

INFORMATOR O PRACOWNIACH

Pałacu Młodzieży

na rok szkolny 2025/2026

Spis treści

Pracownia Akrobatyki i Gimnastyki Artystycznej	str. 2
Pracownia Edukacji Czytelniczej, Językowej i Muzycznej	str. 8
Pracownia Informatyki, Nauki i Techniki	str. 29
Pracownia Sportów Wodnych	str. 48
Pracownia Sportu i Rekreacji	str. 63
Pracownia Sztuk Pięknych	str. 73
Pracownia Tańca	str. 84
Pracownia Teatru	str. 101
Pracownia Współpracy i Działań Środowiskowych	str. 113



Dyrekcja i instruktorzy PM zastrzegają sobie zmiany w planie i godzinach zajęć.

03

PRACOWNIA AKROBATYKI I GIMNASTYKI ARTYSTYCZNEJ

GIMNASTYKA ARTYSTYCZNA

Instruktorzy **Ewa Stefańska,**
Amanda Zdieszzyńska, Olena Alieksieieva

RUCH PRZY MUZYCE – GRACJA I WDZIEK

Instruktor **Małgorzata Czepiel**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
GIMNASTYKA ARTYSTYCZNA 6 – 19 lat (dziewczeta) Grupy 3, 4, 8, 12, 13 początkujące Grupy 5, 9, 14, 15 średnio zaawansowane Grupa 6, 7, 10, 16 zaawansowane Grupa 11 mistrzowska RUCH PRZY MUZYCE 6 – 8 lat (dziewczeta i chłopcy) Grupa 1, 2 początkująca	Brak przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania sportu. Dla nowych uczestników sprawdzian ruchowy. Wymagania: Poczucie rytmu, muzykalność, chęć do kształtowania własnej sylwetki. Sprawdzian: × gibkości, × zakresu ruchomości kończyn dolnych, × skoczności, × równowagi, × ćwiczenia koordynacyjno-słuchowe × umiejętności nabytych (dla chętnych).	× Ćwiczenia rytmiczno-muzyczne. × Elementy baletowe, taneczne, akrobatyczne. × Ćwiczenia z przyborami: skakanka, obręcz, piłka, maczugi, wstążka. × Zwiększenie aktywności ruchowej. × Rozwijanie wyobraźni ruchowo-przestrzennej. × WYROBIENIE nawyków systematycznego uprawiania ćwiczeń fizycznych. × Kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia. × Propagowanie zasady fair play i właściwego współzawodnictwa. × Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych i stresowych. EFEKTY: × Rozwinięcie zamiłowania do uprawiania sportu. × Rozwinięcie pożądanych cech motorycznych (zwinność, szybkość, równowaga, gibkość, siła, koordynacja). Zajęcia propedeutyczne, wprowadzające do gimnastyki artystycznej. Pozyskiwanie umiejętności rytmicznego i harmonijnego ruchu przy muzyce, ładnej sylwetki, gracji ruchu i dziewczęcego wdzięku. Każda grupa będzie korzystała z zajęć gracji i wdzięku.

Małgorzata Czepiel Ruch przy muzyce mczepiel@pm.waw.pl Ewa Stefańska Gimnastyka Artystyczna estefanska@pm.waw.pl Amanda Zdieszzyńska Gimnastyka Artystyczna azdzieszynska@pm.waw.pl Olena Alieksieieva Gimnastyka Artystyczna mczepiel@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca Ruch przy muzyce 6 – 8 lat			17:00-18:30 mała sala sportowa IIIp.			09:30-11:00 mała sala sportowa IIIp.
GRUPA 2 początkująca Ruch przy muzyce 6 – 8 lat		16:50-17:35 duża sala sportowa IIIp.		15:00-15:45 mała sala sportowa IIIp.		
GRUPA 3 początkująca 6 – 8 lat				15:50-16:35 mała sala sportowa IIIp.	15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.	
GRUPA 4 początkująca 8 – 12 lat		18:30-19:15 duża sala sportowa IIIp.			18:20-19:50 duża sala sportowa IIIp.	
GRUPA 5 średnio zaawansowana 8 – 10 lat		19:15-20:00 duża sala sportowa IIIp.		15:00-16:30 mała sala sportowa IIIp.		
GRUPA 6 zaawansowana 10 – 15 lat		15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.		16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.		
GRUPA 7 zaawansowana 6 – 18 lat		16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.			16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.	
GRUPA 8 początkująca 6 – 9 lat	16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.			15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.		

GRUPA 9 średnio zaawansowana 8 – 10 lat			15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.	16:40-17:25 mała sala sportowa IIIp.		
GRUPA 10 zaawansowana 10 – 15 lat	15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.	17:40-18:25 duża sala sportowa IIIp.	16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.			
GRUPA 11 mistrzowska 6 – 18 lat	18:20-19:50 duża sala sportowa IIIp.		18:20-19:50 duża sala sportowa IIIp.	16:40-18:10 duża sala sportowa IIIp.		11:15-12:00 mała sala sportowa IIIp.
GRUPA 12 początkująca 6 – 8 lat	15:00-15:45 duża sala sportowa IIIp.	16:00-16:45 duża sala sportowa IIIp.				12:15-13:45 duża sala sportowa IIIp.
GRUPA 13 początkująca 6 – 10 lat	15:55-17:25 duża sala sportowa IIIp.		16:40-17:25 duża sala sportowa IIIp.			
GRUPA 14 średnio zaawansowana 10 – 15 lat	17:35-19:05 mała sala sportowa IIIp.					10:40-12:10 duża sala sportowa IIIp.
GRUPA 15 średnio zaawansowana 6 – 18 lat			15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.			09:00-10:30 duża sala sportowa IIIp.
GRUPA 16 zaawansowana 6 – 18 lat		15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.		17:30-19:00 mała sala sportowa IIIp.		

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 19 lat Grupy 4, 9 początkujące (16 – 24 osób w grupie) Grupa 8 średnio zaawansowana (16 osób w grupie) Grupy 2, 3, 6, 7 zaawansowane (12 osób w grupie) Grupy 1, 5 mistrzowskie (12 osób w grupie)	× Szczupła sylwetka, bez wad postawy. × Ogólna bardzo dobra sprawność fizyczna. × Wrodzone predyspozycje do akrobatyki. × Samodzielność i pracowitość Sprawdzian: Ocena zdolności motorycznych: × koordynacja i skoczność: wysoki: kuczne, rozkroczone, × z pół i całym obrotem; × gibkość: skłony: w siadzie prostym i rozkrocznym, × w leżeniu przodem; × siła: kuczki w zwisie – podciąganie kolan do klatki piersiowej w zwisie na drabinkach. Dla kandydatów do grup podstawowych, którzy uzyskają wybitne wyniki na sprawdzianie istnieje możliwość zapisów do grup zaawansowanych w ramach wolnych miejsc.	× Gry i zabawy zwinnościowe, ćwiczenia ogólnorozwojowe. × Rozwijanie szybkości, zwinności, siły i gibkości. × Nauka podstaw akrobatyki. × Nauka skoków na trampolinie. × Nauka skoków na ścieżce akrobatycznej. × Kształtowanie sprawności ogólnej. × Rozwijanie koordynacyjnych zdolności motorycznych (skoczności, siły, gibkości, równowagi, zwinności). × Poznanie przepisów i układów klasyfikacyjnych Polskiego Związku Gimnastycznego. × Udział w imprezach sportowych na terenie placówki, a dla grup zaawansowanych udział w imprezach ogólnopolskich i międzynarodowych. EFEKTY: Uczestnicy potrafią poprawnie wykonać × przewrót w przód i w tył, × stanie na rękach i na głowie, × przerzut bokiem, × mostek z pozycji leżącej. × wybrane elementy na trampolinie.

mczepiel@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 6 – 8 lat	17.45 – 19.15 duża sala sportowa IIIp.		17.25 – 18.10 duża sala sportowa IIIp.		16.35 – 18.05 duża sala sportowa IIIp.	
GRUPA 2 zaawansowana 6 – 18 lat			15.00 – 16.30 duża sala sportowa IIIp.		15.00 – 16.30 duża sala sportowa IIIp.	
GRUPA 3 zaawansowana 6 – 18 lat	14.30 – 16.00 duża sala sportowa IIIp.					
GRUPA 4 początkująca 6 – 9 lat	16.00 – 16.45 duża sala sportowa IIIp.		16.35 – 17.20 duża sala sportowa IIIp.			

Krystyna Piwowarczyk kpiwowarczyk@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 mistrzowska 7 – 19 lat	16.30-17.15 duża sala sportowa IIIp.	17.30 – 19.00 duża sala sportowa IIIp.		16.30 – 17.15 duża sala sportowa IIIp.		
GRUPA 6 zaawansowana 8 – 15 lat				15.00 – 16.30 duża sala sportowa IIIp.		
GRUPA 7 zaawansowana 7 – 18 lat	15.15-16.00 duża sala sportowa IIIp.	16.15 – 17.00 duża sala sportowa IIIp.		18.00 – 18.45 duża sala sportowa IIIp.		

Andrzej Zdzieszynski azdzieszynski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 8 średnio zaawansowana 7 – 18 lat		15:00 – 16:30 duża sala sportowa IIIp.				
GRUPA 9 początkująca 6 – 9 lat					18.30 – 19.15 mała sala sportowa IIIp. 19:15 – 20:00 duża sala sportowa IIIp.	

AKROBATYKA – SKOKI NA ŚCIEŻCE

Instruktor **Andrzej Zdzeszyński**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 19 lat Grupa 1 zaawansowana Grupy 2, 3 początkujące	× Szczupła sylwetka, bez wad postawy. × Ogólna bardzo dobra sprawność fizyczna. × Wrodzone predyspozycje do akrobatyki. × Samodzielność i pracowitość. Sprawdzian: Ocena zdolności motorycznych: × koordynacja i skoczność: wyskok dosiężny z miejsca × gibkość: skłony: w siadzie prostym i rozkrocznym; z postawy; mostek gimnastyczny × siła: kuczki w zwisie – podciąganie kolan do klatki piersiowej w zwisie na drabinkach. × dla chętnych: przewrót w przód i w tył, szpagaty, przerzut bokiem, stanie na rękach.	× Gry i zabawy zwinnościowe, ćwiczenia ogólnorozwojowe. × Rozwijanie szybkości, zwinności, siły i gibkości. × Nauka podstaw akrobatyki i gimnastyki. × Nauka skoków na ścieżce akrobatycznej. × Rozwijanie koordynacji wzrokowo ruchowej. × Poznanie przepisów i układów klasyfikacyjnych Polskiego Związku Gimnastycznego. × Udział w pałacowych imprezach sportowych. EFEKTY: Uczestnicy potrafią poprawnie wykonać × przewrót w przód i w tył, × stanie na rękach i na głowie, × przerzut bokiem, × mostek z pozycji leżącej × wybrane elementy na ścieżce akrobatycznej.

Andrzej Zdzeszyński azdzeszynski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 zaawansowana 10 – 19 lat		16:45-18:15 duża sala sportowa IIIp.		17:30-19:00 duża sala sportowa IIIp.		
GRUPA 2 początkująca 9 – 18 lat			15:00-16:30 duża sala sportowa IIIp.		16:30-17:15 mała sala sportowa IIIp.	
GRUPA 3 początkująca 6 – 13 lat			16:45-18:15 duża sala sportowa IIIp.		17:30-18:15 mała sala sportowa IIIp.	

