szkół podstawowych.

Zobacz więcej na: www.mdk-dh.krakow.pl
tel. 12 623 80 22, 604 053 621

BAW SIĘ! POZNAWAJ! DOŚWIADCZAJ!

Twój **ROZWÓJ**, **PASJE**, **UKRYTE TALENTY** są dla nas ważne!

Jesteśmy dla Was od 1962 roku.

Proponujemy atrakcyjną i bogatą ofertę zajęć, w czasie wolnym rozwijamy zainteresowania, odkrywamy talenty i zachęcamy do aktywnego wypoczynku.

Na zajęcia zaproszamy dzieci i młodzież w wieku: 3 do 21 lat.



Nasza oferta programowa łączy działania artystyczne, sportowe i turystyczne z edukacją kulturalną i społeczną.

OFERTA ZAJĘĆ W MDK

NAUCZYCIELKA:
Magdalena Iwińska-Masłowska
mmaslowka@mdk-dh.krakow.pl

Debiuty - studio piosenki

(uczestnicy w wieku 6-21 lat)

Zajęcia wokalne uczące poprawnej emisji głosu i dykcji oraz nauka pracy z mikrofonem. Uczymy tego, co dla każdego profesjonalnego artysty jest niezbędne. Pracujemy nad warsztatem aktorskim, ruchem scenicznym oraz uczymy, jak radzić sobie z tremą. Repertuar prezentowany przez uczestników zajęć składa się z utworów w różnych stylach muzycznych. Młodzi wykonawcy biorą udział w konkursach, koncertach oraz festiwalach.



NAUCZYCIELKA:
Małgorzata Sienkiewicz
msienkiewicz@mdk-dh.krakow.pl

Oferta dla klas szkół podstawowych: Jesienne poronki teatralne

szkoły podstawowe (kl. 1-6)

Podczas warsztatów uczestnicy poznają kulisy pracy Teatru „Groteska” – jednego z najstarszych teatrów dla dzieci i młodzieży w Polsce. Dzieci będą miały okazję spróbować swoich sił w krótkich scenkach aktorskich („żywy plan”) oraz pracować z różnymi rodzajami lalek i masek teatralnych, wykorzystywanych na co dzień w spektaklach.

Zajęcia prowadzą doświadczone aktorki Teatru „Groteska”:
Ilona Buchner i Małgorzata Sienkiewicz.

Zajęcia realizowane są we współpracy z Radą Dzielnicy V Krowodrza.

NAUCZYCIELKA:
Klaudia Opoka
kopoka@mdk-dh.krakow.pl



Oferta dla klas szkół:

szkoły podstawowe (kl. 1-3)

Plastyka dla Młodego Technika

Zajęcia plastyczne łączące klasyczne techniki rozwijające umiejętności manualne oraz wykłady związane z zagadnieniami sztuki współczesnej. Preferowana forma to spotkania 1 bądź 2 razy w miesiącu. Proponowane tematy to bio-art, wierzenia rodzime oraz multimedia.

szkoły podstawowe i ponadpodstawowe (kl. 4+)

Między fotografią a malarstwem: warsztaty gumy dichromianowej

Warsztaty obejmujące fotografię i grafikę komputerową. Warsztaty rozłożone są na około 15 godzin lekcyjnych i kilka dni. Istnieje możliwość przeprowadzenia warsztatów dla większej grupy, pod warunkiem dodatkowego opiekuna oraz podzielenia uczestników między dwiema salami.

Stwórz własny plakat! Warsztaty grafiki komputerowej.

Warsztaty obejmują podstawy obsługi programu Affinity designer, zasady projektowania graficznego do internetu i do druku oraz wydruk powstałych plakatów w formacie A3. Podczas zajęć uczniowie wykonają własny plakat. Temat przewodni warsztatów może być uzgodniony w ramach aktualnego programu nauczania bądź zaproponowany przez prowadzącą (nurty w projektowaniu: abstrakcja, dwudziestolecie międzywojenne, plakat propagandowy, secesja bądź tematy: ekologia w plakacie, futurizm).

Laboratorium Nowych Mediów.

Warsztaty dla młodzieży z zakresu sztuki współczesnej o tematyce uzgadnianej z prowadzącymi i dopasowanej pod profile klas.



NAUCZYCIEL:
Piotr Grodecki
pgrodecki@mdk-dh.krakow.pl

Pracownia gitarowa

(uczestnicy w wieku 7-21 lat)

Nauka gry na gitarze akustycznej, elektrycznej i klasycznej. Różne stopnie zaawansowania, grupy początkujące i zaawansowane. Nauka akordów, piosenek, skal, harmonii, tablatur i zapisu nutowego. Szeroka stylistyka utworów: rock, pop, funk, piosenka harcerska. Zajęcia odbywają się w sali wyposażonej w instrumenty dla początkujących oraz profesjonalne wzmacniacze do instrumentów elektrycznych.