PRACOWNIA EDUKACJI CZYTELNICZEJ, JĘZYKOWEJ I MUZYCZNEJ

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
BIBLIOTEKA 6 – 19 lat CZYTEL尼亚 6 – 19 lat	Biblioteka dostępna jest dla wszystkich uczestników, którzy zapiszą się na zajęcia do Pałacu Młodzieży i założą konto czytelnicze (na podstawie aktualnej legitymacji PM). Czytelnia dostępna jest dla wszystkich uczestników zajęć Pałacu Młodzieży.	Biblioteka udostępnia uczestnikom na zajęcia i wypożycza do domu wydawnictwa książkowe i audiobooki. Uczestnicy mogą korzystać ze zbiorów czytelni - słowników i encyklopedii, dostępnych czasopism, programów multimedialnych, komputerów z dostępem do Internetu. Czytelnia udostępnia swoje zbiory na zajęcia w pracowniach.
KRAINA WYOBRAŹNI 7 – 9 lat	- Chęć uczestniczenia w zajęciach. - Zainteresowania twórcze i literackie. Sprawdzian: Przygotowanie pracy plastycznej na wybrany przez instruktora temat.	Zajęcia plastyczne z elementami edukacji literackiej dla uczestników, którzy chcą poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności z zakresu sztuk plastycznych i edukacji literackiej. Efekty: - Wspieranie aktywności twórczej dzieci. - Budzenie pasji czytelniczej. - Rozwijanie sprawności manualnej. - Kształtowanie wrażliwości estetycznej.
KRAMIK Z POMYSŁAMI 8 – 13 lat	Wyobraźnia, chęć pracy twórczej Sprawdzian: Wykonanie kompozycji z otrzymanych materiałów.	Poznawanie technik plastycznych, poszukiwanie inspiracji w książkach. Korzystanie z szablonów, opisów, prezentacji, filmów edukacyjnych prezentujących etapy wykonywania prac i kompozycji przestrzennych. Poznawanie zagadnień dotyczących sztuki, kultury, nauki i techniki. Efekty: - Rozwijanie kreatywności uczestników. - Nabywanie umiejętności planowania pracy. - Doskonalenie staranności wykonywania prac.
JĘZYK POLSKI W PIGUŁCE - przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty 13 – 14 lat	Zajęcia przeznaczone dla ósmoklasistów. Sprawdzian: Test - sprawdzenie kompetencji polonistycznych.	Powtórzenie wiadomości z lektur, utrwalanie zasad tworzenia długich i krótkich form pisemnych, zagadnienia literackie oraz językowe, rozwiązywanie i analiza arkuszy egzaminacyjnych z ubiegłych lat. Efekty: Uporządkowanie, uzupełnienie, poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie objętym podstawą programową z języka polskiego.

Zajęcia dodatkowe dla uczestników zajęć Pałacu Młodzieży						
KRAINA WYOBRAŹNI			Instruktor Monika Kołodziejska			
	Zajęcia plastyczne dla najmłodszych uczestników z elementami edukacji literackiej.					
Monika Kołodziejska mkolodziejska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 7 – 9 lat		16.00 – 17.00 s. 334				
KRAMIK Z POMYSŁAMI			Instruktor Anna Chrościcka			
	Zajęcia z wykorzystaniem księgozbioru o tematyce hobbystycznej.					
Anna Chrościcka achroscicka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 8 – 13 lat		17.30 – 18.30 s. 334				
JĘZYK POLSKI W PIGUŁCE – przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty			Instruktor Julita Pniewska			
	Zajęcia przeznaczone dla ósmoklasistów.					
Julita Pniewska jpniewska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 3 13 – 14 lat				17.30 – 18.30 s. 334		

ZAJĘCIA WOKALNE

Instruktor **Sandra Hohlfeld-Sykulska**
 akompaniament **Sylwia Sałacińska**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
8 – 19 lat „FLOW” 8 – 10 lat grupa 4 (poziom początkujący) „PopKorn” 10 – 14 lat Grupa 5 (poziom średnio zaawansowany) „ECHO” 14 – 19 lat grupa 6 (poziom podstawowy) „VocaLush” 10 – 14 lat grupa 7 (poziom zaawansowany) „KLANG” 14 – 19 lat grupa 8 (poziom mistrzowski)	<u>Wymagania na egzamin dla wszystkich zespołów:</u> Rozmowa kwalifikacyjna i badanie predyspozycji kierunkowych: · dobór repertuaru i wykonanie piosenki a’ capella w j. polskim, · powtórzenie dźwięków i melodii, · powtórzenie zakładanego rytmu, · diagnoza emisji głosu, · sprawdzenie dykcji	W programie wszystkich grup zajęć wokalnych: · rozwój aparatu głosowego poprzez systematyczne powtarzanie specjalnie dobranych ćwiczeń emisyjnych, oddechowych, dykcyjnych, · kształcenie słuchu i wrażliwości muzycznej; · nauka interpretacji piosenek, uczenie się opanowania tremy i emocji związanych z występem, · uczenie się wewnętrznej dyscypliny, szacunku dla pracy i osiągnięć własnych i innych; · uczenie się odpowiedniego zachowania na scenie i na widowni; · uczenie się wzajemnej życzliwości i solidarności, a przede wszystkim współodpowiedzialności za występ; · wyjazdy na obozy artystyczne. Zespoły VocaLush i KLANG – zgłębianie techniki wokalne, praca nad emisją głosu i interpretacją piosenek, śpiew na głosy, praca z mikrofonem. Zespoły będą miały dodatkowe zajęcia przeznaczone na ruch sceniczny, pracę z ciałem i rytmem, co będzie dużym atutem podczas udziału w konkursach i festiwalach. Efekty: Wszystkie grupy prezentują swoje osiągnięcia i dokonania artystyczne podczas imprez pałacowych i koncertów dla rodziców. Zespoły VocaLush i KLANG - reprezentują Pałac Młodzieży i biorą udział w przeglądach i konkursach wokalnych oraz w koncertach poza PM. W związku z wymaganiami wielu REGULAMINÓW KONKURSÓW WOKALNYCH w których startują oba zespoły, niemożliwy jest udział w tych grupach osób będących członkami grup i zespołów wokalnych w innych placówkach.

Sandra Hohlfeld-Sykulska shohlfeld@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Grupa 4 FLOW początkująca 8 – 10 lat	15.20 – 16.50 s. 413			15.20 – 16.50 s. 413	
Grupa 5 PopKorn średnio zaawansowana 10 – 14 lat			15.20 – 16.50 s. 413		15.20 – 16.50 s. 413
Grupa 6 ECHO początkująca 14 – 19 lat		16.45 – 18.15 s. 413			
Grupa 7 VocaLush zaawansowana 10 – 14 lat	17.05 – 18.35 s. 413		16.55 – 18.25 s. 413		
Grupa 8 KLANG mistrzowska 14 – 19 lat		18.30 – 20.00 s. 413	18.30 – 20.00 s. 413		

ZAJĘCIA MUZYCZNE – KEYBOARD

Instruktor Krzysztof Szczęśniak

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 14 lat Grupa 9 (7 – 14 lat) Początkująca Grupa 10 (8 – 14 lat) średnio zaawansowana	Rozmowa kwalifikacyjna i badanie uzdolnień kierunkowych. <u>Kandydat do grupy początkującej</u> · ma poczucie rytmu, · potrafi powtórzyć głosem podane dźwięki. <u>Do grupy średnio zaawansowanej</u> · ma poczucie rytmu, · zna zapis nutowy i potrafi grać proste melodie z nut.	Nauka gry na instrumentach aktywizuje obie półkule mózgu, co przyczynia się do poprawy pamięci, zdolności uczenia się, zwiększa uwagę u dzieci. Grupy są dzielone na 4-osobowe zespoły. Każdy zespół ma 45-minutowe zajęcia. <u>W programie grupy początkującej 9:</u> · nauka gry na keyboardzie; · nauka obsługi keyboardu; · poznawanie podstawowych zasad muzyki; · ćwiczenia umuzykalniające, kształtowanie poczucia rytmu i tempa; · kształtowanie pamięci muzycznej; <u>W programie grupy średnio zaawansowanej 10:</u> · doskonalenie gry na keyboardzie- poznawanie nowych tonacji, akordów; · praca nad twórczym opracowaniem tematów muzycznych; · poznawanie zasad muzyki; · ćwiczenia umuzykalniające, kształtowanie poczucia rytmu i tempa; · kształtowanie pamięci muzycznej; Efekty – koncerty dla rodziców i prezentacja osiągnięć podczas imprez na terenie placówki.

Krzysztof Szczęśniak kszczesniak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 9 (abc) początkująca 7 – 14 lat	9a -15.00 –15.45 9b -15.50 – 16.35 9c- 16.40 – 17.25 sala 352					
GRUPA 10 (abc) średnio zaawansowana 8 – 14 lat	10a- 17.30 – 18.15 10b- 18.20 – 19.05 10c- 19.10– 19.55 sala 352					

ZAJĘCIA MUZYCZNE – GITARA

Instruktor Krzysztof Browarny

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 19 lat Grupa 11 (9 - 16 lat) podstawowa Grupa 12 (9 - 19 lat) kontynuująca Grupa 13 (10 - 19 lat) zaawansowana	Rozmowa kwalifikacyjna i badanie uzdolnień kierunkowych. Grupa 11 Kandydat: powtarza głosem usłyszane dźwięki, powtarza rytm podany przez instruktora. Grupa 12 Kandydat: powtarza głosem usłyszana linię melodyczną, określa ilość usłyszanych dźwięków, określa tryb tonacji w usłyszanych akordach, zna podstawy gry na gitarze, odczytuje tabulaturę i nuty, wykonuje wybrany utwór muzyczny (linia melodyczna, akompaniament). Grupa 13 Kandydat: zna podstawy gry na gitarze, potrafi zagrać prosty utwór a vista (z nut i z tabulatur) i wybrany utwór z pamięci, gra różne akompaniamenty.	W programie grupy podstawowej: zapoznanie z podstawami gry na gitarze klasycznej, technikami akompaniowania, stylami i gatunkami muzycznymi, zapoznanie z podstawową wiedzą o muzyce. W programie grupy kontynuującej: rozwój umiejętności technicznych i interpretacyjnych w zakresie gry na gitarze (ćwiczenie tirando, apoyando, arpeggio, tremolo), rozwój audiacji muzycznej uczestników zajęć, przygotowanie do prezentacji. W programie grupy zaawansowanej: doskonalenie techniki gry na gitarze, praca nad twórczym opracowaniem tematów muzyki poważnej i rozrywkowej zgodne z zapisem i budową formalną, przygotowanie do publicznych prezentacji.

Krzysztof Browarny kbrowarny@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 11 (ABCD) podstawowa 9 – 16 lat			15.00–15.45 (gr.11A) 15.45–16.30 (gr.11B) 16.40–17.25 (gr.11C) 17.25–18.10 (gr.11D) sala 352			
GRUPA 12 (ABCD) kontynuująca 9 – 19 lat						10.40–11.25 (gr.12A) 11.25–12.10 (gr.12B) 12.20–13.05 (gr.12C) 13.05–13.50 (gr.12D) sala 352
GRUPA 13 (ABCD) zaawansowana 10 – 19 lat			18.20–19.05 (gr. 13A) 19.05–19.50 (gr. 13B) sala 352			09.00–09.45 (gr. 13C) 09.45–10.30 (gr. 13D) sala 352

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 7 lat Grupa 1 początkująca (16 osób w grupie)	Sprawdzian zdolności kojarzenia nowych form językowych. Test obrazkowo-werbalny.	• Gry i zabawy językowe rozwijające wyobraźnię i umiejętności językowe. • Zastosowanie platform edukacyjnych rozwijających wszystkie sprawności na poziomie podstawowym (zwłaszcza mówienie i słuchanie). • Trenowanie komunikacji językowej.
7 – 9 lat Grupa 2 Początkująca/kontynuacja (16 osób w grupie)	Sprawdzian znajomości podstawowych zwrotów i podstaw gramatyki języka angielskiego.	• Gry i zabawy językowe rozwijające wyobraźnię i umiejętności językowe. • Cząsy terażniejsze: Present Simple, Present Continuous • Czas przeszły: Past Simple • Opisywanie przyszłości: be going to. • Zastosowanie platform edukacyjnych. • Zróźnicowane struktury językowe. • Rozwijanie wszystkich sprawności językowych na poziomie podstawowym. • Trenowanie komunikacji językowej. • Efekty: • Uczestnik potrafi udzielać informacji o sobie, swojej rodzinie, szkole, a także o swoich zainteresowaniach. • Uczestnik umie posługiwać się podstawowymi strukturami językowymi i jest solidnie przygotowany do dalszej pracy nad językiem. • Uczestnik potrafi czytać ze zrozumieniem niezbyt skomplikowane teksty.
8 – 10 lat Grupa 3 średnio zaawansowana (16 osób w grupie)	Sprawdzian – test z języka angielskiego: znajomość podstawowych czasów	• Rozwijanie wszystkich sprawności językowych na poziomie średnio zaawansowanym. • Trenowanie komunikacji językowej. • Praca na platformach edukacyjnych rozwijających umiejętności pisania, mówienia, czytania i słuchania. • Efekty: • Uczestnik posługuje się strukturami umożliwiającymi skuteczną komunikację na poziomie średniozaawansowanym. • Rozumie średnio skomplikowane zadania.

		· Potrafi wypowiedzieć się na temat przerobionego materiału przy swobodnym użyciu struktur leksykalno-gramatycznych.
10 – 12 lat Grupa 4 średnio zaawansowana (16 osób w grupie)	Sprawdzian – test z języka angielskiego: znajomość podstawowych czasów oraz struktur leksykalno-gramatycznych.	· Rozwijanie komunikacji językowej. · Przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty z języka angielskiego. · Efekty: · Uczestnik zna podstawowe rodzaje zadań egzaminacyjnych, jest zapoznany z tematami pojawiającymi się na egzaminie i czuje się solidnie przygotowany · do przystąpienia do takiego egzaminu. · Potrafi napisać email.
12 – 14 lat Grupa 5 średnio zaawansowana wyższa (16 osób w grupie)	Sprawdzian – test z języka angielskiego: znajomość podstawowych czasów oraz struktur leksykalno-gramatycznych.	· Rozwijanie wszystkich sprawności językowych na poziomie średnio zaawansowanym. · Rozwijanie komunikacji językowej, ćwiczenia strategii egzaminacyjnych. · Efekty: · Uczestnik zna podstawowe rodzaje zadań egzaminacyjnych, jest solidnie przygotowany do biegłego komunikowania się w języku angielskim we współczesnym świecie. Jest w procesie przygotowywania się do egzaminu ósmoklasisty.
14 – 17 lat Grupa 6 zaawansowana (16 osób w grupie)	Sprawdzian: · podstawowe czasy i zasady mowy zależnej; · znajomość podstawowego słownictwa (zgodnie z katalogiem tematów maturalnych); · test wielokrotnego wyboru.	· Zaznajomienie się i opanowanie umiejętności i struktur leksykalno-gramatycznych niezbędnych do zdania matury z języka angielskiego na poziomie podstawowym i rozszerzonym. · Efekty: · Opanowanie umiejętności oraz zakresu materiałów umożliwiających zdanie egzaminu maturalnego. ·

Anna Bartoszewska abartoszewska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 6 – 7 lat	15.15 – 16.00 s. 215		15.15 – 16.00 s. 215			10.15 – 11.00 s. 215
GRUPA 2 początkująca 7 – 9 lat	16.15 – 17.00 s. 215			16.15 – 17.00 s. 215		11.15 – 12.00 s. 215
Grupa 3 średnio zaawansowana 8 – 10 lat			16.15 – 17.00 s. 215		16.15 – 17.00 s.215	12.15 – 13.00 s. 215
GRUPA 4 średnio zaawansowana 10 – 12 lat	17.15 – 18.00 s. 215		17.15 – 18.00 s. 215	17.15 – 18.00 s. 215		
GRUPA 5 średnio zaawansowana 12 – 14 lat				18.15 – 19.00 s. 215	17.15 – 18.45 s. 215	
GRUPA 6 zaawansowana 14 – 17 lat	18.15 – 19.45 s. 215		18.15 – 19.00 s. 215			

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 7 7 – 9 lat początkująca (16 osób w grupie)	Sprawdzian: test leksykalno-obrazkowy (od uczestników oczekuje się umiejętności czytania i pisanie w podstawowym zakresie)	- Podstawowe słownictwo (kolory, liczby, części ciała, rośliny, zwierzęta, jedzenie, rodzina, dom, szkoła, codzienne czynności, czas wolny). - Wierszyki, piosenki, rymowanki, bajki. - Zabawy językowe rozwijające wyobraźnię i umiejętności językowe. - Gry z wykorzystaniem interaktywnych platform edukacyjnych. - Systematyczne opanowywanie prawidłowej artykulacji dźwięków typowych dla języka angielskiego i nieobecnych w języku polskim. Efekty: - Uczestnik posługuje się podstawowym słownictwem oraz zna elementarne konstrukcje gramatyczne umożliwiające mu nazywanie i opisywanie obiektów w najbliższym otoczeniu. - Uczestnik rozumie i wykonuje podstawowe polecenia kierowane do niego w języku angielskim. - Uczestnik jest przygotowany i zmotywowany do kontynuacji nauki języka obcego.
Grupa 8 9 – 12 lat początkująca (16 osób w grupie)	Sprawdzian: test leksykalno-gramatyczny (od uczestników oczekuje się umiejętności czytania i pisanie).	- Podstawowe słownictwo (kolory, liczby, części ciała, rośliny, zwierzęta, jedzenie, rodzina, dom, szkoła, codzienne czynności, czas wolny) – utrwalanie i stopniowe rozszerzanie leksyki. - Wierszyki, piosenki, rymowanki, bajki. - Zabawy językowe rozwijające wyobraźnię i umiejętności językowe. - Gry z wykorzystaniem interaktywnych platform edukacyjnych. - Doskonalenie prawidłowej artykulacji angielskich głosek niewystępujących w języku polskim. - Trenowanie skutecznej komunikacji językowej w podstawowym zakresie. Efekty: - Uczestnik posługuje się podstawowym słownictwem oraz zna konstrukcje gramatyczne umożliwiające mu opisywanie obiektów w najbliższym otoczeniu. - Uczestnik rozumie i wykonuje podstawowe polecenia kierowane do niego w języku angielskim. - Uczestnik potrafi zapisać podstawowe słowa i wyrażenia w języku angielskim - Uczestnik chce kontynuować naukę języka obcego.

Grupa 9 12 – 19 lat zaawansowana (16 osób w grupie)	Sprawdzian: test leksykalno-gramatyczny.	· Utrwalanie dotychczas nabytych umiejętności. · Doskonalenie wszystkich sprawności językowych (czytanie, słuchanie, mówienie, pisanie) na poziomie średniozaawansowanym wyższym (B2+) z naciskiem na mówienie. · Czasy, tryby warunkowe, strona bierna, mowa zależna, czasowniki frazowe. · Rozumienie tekstu czytanego i słuchanego. · Rozwijanie znajomości słownictwa i frazeologii. · Strategie rozwiązywania zadań egzaminacyjnych. Efekty: · Uczestnik posługuje się słownictwem oraz zna konstrukcje gramatyczne umożliwiające skuteczną komunikację na poziomie średniozaawansowanym wyższym (B2+). · Uczestnik rozumie nagrania, filmy i teksty pisane w języku angielskim – jest w stanie wyłapać najistotniejsze informacje także z materiałów zawierających słownictwo na poziomie zaawansowanym (autentyczne teksty np. z prasy brytyjskiej, literatury angielskiej oraz nagrania video). · Uczestnik potrafi zabrać głos w dyskusji i wyrazić swoją opinię. · Uczestnik umie sformułować list, email, opowiadanie, rozprawkę, recenzję. · Uczestnik zna strategie i schematy przydatne podczas rozwiązywania zadań egzaminacyjnych.
Grupa 10 12 – 14 lat średnio zaawansowana (Egzamin Ósmoklasisty) (16 osób w grupie)	Sprawdzian: test leksykalno-gramatyczny.	· Doskonalenie wszystkich sprawności językowych (czytanie, słuchanie, mówienie, pisanie) na poziomie średniozaawansowanym (B1+) z naciskiem na przygotowanie do Egzaminu Ósmoklasisty. · Czasy, tryby warunkowe, strona bierna i mowa zależna. · Rozumienie tekstu czytanego i słuchanego. · Rozwijanie znajomości słownictwa i frazeologii. · Strategie rozwiązywania zadań egzaminacyjnych. Efekty: · Uczestnik posługuje się słownictwem oraz zna konstrukcje gramatyczne umożliwiające skuteczną komunikację na poziomie średniozaawansowanym (B1+). · Uczestnik umie sformułować list, email, notatkę, krótkie opowiadanie. · Uczestnik zna strategie i schematy rozwiązywania zadań egzaminacyjnych.

Krzysztof Jeleń kjelen@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 7 początkująca 7 – 9 lat		15.15 – 16.00 s. 213	15.15 – 16.00 s. 213			
GRUPA 8 początkująca 9 – 12 lat		16.15 – 17.00 s. 213	16.15 – 17.45 s. 213			
GRUPA 9 zaawansowana 12 – 19 lat			18.15 – 19.45 s. 213			
GRUPA 10 średnio zaawansowana 12 – 14 lat		17.15 – 18.45 s. 213				

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 11 6 – 7 lat początkująca (16 osób w grupie)	Sprawdzian zdolności kojarzenia nowych form językowych. Test obrazkowo - werbalny.	- Gry i zabawy językowe rozwijające wyobraźnię i umiejętności językowe. - Zastosowanie platform edukacyjnych rozwijających wszystkie sprawności na poziomie podstawowym (zwłaszcza mówienie i słuchanie). - Trenowanie komunikacji językowej.
Grupa 12 7 – 8 lat początkująca (16 osób w grupie)	Sprawdzian zdolności kojarzenia nowych form językowych. Test obrazkowo - werbalny.	Podstawowe słownictwo – kolory, liczby, zwierzęta, etc. Proste zwroty i wyrażenia – przedstawianie się, pytania o imię, wiek, samopoczucie, podstawowe zwroty grzecznościowe. Podstawowe konstrukcje gramatyczne. Rozumienie prostych instrukcji. Ćwiczenia słuchowe i wymowa. Zabawy i gry językowe. Czytanie globalne i rozpoznawanie podstawowych słów. Elementy kultury krajów anglojęzycznych.
Grupa 13 7 – 8 lat początkująca / kontynuacja (16 osób w grupie)		Efekty: - Uczestnik potrafi udzielać informacji o sobie, swojej rodzinie, szkole, a także o swoich zainteresowaniach. - Uczestnik umie posługiwać się podstawowymi strukturami językowymi i jest solidnie przygotowany do dalszej pracy nad językiem.
Grupa 14 8 – 9 lat podstawowa/ kontynuacja (16 osób w grupie)	Sprawdzian znajomości podstawowych zwrotów i podstaw gramatyki języka angielskiego.	Rozszerzone słownictwo – kolory, liczby, zwierzęta, etc. Komunikacja w codziennych sytuacjach – pytanie o drogę, zakupy, zamawianie jedzenia, rozmowa o zainteresowaniach. Podstawowe czasy gramatyczne – Present Simple, Present Continuous Rozumienie i stosowanie krótkich dialogów. Rozwijanie umiejętności czytania.