NAUCZYCIELKA:
Joanna Knapik-Grodecka
jknapik@mdk-dh.krakow.pl

Zespół instrumentalny

(uczestnicy w wieku 12-21 lat)

Zespół powstał w 2020 roku. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci i młodzieży od 12 do 21 roku życia, którzy chcą doskonalić swoje umiejętności gry na instrumentach oraz rozwijać pasję do muzykowania zespołowego. W repertuarze zespołu znajduje się głównie muzyka rozrywkowa i filmowa. Zapraszamy do wspólnego muzykowania instrumentalistów grających na flecie poprzecznym, klarncie, saksofonie, trąbce, puzonie, sakshornie, waltorni, eufonium, instrumentach perkusyjnych, kontrabasie, gitarze!



NAUCZYCIELKA:
Aleksandra Sławik
aslawik@mdk-dh.krakow.pl

Muzyka dla szkolnioka

(dzieci w wieku 7-9 lat)

To zajęcia, na których dzieci uczą się piosenek, prawidłowej emisji głosu, poznają tajniki rytmiki, układy rytmiczne i taneczne oraz uczą się świadomego poruszania się w przestrzeni wyznaczonej przez muzykę. Dzieci również grają na instrumentach perkusyjnych i melodycznych oraz poznają nuty metodą Zoltana Kodaly'ego (czytanie z gestów ręki). Wprowadzenie elementów logorytmiki i ćwiczeń logopedycznych wspiera prawidłową mowę. Odtwarzamy muzykę, słuchamy muzyki i tworzymy muzykę!



NAUCZYCIELKA:
Aleksandra Sławik
aslawik@mdk-dh.krakow.pl

Muzyka dla malucha

(dzieci w wieku 3-6 lat)

To zajęcia, na których każdy Maluch postawi pierwsze kroki w świecie muzyki poprzez śpiew, grę na instrumentach Orffa, zabawy rytmiczne, układy ruchowo-taneczne do muzyki, poznawanie nut metodą Kodaly'a (czytanie z gestów ręki). Uczymy się emisji głosu i świadomego funkcjonowania w przestrzeni oraz poznajemy możliwości własnego ciała w świecie muzyki. Zajęcia są wzbogacone elementami logorytmiki i ćwiczeniami logopedycznymi.



NAUCZYCIELKA:
Aleksandra Sławik
aslawik@mdk-dh.krakow.pl

Chór gospel „Joyful Voice”

(uczestnicy od 16 roku życia)

Chór działa w Krakowie od 20 lat, zbiera ludzi, których łączy pasja śpiewania. Każdy koncert Joyful Voice przepełniony jest niesamowitą energią i radością, a każdy utwór dotyka serca. Kiedy śpiewają, dotykają nieba! Nagrywamy też własne utwory i wideoklipy. Zajęcia obejmują naukę piosenek w języku angielskim i polskim w stylistyce gospel. Pracujemy nad emisją głosu i umiejętnością śpiewania z mikrofonem. Poznajemy też tajniki pracy scenicznej i zespołowej.



NAUCZYCIELKI:
Sylvia Szczepańska-Horoszko
sszczepanska@mdk-dh.krakow.pl
Marta Wojaczyńska
mwojaczynska@mdk-dh.krakow.pl

Oferta dla klas szkół podstawowych: Klub Zkochanych w Krakowie

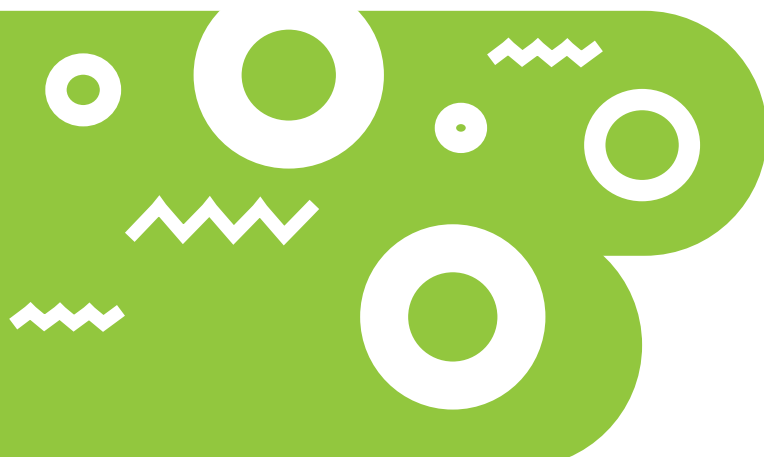
szkoły podstawowe (kl. 1-6)

To aktywne zajęcia dla szkół podstawowych (kl. 1-6). W czasie ich trwania zrealizujemy jedenaście tematów. Wspólnie odkryjemy tajemnice Krakowa, jego mniej znaną historię i wydarzenia, które miały tu miejsce. Powstanie Tajemniczy Album Krakowski, składający się z rysunków, zdjęć, wycinków, rymowanek itp. w formie lapbooka. Całość dopełni realizacja animacji poklatkowej. Poznawaj swoje Miasto z nami!

PROPOZYCJE TEMATYCZNE:

1. Nie od razu Kraków zbudowano – legendy, anegdota i prawdziwe historie.
2. W średniowiecznym Krakowie – śladami św. Stanisława i Tatarów.
3. Jadwiga – święta królowa.
4. Na dworze króla Zygmunta i królowej Bony.
5. Jak król Zygmunt III Waza przeniósł się do Warszawy i co z tego wynikło?
6. Tadeusz Kościuszko – bohater dwóch Narodów i jego krakowskie ślady.
7. Galicyjska opowieść o Krakowie.
8. I znów w wolnej Polsce.
9. Sławni ludzie w Krakowie.
10. Tajemniczy Album Krakowski.
11. Śladami Teodora Talowskiego po Krakowie.
12. Nasza „Mała Ojczyzna” – historia, tradycje, ciekawostki związane z Dzielnica V Krowdrza.
13. Światłem malowane - eksperymenty fotograficzne i filmowe oraz warsztaty animacji poklatkowej.

Raz w miesiącu warsztatom może towarzyszyć wycieczka związana z realizowanym tematem. Zajęcia mogą być realizowane jako cykl lub pojedyncze warsztaty dotyczące wybranego zagadnienia, w zależności od zapotrzebowania grupy.



OFERTA DLA SZKÓŁ

W naszej ofercie znajdują Państwo zajęcia dla grup zorganizowanych, które mogą odbywać się raz bądź kilka razy w miesiącu a także jednorazowo.



NAUCZYCIELKA:
Katarzyna Furtak
kfurtak@mdk-dh.krakow.pl

Język francuski

(uczestnicy w wieku 10-12 lat)

Nauka języka francuskiego połączona z zabawą, dużo gier, konkursów, piosenek, quizów dzięki czemu czas na zajęciach mija szybko i efektywnie. Dzieci uczą się komunikowania po francusku w sytuacjach dostosowanych do ich potrzeb i zainteresowań. Rozwijają też umiejętności słuchania, pisania i czytania w tym języku, poznając przy okazji elementy kultury i geografii Francji.

Zajęcia odbywają się w Szkole Podstawowej nr 5 przy al. Kijowskiej 8.



NAUCZYCIELKA:
Ewelina Stachórska
estachorska@mdk-dh.krakow.pl

Anglo Kids

(uczestnicy w wieku 9-15 lat)

Nauka języka angielskiego dla dzieci w wieku 9-15 lat (3-8 kl. SP). Zajęcia w zależności od potrzeb uczestników, służą poszerzaniu znajomości języka angielskiego lub pomagają w nadrabianiu zaległości oraz przygotowaniu do egzaminu ósmoklasisty (grupa dla kl. 7-8). Przyjazna atmosfera, gry, zabawy, ciekawe materiały, wiedza przekazywana z użyciem różnorodnych technik multimedialnych.



NAUCZYCIELKA:
Magdalena Szeptyńska
mszeptynska@mdk-dh.krakow.pl

Kids Club

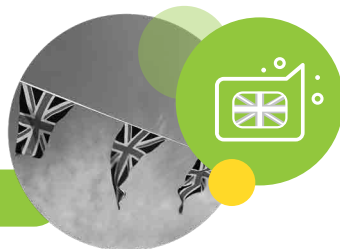
(zajęcia dla młodszych dzieci)

Nauka języka angielskiego prowadzona w ciekawy i nowoczesny sposób wykorzystujący różnorodne metody i techniki, w oparciu o liczne, niepowtarzalne materiały dydaktyczne. Dzieci uczą się przez działania: śpiew, recytację, odgrywanie scenek, projekty plastyczne. Stałym elementem zajęć „Kids Club” są gry, zabawy, łamigłówki, konkursy i występy dla rodziców. Dopełnienie stanowią gry i ćwiczenia z wykorzystaniem komputera.

NAUCZYCIELKA:

Aleksandra Staszewska
astaszewska@mdk-dh.krakow.pl

Happy Kids



(uczestnicy w wieku 11-18 lat)

Nauka języka angielskiego dla dzieci w wieku 11-16 (5-8 klasa SP i I-II L.O.) z elementami wiedzy o kulturze krajów anglojęzycznych i przygotowaniem do egzaminów ósmoklasisty. Przyjazna atmosfera, wiedza przekazywana z użyciem różnorodnych technik multimedialnych, zabawnych gier i ćwiczeń, z naciskiem na swobodne porozumiewanie się w języku angielskim.