		Tworzenie krótkich wypowiedzi ustnych i pisemnych. Ćwiczenia fonetyczne i wymowa – poprawne akcentowanie i intonacja. Zabawy językowe. - Elementy kultury krajów anglojęzycznych – święta, tradycje, znane postacie. Efekty: Uczestnik potrafi udzielać informacji o sobie, swojej rodzinie, szkole, a także o swoich zainteresowaniach. - Uczestnik umie posługiwać się podstawowymi strukturami językowymi i jest solidnie przygotowany do dalszej pracy nad językiem. - Uczestnik potrafi czytać ze zrozumieniem niezbyt skomplikowane teksty.
Grupa 15 8 – 10 lat średnio zaawansowana/ kontynuacja (16 osób w grupie)	Sprawdzian – test z języka angielskiego: znajomość podstawowych czasów.	- Rozszerzone słownictwo – kolory, liczby, zwierzęta, etc. - Komunikacja w codziennych sytuacjach. - Podstawowe czasy gramatyczne – Present Simple, Present Continuous, wprowadzenie do czasu Past Simple. - Tworzenie dłuższych wypowiedzi ustnych i pisemnych. - Rozumienie i stosowanie krótkich dialogów oraz dłuższych tekstów. - Rozwijanie umiejętności czytania. - Ćwiczenia fonetyczne i wymowa. - Zabawy językowe i gry edukacyjne. - Elementy kultury krajów anglojęzycznych. Efekty: - Uczestnik posługuje się strukturami umożliwiającymi skuteczną komunikację na poziomie średnio zaawansowanym. Rozumie i analizuje krótkie teksty użytkowe, artykuły, opowiadania i dialogi. Pisze krótkie teksty użytkowe (e-maile, wiadomości, zaproszenia).

Grupa 16 9 – 11 lat średnio zaawansowana/ kontynuacja	Sprawdzian – test z języka angielskiego: znajomość podstawowych czasów.	· Rozszerzone słownictwo – emocje, zainteresowania, zawody, etc. · Komunikacja w codziennych sytuacjach. · Czasy gramatyczne – Present Simple, Present Continuous, Past Simple, Future Simple, wprowadzenie do Present Perfect. · Tworzenie dłuższych wypowiedzi ustnych i pisemnych. · Rozwijanie umiejętności czytania i słuchania. · Ćwiczenia fonetyczne i wymowa. Pisanie różnorodnych tekstów. Efekty: · Uczestnik posługuje się strukturami umożliwiającymi skuteczną komunikację na poziomie średnio zaawansowanym. · Rozumie i analizuje krótkie teksty użytkowe, artykuły, opowiadania i dialogi. · Píše krótkie teksty użytkowe (e-maile, wiadomości, zaproszenia)
Grupa 17 12 – 14 lat Przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty (16 osób w grupie) Grupa 18 13 – 15 lat Przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty (16 osób w grupie)	Znajomość słownictwa oraz zasad leksykalno-gramatycznych na poziomie A2 (Test poziomujący).	· Słownictwo tematyczne na poziomie A2+/B1 · Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych. · Czasy gramatyczne – Present Simple, Present Continuous, Past Simple, Past Continuous, Future Simple, „going to”, Present Perfect, struktury warunkowe (zero i pierwszy okres warunkowy). · Zrozumienie struktur egzaminacyjnych – typy zadań na egzaminie, strategie rozwiązywania zadań wielokrotnego wyboru, uzupełniania luk, parafrazowania zdań. Efekty: · Uczestnik rozumie i stosuje słownictwo z zakresu wymaganych tematów egzaminacyjnych. · Stosuje poprawne struktury gramatyczne w wypowiedziach pisemnych i ustnych. Stosuje strategie egzaminacyjne w rozwiązywaniu testów i zadań językowych.

Agata Przygoda aprzygoda@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 11 początkująca 6 – 7 lat						10.00 – 11.30 s. 354
GRUPA 12 początkująca 7 – 8 lat						11.45 – 13.15 s. 354
GRUPA 13 początkująca 7 – 8 lat			16.00 – 17.30 s. 354			
GRUPA 14 podstawowa 8 – 9 lat					15.00 – 16.30 s. 354	
GRUPA 15 podstawowa 9 – 10 lat			15.00 – 15.45 s. 354	16.00 – 17.30 s. 354		
GRUPA 16 średnio zaawansowana 10 – 11 lat				15.00 – 15.45 s. 354	16.45 – 18.15 s. 354	
GRUPA 17 ósmoklasiści 12 – 14 lat			17.45 – 19.15 s. 354			
GRUPA 18 ósmoklasiści 13 – 15 lat				17.45 – 19.15 s. 354		

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa początkująca: Grupa 2 15 – 16 lat licealiści (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie językiem hiszpańskim. · Motywacja i chęć do systematycznej nauki (również samodzielnej). · Ciekawość kultury krajów hiszpańskojęzycznych. Sprawdzian predyspozycji językowych.	· Słownictwo na poziomie A1. · Komunikacja w prostych sytuacjach: przedstawianie się, podawanie podstawowych informacji o sobie, odpowiadanie na proste pytania. · Podstawy gramatyki: czas teraźniejszy (Presente) regularnych i podstawowych czasowników nieregularnych, rodzajniki określone i nieokreślone, liczba mnoga rzeczowników, przymiotniki i ich zgodność z rzeczownikami, zaimki dzierżawcze, zaimki wskazujące. · Rozumienie prostych tekstów i słuchania: krótkie dialogi, piosenki, podstawowe opisy. · Elementy kultury: podstawowe informacje o Hiszpanii i krajach hiszpańskojęzycznych, tradycje i święta. Efekty: · Rozumienie i tworzenie prostych wypowiedzi. · Umiejętność prowadzenia krótkich dialogów w typowych sytuacjach. · Poprawne stosowanie podstawowych struktur gramatycznych. · Rozumienie ogólnego sensu krótkich tekstów i nagrań. · Podstawowa znajomość kultury krajów hiszpańskojęzycznych.
Grupa kontynuująca: Grupa 1 9 – 11 lat (16 osób w grupie)	· Znajomość słownictwa oraz gramatyki z poziomu A1. · Zainteresowanie językiem hiszpańskim. · Motywacja i chęć do systematycznej nauki (również samodzielnej). · Ciekawość kultury krajów	· Rozszerzenie słownictwa, na poziomie A1+ · Komunikacja w sytuacjach codziennych. · Podstawy gramatyki: czas teraźniejszy, imiesłów czynny, liczba mnoga rzeczowników i przymiotników, przymiotniki i ich stopniowanie, zaimki wskazujące, zaimki dzierżawcze. · Rozumienie tekstów i słuchania: krótkie dialogi, proste historie, piosenki. · Kultura krajów hiszpańskojęzycznych: tradycje, święta,

	hiszpańskojęzycznych. Sprawdzian kwalifikacyjny z języka hiszpańskiego ze struktur leksykalno-gramatycznych (dla nowych uczestników).	zwyczaje. Efekty: · Rozumienie i tworzenie prostych wypowiedzi. · Umiejętność prowadzenia krótkich dialogów w typowych sytuacjach. · Poprawne stosowanie podstawowych struktur gramatycznych. · Rozumienie ogólnego sensu krótkich tekstów i nagrań. · Poszerzenie wiedzy o kulturze krajów hiszpańskojęzycznych.
Grupy kontynuujące: Grupa 3 12 – 15 lat (16 osób w grupie) Grupa 4 14 – 18 lat licealiści (16 osób w grupie)	· Znajomość słownictwa oraz gramatyki z poziomu A1. · Zainteresowanie językiem hiszpańskim. · Motywacja i chęć do systematycznej nauki (również samodzielnej). · Ciekawość kultury krajów hiszpańskojęzycznych. Sprawdzian kwalifikacyjny z języka hiszpańskiego ze struktur leksykalno-gramatycznych (dla nowych uczestników).	· Rozszerzenie słownictwa, na poziomie A1. · Komunikacja w sytuacjach codziennych. · Gramatyka: czas teraźniejszy, imiesłów czynny, stopniowanie przymiotników, zaimki wskazujące, zaimki dzierżawcze, podstawowe czasy przeszłe. · Rozumienie i tworzenie prostych zdań: krótkie dialogi, e-maile, notatki, zaproszenia. · Elementy kultury: hiszpańskie święta, tradycyjne potrawy, podstawowe informacje o krajach hiszpańskojęzycznych. Efekty: · Swobodniejsze prowadzenie rozmów w języku hiszpańskim oraz porozumiewanie się w typowych sytuacjach (np. w sklepie, restauracji). · Umiejętność wyrażania myśli w czasie teraźniejszym i przeszłym. · Rozumienie bardziej złożonych tekstów pisanych i mówionych. · Poszerzenie wiedzy o kulturze krajów hiszpańskojęzycznych.
Grupa średnio zaawansowana: Grupa 5 14 – 18 lat (16 osób w grupie)	· Znajomość słownictwa oraz gramatyki z poziomu A2. · Zainteresowanie językiem hiszpańskim. · Motywacja i chęć do systematycznej nauki (również	· Rozszerzenie słownictwa na poziomie A2. · Komunikacja w codziennych sytuacjach: opisywanie doświadczeń, wyrażanie opinii, planowanie spotkań, pytanie o radę, dawanie obietnic · Gramatyka: czasy przeszłe (Pretérito Perfecto, Indefinido, Imperfecto), czas przyszły (Futuro Imperfecto), stopniowanie

	samodzielnej). · Ciekawość kultury krajów hiszpańskojęzycznych. Sprawdzian predyspozycji językowych (dla nowych uczestników).	przymiotników, tryb rozkazujący (afirmativo i negativo). · Rozumienie tekstów i słuchania: krótkie artykuły, dialogi, proste teksty narracyjne, filmy edukacyjne. · Elementy kultury: tradycje, znane miejsca i postacie z krajów hiszpańskojęzycznych, różnice językowe między Hiszpanią a Ameryką Łacińską. Efekty: · Sprawniejsze prowadzenie rozmów i reagowanie w różnych sytuacjach. · Rozumienie bardziej rozbudowanych tekstów i nagrań. · Umiejętność wyrażania przeszłych doświadczeń i planów na przyszłość. · Znajomość kultury krajów hiszpańskojęzycznych.
--	--	---

Katarzyna Świdarska kswiderska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 kontynuacja 9 – 11 lat	15:30 – 17:00 s.212					
GRUPA 2 początkująca - licealiści 15 – 16 lat		16:30 – 18:00 s.212	15:30 – 16:15 s.212			
GRUPA 3 kontynuacja 12 – 14 lat	17:15 – 18:45 s.212	15:30 – 16:15 s.212				
GRUPA 4 kontynuacja - licealiści 15 – 18 lat		18:15 – 19:45 s.212	16:30 – 18:00 s.212			
GRUPA 5 średnio zaawansowana 14 – 17 lat	19:00 – 19:45 s.212		18:15 – 19:45 s.212			