NAUCZYCIELKA:

Aleksandra Staszewska
astaszewska@mdk-dh.krakow.pl

Rockin' Bond



(uczestnicy w wieku 10-18 lat)

Zespół muzyczny śpiewający po angielsku, jako alternatywna forma nauki języka. To także możliwość spróbowania swoich sił na scenie, nauka pracy z mikrofonem i możliwość poznania repertuaru anglojęzycznej muzyki rozrywkowej – zarówno nowych przebojów, jak i klasyki.



Jazda konna

(uczestnicy w wieku 11-25 lat)

Ośrodek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „Tabun” proponuje:

- zajęcia jeździeckie w grupach o różnym stopniu zaawansowania prowadzone na ujeżdżalni i w terenie,
- możliwość udziału w różnych imprezach jeździeckich (zawody, rajdy, Hubertusy itp.),
- pikniki dla grup zorganizowanych,
- szkolenia w zakresie obsługi koni,
- wyjazdowe obozy letnie.

Hipoterapia i rehabilitacja

(uczestnicy z orzeczeniem o niepełnosprawności w wieku 3-18 lat)

Ośrodek Rekreacji i Rehabilitacji Konnej „Tabun” prowadzi także zajęcia terapeutyczne dla dzieci z orzeczeniem o niepełnosprawności:

- hipoterapia – zajęcia indywidualne,
- hipoterapia dla szkolnych grup zorganizowanych,
- terapeutyczna jazda konna,
- rehabilitacja.

Hipoterapia:

Katarzyna Bielecka
kbielecka@mdk-dh.krakow.pl
Maria Bobrowska
mbobrowska@mdk-dh.krakow.pl
Natasza Gąciarz
nodziemczyk@mdk-dh.krakow.pl
Joanna Kozik
jkozik@mdk-dh.krakow.pl
Anna Kucia
akucia@mdk-dh.krakow.pl
Katarzyna Zawadzińska
kzawadzinska@mdk-dh.krakow.pl

Instruktorzy:

Magdalena Bartkowicz
mbartkowicz@mdk-dh.krakow.pl
Maria Bobrowska
mbobrowska@mdk-dh.krakow.pl
Natasza Gąciarz
nodziemczyk@mdk-dh.krakow.pl
Irmina Kałka
ikalka@mdk-dh.krakow.pl
Maciej Mierzwa
mmierzwa@mdk-dh.krakow.pl
Katarzyna Zawadzińska
kzawadzinska@mdk-dh.krakow.pl

Rehabilitacja:

Joanna Kozik
jkozik@mdk-dh.krakow.pl
Anna Kucia
akucia@mdk-dh.krakow.pl

NAUCZYCIELKA:
Agnieszka Wolanin
awolanin@mdk-dh.krakow.pl

DH Dance

(Zajęcia tańca nowoczesnego dla dzieci w wieku 5-15 lat)

Marzysz o wspólnej tanecznej przygodzie, o wspólnej pasji, czujesz miłość do tańca? Dobrze trafiłeś. DH Dance (Street Dance Show) to zajęcia energetyczne, pełne radości i ekspresji. Tutaj nauczysz się różnych technik tańca nowoczesnego, a nasze układy będą tworzyły pewną historię, przekazaną ruchem. Będziesz pracować w grupie, poznasz nowe osoby i oswoisz się z występami publicznymi. Nie zapomnimy również o gimnastyce, już niedługo zrobisz wymarzony szpagat!

Taniec jest wspaniałą formą spędzania czasu wolnego. Dołącz do nas, czekamy właśnie na Ciebie!

NAUCZYCIELKA:
Krystyna Marcinkowska
kmarcinkowska@mdk-dh.krakow.pl

ΔΔΔ Δkademie Młodzieżowych Δnimotorów

(uczestnicy w wieku od 13 lat)

Organizujemy szkolenia i spotkania informacyjne dla grup młodzieżowych dotyczące przygotowań i realizacji projektów w ramach europejskich programów edukacyjnych. Główne tematy omawiane na tych spotkaniach to: zarządzanie projektem, edukacja międzykulturowa, współpraca partnerska. Prowadzimy także konsultacje w trybie ciągłym.