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 6 początkująca 8 – 10 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie językiem. · Ciekawość świata hiszpańskojęzycznego. · Motywacja i chęć do nauki. Sprawdzian predyspozycji językowych.	· Podstawowe słownictwo, zwroty codzienne, gry i zabawy językowe; odkrywanie świata hiszpańskojęzycznego w najmłodszych grupach. · Wymowa, ortografia. · Gramatyka, leksyka na poziomie A1 (alfabet, cyfry 0-10, rodzina, zaimki wskazujące: esta/este, kraje Ameryki Łacińskiej, dni tygodnia, przybory szkolne- liczba pojedyncza, cyfry 0- 20, kolory, miesiące, pomieszczenia w domu, podstawowe czasowniki, części ciała, opis osoby, ubrania , zwierzęta, owoce, warzywa). · Rozumienie ze słuchu, praca z tekstem, ćwiczenia z komunikacji językowej. · Podstawowe wiadomości z geografii, historii, kultury, obyczajów i życia codziennego krajów hiszpańskojęzycznych. Efekty: · Świadome, poprawne i swobodne operowanie przyswojonymi strukturami leksykalno-gramatycznymi w różnych sytuacjach komunikacyjnych – poziom A1
Grupa 7 kontynuacja 10 – 12 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie językiem. · Ciekawość świata hiszpańskojęzycznego. · Motywacja i chęć do nauki. · Znajomość podstawowego słownictwa i gramatyki na poziomie A1. Sprawdzian predyspozycji językowych.	· Gramatyka, leksyka na poziomie A2: sporty, czasownik saber, odmiana czasowników dot. sportów, jedzenie, godziny, pory dnia, pogoda, pory roku, ubrania, zwierzęta, przymiotniki dot. zwierząt, miejsca geograficzne. · Rozumienie ze słuchu, praca z tekstem, ćwiczenia z komunikacji językowej. · Dodatkowe wiadomości poszerzające znajomość historii, geografii, kultury, obyczajów i życia codziennego narodów hiszpańskojęzycznych w zależności od kalendarza świąt, obchodów i uroczystości oraz aktualnych wydarzeń

		kulturalnych i politycznych. Efekty: Świadome, poprawne i swobodne operowanie przyswojonymi strukturami leksykalno-gramatycznymi w różnych sytuacjach komunikacyjnych – poziom A2.
Grupa 8 Przygotowanie do matury z języka hiszpańskiego Poziom podstawowy 17 – 19 lat (16 osób w grupie)	Znajomość słownictwa oraz struktur leksykalno-gramatycznych na poziomie B1 (rozmowa ustna i test predyspozycji).	Zajęcia mają na celu kompleksowe przygotowanie do egzaminu maturalnego na poziomie podstawowym w części pisemnej i ustnej. Doskonalone będą wszystkie umiejętności i strategie objęte egzaminem. Efekty: - Umiejętność skutecznego rozwiązywania zadań egzaminacyjnych na poziomie podstawowym. - Poprawne zastosowanie struktur leksykalno-gramatycznych w wypowiedziach ustnych. - Umiejętność redagowania wszystkich typów tekstów wymaganych w części pisemnej. - Umiejętność wypowiedzenia się na części ustnej egzaminu.

Maria Strus mstrus@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 6 początkująca 8 – 10 lat	15.30 – 16.15 s. 213				15.30 – 16.15 s.212	
GRUPA 7 kontynuacja 10 – 12 lat	16.30 – 18.00 s. 213				16.30 – 17.15 s.212	
GRUPA 8 Przygotowanie do matury z języka hiszpańskiego na poziomie podstawowym 17 – 19 lat	18.15 – 19.45 s.213				17.30 – 19.00 s.212	

Pracownia Informatyki, Nauki i Techniki

ZABAWY GRAFICZNE I LOGICZNE

Instruktor **Wojciech Bogdański**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 8 lat Grupa 1 początkująca Kontynuacja zajęć „Zabawy graficzne i logiczne” (12 osób w grupie)	Chęć do pracy i dobrej zabawy, pomysłowość, pozytywne nastawienie. Nie są wymagane zdolności plastyczne. Umiejętność logicznego myślenia. Umiejętność pracy w grupie. Podstawowa umiejętność pracy z systemem Windows. Rozpoznawanie liter i cyfr (klasa I). Umiejętność czytania i pisanie (od klasy II). Umiejętności manualne (wycinanie, klejenie, składanie – estetyka pracy).	Nauka obsługi komputera. Tworzenie grafiki komputerowej w programach Paint, TuxPaint, Corel Photo-Paint i innych, o tematyce m.in. historycznej, społecznej. Wykorzystanie poznanej wiedzy w tworzeniu prac użytkowych (kartki okolicznościowe, laurki, kalendarze itp.), prace manualne. • Zagadki i zadania logiczne oraz planszowe i komputerowe gry edukacyjne. • Nauka układania łamigłówek oraz tworzenie gier planszowych. • Udział w konkursach logicznych, graficznych i wymagających wiadomości ogólnych (nauczanie zintegrowane). • Poznanie różnych gier planszowych. • Tworzenie programów interakcyjnych i animacji. Wstęp do pracy w sieci Internet. Udział w imprezach ogólnopalaćowych. EFEKTY: Uczestnik zna techniki tworzenia i modyfikacji prac graficznych oraz potrafi zastosować je w różnych dokumentach.

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 7 – 8 lat					16.00 – 17.30 s. 423	

SCRATCH Z GRAFIKĄ

Instruktor **Wojciech Bogdański**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 11 lat Grupy 2, 3 początkujące Kontynuacja zajęć p. W. Bogdańskiego (12 osób w grupie)	Znajomość obsługi komputera. Zdolność logicznego myślenia. Pomysłowość. Zainteresowanie informatyką. Znajomość szkolnego materiału matematyki.	Tworzenie grafiki i animacji komputerowej (m. in. w pakiecie CorelDRAW). Wykorzystanie grafiki w dokumentach użytkowych (plakaty, kalendarze, karty okolicznościowe, wizytówki, programy komputerowe). Modyfikacja i korekcja zdjęć cyfrowych, fotomontaże (Corel Photo-Paint). Zagadki i zadania logiczne oraz planszowe i komputerowe gry edukacyjne. Wprowadzenie do programowania mikrokontrolerów i robotów. Korzystanie z zasobów Internetu. Umiejętność korzystania z urządzeń wspomagających projekty graficzne. Ogólne wprowadzenie do programowania, algorytmika. Poznanie sposobu blokowego programowania wizualnego w programach Scratch, MakeBlock, MakeCode. Tworzenie animacji interaktywnych i prostych gier w Scratchu z wykorzystaniem własnej grafiki. Udział w konkursach logicznych, graficznych i wymagających wiadomości ogólnych (nauczanie zintegrowane). EFEKTY: Uczestnik zna techniki tworzenia i modyfikacji prac graficznych oraz potrafi zastosować je w różnych dokumentach. Zna podstawy programowania, w tym blokowego.

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 początkująca 9 lat		17.45 - 19.15 s. 423				
GRUPA 3 początkująca 10 – 11 lat	16.00 – 17.30 s. 423		17.00 – 18.30 s. 423			

SCRATCH Z ROBOTAMI

Instruktor **Wojciech Bogdański**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 11 lat Grupa 4 początkująca Kontynuacja zajęć p. W. Bogdańskiego (12 osób w grupie)	Znajomość obsługi komputera. Zdolność logicznego myślenia. Pomysłowość. Zainteresowanie informatyką. Znajomość szkolnego materiału matematyki.	Wprowadzenie do programowania mikrokontrolerów i robotów. Tworzenie grafiki i animacji komputerowej (m. in. w pakiecie CorelDRAW). Wykorzystanie grafiki w dokumentach użytkowych (plakaty, kalendarze, karty okolicznościowe, wizytówki, programy komputerowe). Modyfikacja i korekcja zdjęć cyfrowych, fotomontaże (Corel Photo-Paint). Zagadki i zadania logiczne oraz planszowe i komputerowe gry edukacyjne. Korzystanie z zasobów Internetu. Umiejętność korzystania z urządzeń wspomagających projekty. Ogólne wprowadzenie do programowania, algorytmika. Poznanie sposobu blokowego programowania wizualnego w programach Scratch, MakeBlock, MakeCode. Tworzenie animacji interaktywnych i prostych gier w Scratchu z wykorzystaniem własnej grafiki. Udział w konkursach logicznych, graficznych i wymagających wiadomości ogólnych (nauczanie zintegrowane). EFEKTY: Uczestnik zna techniki tworzenia i modyfikacji prac graficznych oraz potrafi zastosować je w różnych dokumentach. Zna podstawy programowania, w tym blokowego.

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 początkująca 10 – 11 lat		16.00 – 17.30 s. 423		17.45 – 19.15 s. 423		

PROGRAMOWANIE PYTHON Z GRAFIKĄ

Instruktor **Wojciech Bogdański**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 13 lat Grupa 5 początkująca Kontynuacja zajęć p. W. Bogdańskiego (12 osób w grupie)	Znajomość obsługi komputera. Zdolność logicznego myślenia. Pomysłowość. Zainteresowanie informatyką. Znajomość szkolnego materiału matematyki.	Praktyczne poznanie środowiska Python i podstaw programowania z wykorzystaniem modułu Turtle. Wprowadzenie do wykonywania obliczeń w języku Python. Kształtowanie umiejętności rozwiązywania prostych problemów algorytmicznych w języku Python. Kształtowanie logicznego myślenia, spostrzegawczości i cierpliwości. Rozwiązywanie zadań tekstowych i graficznych z konkursów informatycznych. Nabycie umiejętności posługiwania się programami z pakietu CorelDRAW. Wykorzystanie grafiki w dokumentach użytkowych (kartki okolicznościowe, ozdoby świąteczne, kalendarze, plakaty). Zastosowanie i korzystanie z urządzeń wspomagających projekty graficzne. Wykorzystywanie gier edukacyjnych, planszowych historycznych, logicznych, łamigłówek przestrzennych. EFEKTY: Uczestnik potrafi tworzyć aplikacje w języku Python, rozwiązywać proste problemy matematyczne i algorytmiczne oraz wykorzystywać poznane wiadomości w praktyce.

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 początkująca 11 – 13 lat	17.45 – 19.15 s. 423			16.00 – 17.30 s. 423		

PROJEKTOWANIE STRON INTERNETOWYCH

Instruktor **Beata Braclawska**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 15 lat Grupy 8, 9, 10, 11 początkujące (12 osób w grupie) 10 – 16 lat Grupa 12 zaawansowana (Kontynuacja zajęć p. Beaty Braclawskiej) (12 osób w grupie) Grupa 13 zaawansowana (Kontynuacja zajęć p. Beaty Braclawskiej) (12 osób w grupie)	Podstawowa znajomość programów graficznych. Zainteresowanie projektowaniem stron internetowych. Sprawdzian dla grup początkujących – wykonanie odrębnego rysunku strony internetowej.	Nauka języka HTML z elementami CSS. Tworzenie grafiki dla potrzeb WWW w programie Gimp. Pozyskiwanie materiałów z Internetu z uwzględnieniem prawa autorskiego. Poznanie zasad typografii strony internetowej. Tworzenie indywidualnych i wspólnych projektów tematycznych. JavaScript. EFEKTY: Uczestnik potrafi stworzyć witrynę internetową. Wykorzystuje HTML, CSS, JavaScript. Uczestnicy biorą udział w konkursach, pokazach i spotkaniach.

Beata Braclawska bbraclawska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK Sala 335	ŚRODA Sala 335	CZWARTEK Sala 335	PIĄTEK Sala 335	SOBOTA Sala 335
GRUPA 8 początkująca 9 – 11 lat		15.30-17.45				
GRUPA 9 początkująca 9 – 11 lat			15.30– 17.45			
GRUPA 10 początkująca 12 – 15 lat					17.45 – 20.00	
GRUPA 11 początkująca 11 – 14 lat						10.15-12.30
GRUPA 12 zaawansowana 10 – 16 lat		18.00-19.30		18.00-19.30		
GRUPA 13 zaawansowana 11 – 16 lat			18.00– 19.30			

PROGRAMOWANIE GIER (Logo & JavaScript)

Instruktor **Anna Gałęcka – Sulej**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 11 lat klasa IV-V Grupy 14, 15 początkujące Kontynuacja zajęć Scratch z grafiką (12 osób w grupie)	Umiejętność obsługi komputera np. otwieranie i zapisywanie plików, szybkie pisanie na klawiaturze, wysyłania i odbierania maila z załącznikiem. Bardzo dobre opanowanie materiału matematyki i informatyki z kl. I-III. Umiejętność logicznego i abstrakcyjnego myślenia. Umiejętność myślenia przez analogię oraz kojarzenia faktów. Umiejętność rozróżniania prawej i lewej strony. Kreatywność.	Korzystanie z podstawowych procedur języka Logo i JavaScript. Tworzenie prostych animacji i gier w Logomocji wykorzystujących grafikę stworzoną za pomocą programów graficznych z pakietu CorelDRAW. Tworzenie animacji i gier w JavaScript. Pojęcia matematyczne potrzebne do pisania programów (np. kąty, własności figur, układ współrzędnych, system dwójkowy, potęgi i pierwiastki). Zagadki i łamigłówki logiczne rozwijające wyobraźnię matematyczną. Gry i zabawy edukacyjne. Udział w imprezach ogólnopalaćowych. EFEKTY: Uczestnik umie programować proste gry w językach Logo i JavaScript z wykorzystaniem własnej grafiki komputerowej.

Anna Gałęcka – Sulej agalecka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 14 początkująca 9 – 11 lat (klasa IV-V)	15.00 – 17.15 s. 335					
GRUPA 15 początkująca 9 – 11 lat (klasa IV-V)					15.00 – 17.15 s. 335	

GRAFIKA TRÓJWYMIAROWA

Instruktor **Jarosław Branicki**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
13 – 19 lat Grupa 43 początkujące Kontynuacja zajęć w pracowni Informatyki i Nauki (12 osób w grupie)	Znajomość szkolnego materiału z matematyki, szczególnie geometrii. Wyobrażenia geometryczna i przestrzena. Umiejętność pracy z systemem Windows. Podstawowa znajomość języka angielskiego.	Praca w programie Blender. Metody modelowania trójwymiarowego. Przygotowanie modelu do druku 3D. Kompozycja sceny i jej oświetlenie. Animacje. Tworzenie materiałów, systemy cząsteczkowe, efekty artystyczne. Korzystanie z zasobów Internetu z uwzględnieniem zagrożeń i praw autorskich, pozyskiwanie grafiki. Usystematyzowanie wiedzy z geometrii, wykorzystanie jej w praktyce. EFEKTY: Uczestnik umie tworzyć grafikę i animację trójwymiarową w programie Blender.

Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 43 początkująca 13 – 19 lat	17.15 – 18.45 s. 421				15.30 – 17.00 s. 421	

PROGRAMOWANIE PYTHON

Instruktor **Marta Pronobis**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
8 – 15 lat Grupy 26, 27, 28, 29 początkujące Kontynuacja zajęć p. M. Pronobis (12 osób w grupie)	Zainteresowanie programowaniem i matematyką. Umiejętność logicznego i algorytmicznego myślenia. Znajomość szkolnego materiału z matematyki. Umiejętność pracy z systemem Windows, znajomość klawiatury. Kreatywność Chęć współpracy w grupie W przypadku zapisu na grupę 26 lub 27, w czasie sprawdzianu wymagane jest wskazanie preferowanej grupy. Brak tej informacji może skutkować przydzieleniem miejsca w dowolnej grupie.	Praktyczne poznanie środowiska Python i podstaw programowania z wykorzystaniem modułu Turtle. Wprowadzenie do wykonywania obliczeń w języku Python. Wykorzystanie elementów matematyki w tworzonych programach. Rozwiązywanie prostych problemów algorytmicznych. Rozwiązywanie zadań graficznych i tekstowych z konkursów informatycznych . Kształtowanie logicznego myślenia, spostrzegawczości i cierpliwości. Rozwiązywanie różnego rodzaju zagadek, łamigłówek, zadań logicznych. Nabycie umiejętności posługiwania się programami graficznymi , np. Corel. Wykonywanie prac graficznych (ozdoby świąteczne, kalendarze, kartki). Wykorzystywanie gier edukacyjnych, planszowych, historycznych, logicznych EFEKTY: Uczestnik umie napisać aplikację w języku Python, rozwiązywać proste problemy algorytmiczne i matematyczne oraz wykorzystywać poznane wiadomości w praktyce. Umie rozwiązywać różnego rodzaju łamigłówki, zagadki i zadania.

Marta Pronobis mpronobis@pm.waw.pl		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 26	początkująca 8 – 9 lat		16.00 – 17.30 s. 424				
GRUPA 27	początkująca 8 – 9 lat			15.45 – 17.15 s. 424			
GRUPA 28	początkująca 9 – 10 lat		17.45 – 19.15 s. 424			16.00 – 17.30 s. 424	
GRUPA 29	początkująca 11 – 15 lat	17.45 – 20.00 s. 424					

Wiek	Wymagania		Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty			
9 – 15 lat Grupy 30, 31 początkujące Kontynuacja zajęć p. M. Pronobis (12 osób w grupie)	Zainteresowanie informatyką. Umiejętność logicznego myślenia. Znajomość szkolnego materiału z informatyki. Umiejętność pracy z systemem Windows, znajomość klawiatury. Podstawowa znajomość programów graficznych. Umiejętność posługiwania się linijką i nożyczkami (sprawność manualna). Kreatywność. Chęć współpracy w grupie.		Doskonalenie podstawowych pojęć oraz umiejętności z zakresu korzystania z programów pakietu biurowego (przetwarzanie tekstów, arkusze kalkulacyjne). Tworzenie i modyfikowanie grafiki m.in w pakiecie CorelDRAW . Wykonywanie prac graficznych (ozdoby świąteczne, kalendarze, kartki). Podstawy edycji grafiki 3D (modelowanie, drukowanie). Zastosowanie i korzystanie z urządzeń wspomagających projekty (np. aparat cyfrowy, tablet, hafciarka komputerowa, drukarka 3D, roboty, mikrokontrolery) Podstawowe pojęcia dotyczące programowania w różnych językach. Obsługa różnych środowisk programistycznych np. Python, Scratch, Makeblock, MakeCode . Rozwiązywanie prostych problemów algorytmicznych. Projektowanie i budowanie prototypów urządzeń, makiet z wykorzystaniem mikrokontrolerów z rozszerzeniami. Wspólna praca nad różnymi projektami np. historycznymi, proekologicznymi Popularyzowanie „rozrywkowej matematyki” poprzez rozwiązywanie różnego rodzaju zagadek, łamigłówek, testów, zadań logicznych. Wykorzystywanie gier edukacyjnych, planszowych, historycznych, logicznych EFEKTY: Uczestnik potrafi pracować z komputerem, pakietem biurowym, edytorem grafiki, różnymi środowiskami do programowania oraz wykorzystywać poznane wiadomości w praktyce.			
Marta Pronobis mpronobis@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 30 początkująca 9 – 10 lat	16.00 – 17.30 s. 424		17.30 – 19.00 s. 424			
GRUPA 31 początkująca 11 – 15 lat				16.00 – 18.15 s. 424		

PROGRAMOWANIE W JĘZYKU C#

Instruktor **Jarosław Branicki**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Od 13 lat Grupy 44, 45 początkujące Kontynuacja zajęć Pracowni Informatyki i Nauki (12 osób w grupie)	Znajomość szkolnego materiału z matematyki do VI klasy. Zdolność logicznego myślenia. Zainteresowanie programowaniem i komputerami. Umiejętność obsługi i instalacji oprogramowania w systemie Windows. Posiadanie konta email i umiejętność posługiwania się pocztą elektroniczną.	Ogólne wprowadzenie do programowania. Instalowanie i obsługa oprogramowania niezbędnego do pracy. Zapoznanie z podstawowymi pojęciami i typami danych. Podstawy algorytmiki. Wprowadzenie do programowania obiektowego. Programowanie przy użyciu Windows Forms. EFEKTY: Uczestnik potrafi tworzyć aplikacje w języku C#, rozwiązywać proste problemy algorytmiczne i wykorzystywać poznane wiadomości w praktyce.

Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 44 początkująca 13 – 19 lat		16.00 - 18.15 s. 421				
GRUPA 45 początkująca 13 – 19 lat				16.00 - 18.15 s. 421		

PROJEKTOWANIE GIER

Instruktor Jarosław Branicki

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Od 14 lat Grupy 41, 42 zaawansowane Kontynuacja zajęć „Programowanie w języku C#” (12 osób w grupie)	Zajęcia dla młodzieży zainteresowanej programowaniem i grafiką. Umiejętność programowania w języku z grupy C. Znajomość podstaw programowania obiektowego. Umiejętność logicznego myślenia. Znajomość systemu Windows. Umiejętność skupienia uwagi przez dłuższy czas. Preferowana znajomość podstaw języka angielskiego. Posiadanie konta email i umiejętność posługiwania się pocztą elektroniczną.	Projektowanie gier i pisanie gier: Tworzenie własnych poziomów gry. Importowanie gotowych elementów scenografii oraz postaci. Pisanie kodu gry. Tworzenie animacji na potrzeby gier i wykorzystywanie gotowych animacji. EFEKTY: Uczestnik potrafi stworzyć własną grę.

Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 41 zaawansowana 14 – 19 lat	15.30 - 17.00 s.421		17.15-18.45 s.421			
GRUPA 42 zaawansowana 14 – 19 lat			15.30 - 17.00 s.421		17.15-18.45 s.421	

ROZMAITOŚCI MATEMATYCZNE

Instruktor Anna Gałęcka-Sulej

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 18 lat kl. VI SP - IV LO Grupy 16, 17, 18, 19 początkujące (12 osób w grupie)	Zainteresowanie matematyką. Chęć zdobywania nowej wiedzy. Bardzo dobra znajomość szkolnego materiału matematyki i informatyki. Umiejętność logicznego i abstrakcyjnego myślenia. Umiejętność myślenia przez analogię oraz kojarzenia faktów.	Zajęcia dla młodzieży chcącej przygotować się do egzaminu ósmoklasisty (grupa 17) lub zainteresowanej matematyką chcącej poszerzyć swoją wiedzę, rozwiązując różne ciekawe zadania (grupy 16, 18 i 19). Rozbudzenie zainteresowania matematyką poprzez zabawę, zagadki, testy, gry. Rozwiązywanie zadań na poziomie egzaminu ósmoklasisty lub liceum (poziom podstawowy) oraz o podwyższonym poziomie trudności. Zastosowanie komputera w matematyce, wykorzystania darmowych aplikacji pomocnych w wizualizacji pojęć matematycznych, gry edukacyjne. Udział w imprezach ogólnopalaćowych. EFEKTY: Uczestnik umie rozwiązywać zadania matematyczne o podwyższonym stopniu trudności.