NAUCZYCIEL:
Robert Wyród
tel. 501 427 492
rwyorod@mdk-dh.krakow.pl

Zespół teatralny ŚWIATTOMY

(dzieci, młodzież/wychowankowie ośrodków wychowawczych)

W ramach zajęć: gry i zabawy dramowe, improwizacje nastawione bardziej na przeżycia uczestnika niż na formę wypowiedzi, praca z tekstem, wejście w rolę, rozmowa, wywiad, etiuda pantomimiczna, scenka improwizowana, improwizacje z tekstem lub bez tekstu, żywy obraz, rzeźba, ćwiczenia głosowe i artykulacyjne (recytacje indywidualne i zbiorowe, rytmizacje tekstu i melorecytacje, wygłaszanie utworu na podkładzie muzyczno-wokalno-dźwiękowym), tworzenie inscenizacji.



NAUCZYCIELKA:
Izabella Szeląg-Zalas
iszelag@mdk-dh.krakow.pl

Ceramiko

(uczestnicy w wieku 7-15 lat)

Zapraszamy dzieci i młodzież w wieku 7-15 lat do fascynującego świata ceramiki. Podczas zajęć uczestnicy poznają od podstaw różne sposoby formowania z gliny oraz techniki dekorowania prac ceramicznych (np. szkliwienie). W twórczej atmosferze wykonają naczynia, ozdoby, rzeźby, będą również mieli możliwość realizacji własnych indywidualnych projektów. Rękodzieła ceramiczne powstałe na zajęciach wypalamy w piecu ceramicznym.



NAUCZYCIELKI:
Katarzyna Bielecka
Izabella Szelań-Zalas
Sylwia McKenzie
Aleksandra Staszewska
chatka@mdk-dh.krakow.pl

Chatka Małolatka

(dla dzieci w wieku 3-5 lat)

W „Chatce Małolatka” dzieci poprzez zabawę zdobywają wiedzę i umiejętności, rozwijają swoją osobowość i uczą się pierwszych postaw społecznych. Prowadzone są tu zajęcia z języka angielskiego, plastyki, warsztaty umuzykalniające z elementami rytmiki, ćwiczenia pamięci, spostrzegawczości i koncentracji, zajęcia ogólnorozwojowe (gimnastyczno-ruchowe) i wspomagające rozwój psychomotoryczny. Grupa często wychodzi na zewnątrz do parku i na plac zabaw. Dzieci ze specjalnymi potrzebami żywieniowymi nie doświadczają stresu, gdyż każde dziecko przynosi codziennie swój własny posiłek. Program ma na celu umożliwienie wszechstronnego rozwoju oraz uspołecznienie dzieci. Oferta obejmuje również wycieczki dydaktyczne takie jak odwiedziny w Zoo, wyjścia do teatru lub muzeum a także inne zajęcia okazjonalne, takie jak np. warsztaty krawieckie, teatralne, taneczne itp. Jesteśmy alternatywą dla powszechnie znanego przedszkola, gdyż nasze zajęcia odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 14.00.



NAUCZYCIEL:
Mateusz Niebielski
mniebielski@mdk-dh.krakow.pl

Pracownia modelarstwa lotniczego i kosmicznego

(uczestnicy w wieku 8-21 lat)

Uczestnicy pod okiem nauczyciela poznają techniki budowy modeli: samolotów, latawców, balonów oraz rakiet. Ponadto uczą się pilotażu modelu, podstawowych zasad lotu oraz sposobów projektowania modeli latających. Szkolenie rozpoczyna się od konstruowania prostych modeli latających, z wykorzystaniem ogólnodostępnych materiałów i narzędzi.

Dla bardziej doświadczonych modelarzy pracownia oferuje dostęp do różnego rodzaju maszyn: drukarki 3D, plotera CNC i programów projektowych 2D oraz 3D typu CAD. Ponadto wszyscy uczestnicy biorą udział w organizacji imprez modelarskich oraz startują w zawodach rangi lokalnej, ogólnopolskiej i międzynarodowej.



NAUCZYCIEL:
Wojciech Hausner
whausner@mdk-dh.krakow.pl

Klub Turystyki Historycznej

(uczestnicy w wieku 10-18 lat)

Program działania klubu to wycieczki historyczno-krajoznawcze (zamki, muzea, krajobraz i pola bitew, rekonstrukcje historyczne), historyczne gry planszowe, filmy historyczne z komentarzem, projekty edukacyjne.

Spotkania przygotowujące do wycieczek odbywają się raz w tygodniu, a całodzienne wycieczki raz lub dwa razy w miesiącu, w sobotę.

NAUCZYCIEL:
Radosław Łączyński
rlaczynski@mdk-dh.krakow.pl
Klub Olimpijczyk



(uczestnicy w wieku 7-10 lat)

Zajęcia ogólnorozwojowe z elementami technik gier zespołowych, kształtowanie sprawności fizycznej i koordynacji ruchowej, rozbudzenie i podtrzymanie czynnych zainteresowań sportowych.

NAUCZYCIEL:
Radosław Łączyński
rlaczynski@mdk-dh.krakow.pl
Piłko siatkowe



(uczestnicy w wieku 12-17 lat)

Zajęcia przeznaczone są dla chłopców w wieku 12-17 lat. Treningi odbywają się dwa razy w tygodniu na hali MDK.

NAUCZYCIEL:
Bogdan Stefański
tel. 604 417 184



Holowo piłka nożna

(uczestnicy w wieku 7-16 lat)

Zajęcia z halowej piłki nożnej przeznaczone są dla dzieci i młodzieży w wieku od 7-16 lat. Podczas zajęć prowadzimy naukę i doskonalenie gry w piłkę nożną. Zajęcia odbywają się jeden raz w tygodniu z podziałem na dwie grupy wiekowe.



NAUCZYCIELKA:
Marta Wojaczyńska
mwojaczynska@mdk-dh.krakow.pl

Klub Wędrownego Fotografę

(uczestnicy w wieku 7-18 lat)

Na zajęciach, które odbywają się raz w tygodniu, poznajemy teorię i praktykę związaną z fotografią. Na początek zapoznajemy się z historią fotografii. Przez cały rok zagłębiajmy się w tajniki fotografii poznając jak działa aparat, co to jest przysłona, czas otwarcia migawki, głębia ostrości i ISO. Fotografujemy krajobrazy, portrety, makro i wykorzystujemy w praktyce możliwości aparatów fotograficznych, także tych w telefonach. Poznajemy co to niebieska godzina, złota godzina, kompozycja i kadrowanie. Uczymy się jak archiwizować zdjęcia. Ponadto uczestnicy zajęć biorą udział w plenerach, wystawach i konkursach.

NAUCZYCIELKA:
Sylwia Szczepańska-Horoszko
sszczepanska@mdk-dh.krakow.pl

**Warsztaty filmowe:
Uwaga! Akcja – animacja**

(uczestnicy w wieku 9-18 lat)

Nasze warsztaty filmowe to idealne miejsce, by rozwinąć swoją wyobraźnię i odkryć magię kina! Lubisz oglądać filmy, a może chcesz tworzyć własne projekty? Zaczynaj od krótkich filmów animowanych.

Podczas naszych zajęć:

- nauczysz się zasad kompozycji, kadrowania i pracy aparatem fotograficznym, tabletem, smartfonem,
- poznasz tajniki scenariusza, storyboardu i postprodukcji (montaż, efekty dźwiękowe, muzyka),
- stworzysz własne filmy – od pomysłu aż po gotowe dzieło,
- spróbujesz różnych technik plastycznych i animacyjnych (m.in. wycinanka, plastelina, rysunek, kolaż, klocki Lego).

Zajęcia rozwijają kreatywność, cierpliwość i umiejętność pracy w zespole, uczysz się logicznego opowiadania i twórczego myślenia.

Efektownością wspólnej pracy są pokazy filmowe, udział w przeglądach i publikacje najlepszych produkcji na YouTube.

Dołącz i odkryj w sobie reżysera, scenarzystę i montażystę w jednym!

NAUCZYCIELKI:

Sylwia Szczepańska-Horoszko
sszczepanska@mdk-dh.krakow.pl
Marta Wojaczyńska
mwojaczynska@mdk-dh.krakow.pl



Detektywi kontra zagadki

(uczestnicy w wieku 7-15 lat)

Na zajęciach, które odbywają się raz w tygodniu, tematem będzie poznawanie ciekawych i nietuzinkowych ludzi, nie do końca wyjaśnionych i fascynujących faktów z historii, historii sztuki oraz zjawisk, wydarzeń i osobliwości. Całą wiedzę zgromadzimy w lapbookach, prezentacjach multimedialnych, filmikach i zdjęciach.

Tematami naszych zajęć będą między innymi:

- Kim jest detektyw?
- Zagadki Krakowa
- Zakony rycerskie – Templariusze, Joannici i Krzyżacy
- Klątwa Tutenchamona – rabusie i odkrywcy
- Tajemnicze budowle
- Leonardo da Vinci – tajemniczy geniusz



NAUCZYCIEL:

Artur Stecki
astecki@mdk-dh.krakow.pl

Sekcje Karate

(uczestnicy w wieku 5-21 lat)

Karate Kyokushin jest połączeniem sportu i rekreacji. Rodzajem aktywności fizycznej uprawianej przez całe rodziny. Główny nacisk kładziony jest na ogólny rozwój fizyczny oraz kształtowanie charakteru.

Trening dla przedszkolaków

to przede wszystkim gimnastyka ogólnorozwojowa, korekcyjna z elementami karate. Podczas treningów u dzieci kształtowane są podstawowe cechy motoryczne poprzez różne gry i zabawy ruchowe.