Anna Gałęcka-Sulej agalecka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 16 początkująca 11 – 13 lat (klasa VI-VII)			15.00 – 17.15 s. 422			
GRUPA 17 początkująca PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU ÓSMOKLASISTY 13 – 14 lat (klasa VIII)		15.00 – 17.15 s. 422				
GRUPA 18 początkująca 12 – 14 lat (klasa VII-VIII)				15.00 – 17.15 s. 422		
GRUPA 19 początkująca DLA LICEALISTÓW 15 – 18 lat (klasa I-IV LO)		17.30 – 19.45 s. 422				

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 13 lat Grupy 51, 52 początkujące Kontynuacja zajęć „Młodzi Naukowcy” (12 osób w grupie)	Zamiłowanie do przyrody i techniki. Samodzielność. Umiejętność logicznego myślenia. Znajomość materiału z zakresu edukacji przyrodniczej na poziomie klasy IV (grupy 51 i 52). Znajomość materiału z zakresu edukacji przyrodniczej na poziomie klasy VI (grupa 50).	Nowoczesne, interdyscyplinarne zajęcia o tematyce naukowo-technicznej. Rozwijanie zainteresowania nauką, w szczególności naukami eksperymentalnymi i technicznymi. Rozwijanie kreatywności, i samodzielności. Wykonywanie interesujących eksperymentów. Rozwijanie zdolności obserwacji i wnioskowania. Kształtowanie umiejętności dyskusji i prezentacji. EFEKTY: Uczestnik poszerzy swoją wiedzę z zakresu nauk przyrodniczych. Pozna: podstawowy sprzęt i techniki laboratoryjne. zasady bezpieczeństwa pracy w laboratorium chemicznym. zasady prowadzenia badań naukowych i konstruktywnej dyskusji. dorobek polskich badaczy. Zajęcia przygotowujące do matury rozszerzonej z chemii Zajęcia dla uczniów przygotowujących się do matury rozszerzonej z chemii, przede wszystkim dla uczniów klas przedmaturalnych i maturalnych. Na każdych zajęciach będzie krótkie wprowadzenie teoretyczne, rozwiązywanie zadań typu maturalnego, samodzielne wykonywanie doświadczeń i ich opis. EFEKTY: Uczestnik utrwali swoje wiadomości z chemii, wykona osobiście doświadczenia i będzie umiał je prawidłowo opisać. Będzie biegłe posługiwać się właściwą terminologią chemiczną. Będzie umiał sprawnie rozwiązywać zadania typu maturalnego.
15 – 18 lat Grupa 50 Chemia Maturalna (12 osób w grupie)	Znajomość chemii podstawowej z zakresu klas VII-VIII, chemii rozszerzonej z zakresu klas I i II LO, umiejętność rozwiązywania zadań obliczeniowych, zainteresowanie chemią,	

Agata Wiktorowicz awiktorowicz@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 50 początkująca 12 – 17 lat			15.15 – 17.30 s. 127			
GRUPA 51 początkująca 10 – 13 lat			17.45 – 20.00 s. 127			
GRUPA 52 początkująca 10 – 13 lat				16.15 – 18.30 s. 127		

AKWARYSTYKA		Instruktor Tomasz Markiewicz
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 16 lat Mieszany poziom wiedzy od początkujących do zaawansowanych. (12 osób w grupie)	· Zamiłowanie do biologii. · Odpowiedzialność. · Chęć zdobywania wiedzy teoretycznej i praktycznej. · Zainteresowanie akwarystyką, a także chęć poznania zagadnień hydrobiologii, chemii i techniki.	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty: · Zajęcia dla młodzieży zainteresowanej rozpoczęciem przygody z akwarystyką, jak również poszerzaniem wiedzy biologicznej. · Uczestnicy będą uczyli się odpowiedzialności za zwierzęta w akwariach (każda osoba będzie mogła opiekować się wybranym akwariem w pracowni). · Młodzież będzie mogła poszerzyć swoją wiedzę z zoologii, botaniki, mikroskopii, chemii i techniki w zakresie występującym w akwarystyce. EFEKTY: · Poznanie zasad pielęgnowania ryb i roślin w akwariach. · Poznanie budowy roślin wodnych oraz anatomii i fizjologii ryb. · Rozwój kreatywności (aranżacja akwariów).

Tomasz Markiewicz tmarkiewicz@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 53 10 – 16 lat	17.30 – 19.00 s. 127					

POLSKA W ŚWIECIE – przygotowanie do matury z geografii Instruktor **Agata Markowska**

Instruktor **Agata Markowska**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
17 – 19 lat Grupa 1, 2 (15 osób w grupie)	Znajomość szkolnego materiału z geografii na poziomie podstawowym.	· Zapoznanie z warunkami przyrodniczymi Polski i porównanie ich do panujących w Europie i na świecie; · Omówienie i ocena położenia geopolitycznego Polski; · Omówienie sytuacji demograficznej Polski (przyrost naturalny; struktura zatrudnienia, migracje, struktura etniczno-religijna) na tle państw świata; · Ocena warunków rozwoju rolnictwa, przemysłu i usług Polski na podstawie czynników przyrodniczych i poza przyrodniczych; ocena możliwości rozwoju polskiego rolnictwa, przemysłu i usług na tle państw świata; · Omówienie i ocena handlu zagranicznego Polski; · Omówienie znaczenia i funkcjonowania Polski na arenie międzynarodowej ; · Odczytywanie elementów środowiska geograficznego Polski z map topograficznych; · Analizowanie danych statystycznych dotyczących społeczeństwa i gospodarki Polski EFEKTY: · Uczestnik zna warunki środowiska przyrodniczego Polski oraz potrafi zastosować je odnieść w skali regionalnej i globalnej; · Uczestnik zna sytuację gospodarczą Polski; · Uczestnik potrafi analizować dane statystyczne GUS oraz konstruować na ich podstawie wykresy; · Uczestnik potrafi czytać i analizować mapy topograficzne Polski; · Uczestnik potrafi krytycznie analizować bieżące informacje naukowe i doniesienia medialne; · Uczestnik widzi zależności przyczynowo-skutkowe oraz potrafi skorelować wiedzę z różnych dyscyplin naukowych;

Agata Markowska amarkowska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 17 – 19 lat		16.55 – 18.25 s. 127				
GRUPA 2 początkująca 17 – 19 lat		18.30 – 20.00 s. 127				

MECHATRONIKA W MODELARSTWIE		Instruktor
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 19 lat Grupy 1 – 6 (16 osób w grupie)	Umiejętność narysowania figury geometrycznej w izometrii i dimetrii ukośnej.	- Nauka posługiwania się narzędziami i elektronarzędziami potrzebnymi przy budowie modeli. - Nauka budowy modeli pływających. - Zapoznanie z obrabiarkami CNC. - Udział w konkursach, zawodach, pokazach. EFEKTY: - Uczestnik potrafi wykonać model łodzi motorowej lub żaglowej.

asurmacz@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 11 – 19 lat	17.00 – 19.15 s. 102					
GRUPA 2 11 – 19 lat		17.00 – 19.15 s. 102				
GRUPA 3 11 – 19 lat			15.15 – 17.30 s. 102			
GRUPA 4 11 – 19 lat			17.45 – 20.00 s. 102			
GRUPA 5 11 – 19 lat				17.00 – 19.15 s. 102		
GRUPA 6 11 – 19 lat					17.00 – 19.15 s. 102	

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 13 lat Grupa 1 początkująca (16 osób w grupie) 13 – 16 lat Grupa 2 średnio zaawansowana Kontynuacja zajęć i nowi uczestnicy (16 osób w grupie) 15 – 19 lat Grupa 3 zaawansowana (16 osób w grupie)	· Zainteresowania techniczne z zakresu modelarstwa lotniczego i lotnictwa. · Wymagana ogólna sprawność manualna. Sprawdzian umiejętności posługiwania się linijką i przyrządami kreślarskimi – wykonanie rysunku prostych figur geometrycznych.	· Nauka budowy modeli latających. · Nauka budowy modeli silnikowych latających na uwięzi i sterowanych radiem. · Wiedza z zakresu obsługi silników modelarskich spalinowych i elektrycznych. · Obsługa aparatury RC oraz umiejętność posługiwania się elementami wyposażenia modeli RC. EFEKTY: · Uczestnik potrafi wykonać model szybowca, samolotu sterowanego radiem i samolotu silnikowego na uwięzi. - Uczestnicy biorą udział w konkursach, pokazach i zawodach modelarskich.

Władysław Muras wmuras@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 11 – 13 lat		16.00 – 18.15 s. 308				
GRUPA 2 średnio zaawansowana 13 – 16 lat			16.00 – 18.15 s. 308			
GRUPA 3 zaawansowana 15 – 19 lat				16.00 – 18.15 s. 308		

MAJSTERKOWANIE

Instruktor **Marcin Stangreciak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
8 – 10 lat Grupa 1, 3, 6 początkująca (12 osób w grupie)	Zainteresowanie techniką i pracami ręcznymi. - Wymagana ogólna sprawność manualna. - Umiejętność posługiwania się linijką i nożyczkami. - Znajomość podstawowych figur geometrycznych. - Rozróżnianie linii równoległych i prostokątnych. - Umiejętność rozwiązywania prostych działań arytmetycznych. - Orientacja przestrzenna. - Chęć uczestniczenia w zajęciach	- Podstawowe umiejętności w posługiwaniu się narzędziami do obróbki papieru i drewna. - Poznanie różnych gatunków i rodzajów drewna i możliwości ich wykorzystania w modelarstwie. - Budowa zabawek ruchomych, łódek, makiet. Budowa latawców. - Prace z papieru i drewna (zabawki, drobne przedmioty użytkowe).
9 – 10 lat Grupa 2 średnio zaawansowana Kontynuacja zajęć (12 osób w grupie)	Sprawdzian - wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się linijką i ołówkiem	EFEKTY: - Uczestnik potrafi prawidłowo i sprawnie posługiwać się narzędziami do obróbki drewna i papieru. - Potrafi wykonać drewniane zabawki, konstrukcje ruchome i prawidłowo dopasować elementy budowanych przez siebie modeli. Od uczestników grupy średniozaawansowanej wymagać się będzie większej samodzielności przy wykonywaniu niektórych prac, kreatywności i pomysłowości, własnych, prostych rozwiązań technicznych.

Marcin Stangreciak mstangreciak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 8 – 10 lat		16.30-18.00 s. 302				
GRUPA 2 średnio zaawansowana 9 – 10 lat		18.15-19.45 s. 302				
GRUPA 3 początkująca 8 – 10 lat			15.30-17.00 s. 302			
GRUPA 6 początkująca 8 – 10 lat	16.00 – 17.30 s. 302					

PODSTAWY STOLARSTWA

Instruktor **Marcin Stangreciak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
12 – 19 lat Grupa 4 Średnio zaawansowana Kontynuacja zajęć	- Chęć uczestniczenia w zajęciach - zainteresowanie pracą w drewnie - wymagana ogólna sprawność manualna.	- Podstawy stolarstwa, obróbki drewna, snycerstwa - Umiejętność posługiwania się narzędziami ręcznymi do obróbki drewna i elektronarzędziami.
11 – 19 lat Grupa 5 początkująca	Sprawdzian - wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się przyrządami kreślarskimi, nazewnictwo narzędzi	EFEKTY: Własnoręcznie zbudowanie: - Stółka zydelka - Ramy, ramki do obrazu i zdjęcia - Drewniane łyżki i noże - Inne przedmioty użytkowe (w ramach zgłoszeń od dzieci) Umiejętność wykonania połączeń stolarskich z pomocą narzędzi ręcznych i elektronarzędzi.