Karate dla dzieci – klasy młodsze szkół podstawowych

jest to trening ogólnorozwojowy ze stopniowo wprowadzanymi elementami karate. Jego głównym zadaniem jest rozwój zdolności motorycznych, ze szczególnym uwzględnieniem zdolności koordynacyjnych, gibkościowych oraz zwinnościowych. Wprowadzamy coraz więcej elementów karate. Dzieci uczą się podstaw samoobrony, startują w zawodach sportowych (Gwiazdkowy Turniej Karate, Mistrzostwa Klubu), biorą udział w egzaminach na stopnie szkoleniowe kyu. Ważną wartością treningu karate jest pozytywny wpływ na rozwój emocjonalny dzieci. Dzieci uczą się punktualności, dyscypliny, opanowania, nie tylko nabierają pewności siebie, ale przede wszystkim lepiej funkcjonują w grupie rówieśniczej. Uczą się szacunku do starszych oraz do siebie nawzajem.

Karate dla dzieci – klasy starsze szkół podstawowych

zajęcia mają na celu rozwój wszystkich cech motorycznych niezbędnych w karate – naukę technik karate, kata, kumite, egzaminy na stopnie szkoleniowe kyu. Na tym etapie dzieci pracują także nad poprawą koncentracji i samodyscypliny.

Karate od 15 roku życia – to doskonalenie umiejętności technicznych, kata i kumite, udział w egzaminach na kolejne stopnie szkoleniowe. Młodzież przygotowuje się do treningów z dorosłymi, bierze udział w zawodach, na których rywalizują w ochroniaczach. Podczas treningów młodzież, poza zgłębianiem tajników karate, pracuje również nad kondycją, siłą i wytrzymałością.

NAUCZYCIEL:
Bogdan Stefański
bstefanski@mdk-dh.krakow.pl

Klub narciarski Wertikol



(uczestnicy w wieku 6-16 lat)

Jako klub działamy w Młodzieżowym Domu Kultury „Dom Harcerza” od 1994 roku. Prowadzimy naukę i doskonalenie jazdy na nartach dla dzieci i młodzieży. Zrealizowaliśmy w tym czasie: ponad 100 obozów, kilkaset wyjazdów jednodniowych na narty, a w naszych zajęciach klubowych udział wzięło kilka tysięcy dzieci i młodzieży z Krakowa.

Znamy się na narciarstwie, wiemy jak przekazać dzieciom wiedzę i umiejętności jazdy na nartach. Potrafimy nauczyć dobrej i bezpiecznej jazdy na nartach w fajnej rodzinnej atmosferze!

Zapraszamy dzieci i młodzież chcącą podnieść swoje umiejętności narciarskie oraz nauczyć się podstaw jazdy na nartach.

Proponujemy różnorodne cotygodniowe zajęcia sportowe – sucha zaprawa narciarska:

- zajęcia na sali gimnastycznej (ćwiczenia gimnastyczne, gry zespołowe, zabawy dla najmłodszych),
- zajęcia w mini siłowni (rowerki, bieżnie, trenażery narciarskie, ergometry itp.),
- nauka jazdy na rolkach (w terenie w okresie jesiennym i wiosennym),
- zajęcia lekkoatletyczne,
- wspinaczkę na sztucznej ścianie,
- halową piłkę nożną,
- sobotnie wycieczki rowerowe i piesze,
- zajęcia na lodowisku.

Doskonalenie jazdy na nartach prowadzimy w sezonie zimowym w formie:

- weekendowych wyjazdów narciarskich,
- tygodniowych obozów narciarskich (krajowych i zagranicznych),
- wyjazdów treningowych na tyczki (nauka i doskonalenie jazdy slalomu),
- zawodów narciarskich.



NAUCZYCIELE:
Izabella Szelaż-Zalas
iszela@mdk-dh.krakow.pl
Olga Odziemczyk
oodziemczyk@mdk-dh.krakow.pl
Wojciech Jaskółka
ijaskolka@mdk-dh.krakow.pl
Pracownia plastyczna

(uczestnicy w wieku 5-17 lat)

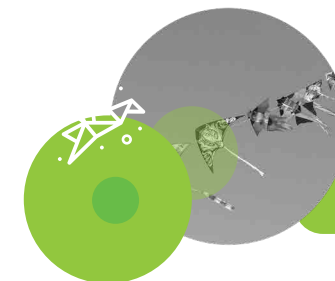
Zajęcia w tej pracowni zapraszają do fascynującego i kolorowego świata sztuk plastycznych. Program uwzględnia zróżnicowanie wiekowe uczestników (podział na grupy wiekowe). Podczas zajęć dzieci i młodzież zapoznają się z różnymi technikami plastycznymi takimi jak: rysunek, malarstwo, ceramika (piec ceramiczny umożliwia wypalanie i szkliwienie gliny), grafika, tkanina artystyczna, filcowanie, papieroplastyka, sztuka origami, decoupage oraz wieloma innymi formami ekspresji plastycznej. W ramach zajęć organizowane są wyjścia, warsztaty, wycieczki i plenery malarskie.



NAUCZYCIELKA:
Olga Odziemczyk
oodziemczyk@mdk-dh.krakow.pl
Rękodzieło

(uczestnicy w wieku 7-11 lat)

To zajęcia, podczas których uczestnicy projektują oraz tworzą zabawki, biżuterię, unikatowe przedmioty użyteczne i dekoracyjne w różnych technikach.



NAUCZYCIELKA:
Olga Odziemczyk
oodziemczyk@mdk-dh.krakow.pl
Odlotowa plastyka (w modelarni)

(uczestnicy w wieku 7-9 lat)

Zajęcia plastyczne z elementami zajęć modelarskich (m.in. budowa prostych modeli latających). Zajęcia te to okazja dla uczestników, by ciekawie i twórczo spędzić czas oraz doskonalić zdolności manualne.

NAUCZYCIELKA:
Klaudia Opoka
kopoka@mdk-dh.krakow.pl

Pracownia Nowych Mediów



(uczestnicy w wieku 5-18 lat)

To wyjątkowa przestrzeń dla młodych twórców, którzy pragną rozwijać swoje umiejętności w obszarze nowoczesnych technik medialnych. Uczestnicy/-czki zgłębią zarówno teoretyczne, jak i praktyczne aspekty sztuki współczesnej, zdobywając narzędzia potrzebne do tworzenia własnych projektów.

W ramach zajęć oferujemy trzy bloki tematyczne:

- **MiniMediaLab** – zajęcia dla dzieci w wieku 5-7 lat rozwijające zdolności manualne oraz sensoryczne odkrywanie świata.
- **Plastyka dla młodego technika** – Blok poświęcony sztuce współczesnej oraz klasycznym technikom manualnym przeznaczony dla młodszych uczestników (7-9 lat)
- **Nowe Media & przyszłość** – Skupione na sztuce robotycznej, sztuce cyfrowej oraz montażu filmowym. Zajęcia te rozwijają klasyczne metody artystyczne i umiejętności komputerowe oraz myślenie w kontekście przyszłych technologii. Grupa dla młodzieży 12+.
- **Nowe Media & Ekologia** – Zajęcia związane ze sztuką natury, zrównoważonym rozwojem i tworzeniem materiałów alternatywnych. Uczestnicy (9 - 13 lat) będą mieli okazję pracować w terenie, zbierając materiały do swoich projektów.

Celem jest rozwijanie kreatywności, krytycznego myślenia oraz umiejętności praktycznych uczestników, co pozwoli im na świadome tworzenie w zakresie sztuki nowych mediów.



NAUCZYCIELKA:
Małgorzata Sienkiewicz
msienkiewicz@mdk-dh.krakow.pl

Studio teatralne „Stare Miasto”

(uczestnicy w wieku 11-18 lat)

Zajęcia z technik aktorskich, emisji głosu, tańca klasycznego i współczesnego. Efektem pracy zespołu jest realizacja przedstawień. To propozycja skierowana do wszystkich, których pasją jest teatr i sztuka aktorska!



NAUCZYCIELKA:
Jola Wojciechowska
jwojciechowska@mdk-dh.krakow.pl

Taniec kreatywny – gimnastyka

(uczestnicy w wieku od 4 lat)

Podczas zajęć dzieci poznają i uczą się elementów gimnastyki i tańca. Zapoznają się z różnymi gatunkami muzyki. Zabawy ruchowe przy muzyce przyczyniają się do rozwoju koordynacji u dzieci i orientacji w przestrzeni. Integracja w grupie rówieśniczej podczas wykonywania wspólnych zabaw ma duży wpływ na kształtowanie charakteru dziecka. Podczas zajęć wykorzystywane są liczne pomoce dydaktyczne.



NAUCZYCIELKA:
Jola Wojciechowska
jwojciechowska@mdk-dh.krakow.pl

Małe Cheerleaderki

(uczestnicy w wieku przedszkolnym i szkolnym)

Małe Cheerleaderki – to zajęcia, podczas których dzieci mogą rozpocząć fascynującą przygodę z tańcem i gimnastyką (elementy akrobatyki), a także poznać kroki i figury do polki, krakowiaka, salsy, zumby, tańców latynoamerykańskich i standardowych. Uczestnicy zajęć uczą się różnorodnych układów tanecznych, tańców z szarfami gimnastycznymi, pomponami. Dzieci prezentują nabyte umiejętności podczas konkursów, przeglądów i pokazów tanecznych.