Marcin Stangreciak mstangreciak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 średnio zaawansowana 12 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 302					
GRUPA 5 początkująca 11 – 19 lat			17.15-19.30 s. 302			

PRACOWNIA SPORTÓW WODNYCH

PŁYWANIE

Instruktorzy **Milenia Okrzeja, Bogdan Rosiek**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 9 lat Grupy 1, 8, 9 początkujące (15 osób w grupie)	- Podstawowa umiejętność pływania - kraul, grzbiet, "żabka", ruch delfinowy nóg. - Przeplnięcie dystansu 25 m na piersiach, 25 m na plecach. Predyspozycje psychofizyczne. Ocenie podlegają: praca nóg, praca ramion, wydech do wody, koordynacja pływania pełnym stylem pływackim, pływalność ciała (zdolność unoszenia się ciała na powierzchni wody). Skok na nogi lub głowę	Grupa 1, 8, 9 - Opanowanie umiejętności pływania trzema stylami pływackimi. - Prawidłowa technika skoków na nogi i na głowę. - Nauka prawidłowego oddychania i nurkowania w wodzie, - Wszechstronny i harmonijny rozwój młodego organizmu. - Korygowanie wad postawy - Udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży. - Uczestnik poznaje podstawowe wiadomości z zakresu aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą.
10 – 16 lat Grupy 3, 4, 6, 7, 10, 11, 12 średnio zaawansowane (15 osób w grupie)	- Umiejętność pływania w 4 stylach, predyspozycje psychofizyczne. 10-12 lat przeplnięcie na czas dystansu 25 m swoim najlepszym technicznie i jednocześnie najszybszym stylem - Od 13 r.ż. przeplnięcie na czas dystansu 50 m swoim najlepszym technicznie i jednocześnie najszybszym stylem - Technika pływania stylem grzbietowym (kraul na plecach), stylem dowolnym (kraul na brzuchu), stylem klasycznym (żabka) oraz stylem motylkowym (delfin). Ocenie podlegają: praca nóg, praca ramion, wydech do wody, koordynacja pływania pełnym stylem	Grupa 3, 4, 10 - Doskonalenie umiejętności pływania czterema stylami pływackimi. - Doskonalenie technik i skoków na nogi i na głowę - Umiejętność prawidłowego oddychania i nurkowania w wodzie, - Wszechstronny i harmonijny rozwój młodego organizmu poprzez zajęcia na pływalni - Korygowanie wad postawy ciała. - Udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży. - Uczestnik poznaje podstawowe wiadomości z zakresu aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą. Grupa 6, 7, 11, 12 - Opanowanie umiejętności pływania czterema stylami pływackimi w stopniu średniozaawansowanym.

	pływackim, pływalność ciała (zdolność unoszenia się ciała na powierzchni wody). Skok na nogi lub głowę.	- Umiejętność skoków startowych i nawrotów do każdego stylu pływackiego oraz prawidłowego oddychania i nurkowania w wodzie. - Wszechstronny i harmonijny rozwój młodego organizmu. - Poznanie przepisów FINA (Międzynarodowej Federacji Pływackiej) w pływaniu. - Korygowanie wad postawy ciała. - Potrafi przepłynąć pod powierzchnią wody 15 m (od 14 r.ż.) i wyłowić przedmioty z dna pływalni. - Bierze udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży. - Uczestnik poznaje podstawowe wiadomości z zakresu aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą.
10 – 18 lat Grupy 2, 5, 13 zaawansowane (15 osób w grupie)	- Technika pływania stylem grzbietowym (kraul na plecach), stylem dowolnym (kraul na brzuchu), stylem klasycznym ("żabka") oraz stylem motylkowym (delfin). - Predyspozycje psychofizyczne. 10-12 lat przepłynięcie na czas dystansu 25 m swoim najlepszym technicznie i jednocześnie najszybszym stylem - Od 13 r.ż. przepłynięcie na czas dystansu 50 m swoim najlepszym technicznie i jednocześnie najszybszym stylem Ocenie podlegają: praca nóg, praca ramion, wydech do wody, koordynacja pływania pełnym stylem pływackim, pływalność ciała (zdolność unoszenia się ciała na powierzchni wody). Przepłynięcie dystansu 50 m na czas wybranym stylem pływackim (jednocześnie najszybszym i najlepszym technicznie). Skok na nogi lub głowę.	Grupa 2, 5, 13 - Opanowanie umiejętności pływania czterema stylami pływackimi w stopniu zaawansowanym. - Umiejętność skoków startowych i nawrotów do każdego stylu pływackiego oraz prawidłowego oddychania i nurkowania w wodzie. - Wszechstronny i harmonijny rozwój młodego organizmu. - Poznanie przepisów FINA (Międzynarodowej Federacji Pływackiej) w pływaniu. - Korygowanie wad postawy ciała. - Uczestnik posiada bardzo dobre umiejętności pływania stylami: grzbietowym, dowolnym, klasycznym i motylkowym. - Potrafi przepłynąć pod powierzchnią wody 15m (od 17 r.ż. - 25 m) i wyłowić przedmioty z dna pływalni. - Bierze udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży. - Uczestnik poznaje podstawowe wiadomości z zakresu aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą.

Milenia Okrzeja mokrzeja@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 7 – 9 lat		15.00 - 15.45		15.00 - 15.45		
GRUPA 3 średnio zaawansowana 10 – 12 lat		16.40 - 17.25			15.50 - 16.35	
GRUPA 7 średnio zaawansowana 13 – 15 lat				16.40 - 17.25		10:20-11.05
GRUPA 5 zaawansowana 15 – 16 lat		18:30-19:15				11.10 - 11.55
GRUPA 4 średnio zaawansowana 10 – 12 lat		17.40 – 18.25			15:00-15:45	
GRUPA 2 zaawansowana 10 – 12 lat		15.50 - 16.35			16.40 - 17.25	
GRUPA 6 średnio zaawansowana 13– 15 lat				15.50 - 16.35		9:30-10:15

Bogdan Rosiek broziek@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 8 początkująca 7 – 9 lat		15.00 - 15.45		15.50-16.35		12.50-13.35
GRUPA 9 początkująca 7 – 9 lat		15.50 - 16.35		15.00 - 15.45		09.30-10.15
GRUPA 10 średnio zaawansowana 10 – 11 lat		16.40-17.25	15.00 - 15.45			
GRUPA 11 średnio zaawansowana 12 – 13 lat		17.40-18.25		17.40-18.25		
GRUPA 12 średnio zaawansowana 14 – 16 lat			15.50-16.35			11.10-11.55
GRUPA 13 zaawansowana 17 – 18 lat				18.30 – 19.15		12.00-12.45

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 8 lat Grupy 2, 6, 12 początkujące (nowy nabór) (12 osób w grupie)	- Gibkość: skłon tułowia w przód (z postawy i w siadzie prostym) – dotknięcie dłońmi do podłoża na wysokości stóp. - Siła – siła mięśni brzucha: wykonanie tzw. brzuszków z leżenia tyłem do siadu kucznego. - Skoczność – siła mięśni nóg: skok w dal z miejsca z wybicia obunóż. - Pływanie: przepłynięcie długości pływalni (25 m) dowolnym stylem. - Skok do wody: skok ze słupka i trampoliny 1 m na nogi przodem - Umiejętność dodatkowa: skok na głowę ze słupka lub trampoliny 1 m, skok na nogi z wysokości 3 m	- Nauka i doskonalenie podstawowych skoków do wody w przód i tył z trampoliny 1 m i 3 m. - Nauka skoków na nogi z wieży 5 m. - Gimnastyka ogólnorozwojowa z elementami akrobatyki. - Rozwój sprawności fizycznej, szczególnie takich cech jak: szybkość, siła, skoczność, koordynacja ruchowa, gibkość, wytrzymałość. - Opanowanie ćwiczeń gimnastycznych o charakterze ogólnorozwojowym z elementami akrobatyki. - Opanowanie pływania trzema podstawowymi stylami (dowolny, klasyczny, grzbiet). EFEKTY: - Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę oraz samodzielne podejmowanie działań w celu dalszego samodoskonalenia. - Ukształtowanie postaw świadomego uczestnictwa w zajęciach sportowych ze szczególnym uwzględnieniem bezpieczeństwa nad wodą. - Rozwinięcie zamiłowania do uprawiania sportu. - Udział w zawodach ogólnogrupowych w skokach do wody oraz Warszawskiej Olimpiadzie Młodzieży w skokach do wody.

Agnieszka Strómiło astromillo@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 początkująca 6 – 7 lat				15.50 - 17.20		9.30 – 11.00
Urszula Szewczyk uszewczyk@pm.waw.pl						
GRUPA 6 początkująca 6 – 7 lat			15.00 - 16.30		15.50 - 17.20	
Agnieszka Rolańska arolanska@pm.waw.pl						
GRUPA 12 początkująca 7 – 8 lat		15.00 - 16.30		15.00 - 16.30		

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 18 lat Grupy 3, 8, 9, 11, 13 średniozaawansowana (z gimnastyką) Grupa 7 średnio zaawansowana (zajęcia tylko na pływalni) Grupa 4 średnio zaawansowana (zajęcia 2 razy w tygodniu po 45 min., na pływalni lub na sali gimnastycznej)	- Gibkość: skłon tułowia w przód (z postawy i w siadzie prostym) – dotknięcie dłońmi do podłoża na wysokości stóp - Siła – siła mięśni brzucha: wykonanie tzw. brzuszków z leżenia tyłem do siadu kucznego - Skoczność – siła mięśni nóg: skok w dal z miejsca z wybicia obunóż - Pływanie: przepłynięcie długości pływalni (25 m) dowolnym stylem - Skok do wody: 1. 7-9 lat: skok ze słupka i trampoliny 1 m na nogi przodem. Umiejętność dodatkowa: skok na głowę ze słupka lub trampoliny 1 m, skok na nogi z wysokości 3 m.	- Doskonalenie pływania trzema stylami pływackimi. - Doskonalenie skoków do wody na poziomie podstawowym - skoki na nogi i na głowę oraz salta w przód i tył z różnych wysokości. - Doskonalenie skoków z wieży 5, 7,5 i 10 m. - Gimnastyka ogólnorozwojowa i specjalistyczna z elementami akrobatyki. - Rozwój poziomu cech motorycznych takich jak siła, skoczność, koordynacja ruchowa, gibkość oraz wytrzymałość. - Doskonalenie ćwiczeń gimnastycznych o charakterze ogólnorozwojowym z elementami akrobatyki. EFEKTY: - Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę oraz samodzielne podejmowanie działań w celu dalszego samodoskonalenia. - Ukształtowanie postaw świadomego uczestnictwa w zajęciach sportowych ze szczególnym uwzględnieniem

(12 osób w grupie)	2. 10-18 lat: skok ze słupka, trampoliny 1 i 3 m na nogi przodem. Skok na głowę ze słupka lub trampoliny 1m. Umiejętność dodatkowa: skok z na nogi z wysokości 5m.	bezpieczeństwa nad wodą. · Udział w zawodach ogólnogrupowych oraz Warszawskiej Olimpiadzie Młodzieży w skokach do wody.
--------------------	--	--

Agnieszka Strómiło astromillo@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 3 średnio zaawansowana 7 – 9 lat	15.00-16.30				15.00 - 16.30	
GRUPA 4 średnio zaawansowana 10 – 15 lat				15.00 - 15.45		12.50 - 13.35
Urszula Szewczyk uszewczyk@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 7 średnio zaawansowana 9 – 12 lat		15.00 - 15.45		16.40 - 17.25		
GRUPA 8 średnio zaawansowana 10 – 12 lat				18.30 – 20.00		12.00 - 13.30
GRUPA 9 średnio zaawansowana 10 – 14 lat		15.50 - 17.20				
Agnieszka Rolańska arolanska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 11 średnio zaawansowana 16 – 18 lat			17.40 - 19.10		15.00 - 15 .45	
GRUPA 13 średnio zaawansowana 13 – 15 lat			15.50 -17.20		15.50 -16.35	

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 19 lat Grupy 1, 5, 10 mistrzowskie (12 osób w grupie)	- Cechy motoryczne – ćwiczenia akrobatyczne: przewrót w przód i tył oraz stanie na rękach. - Siła – siła mięśni brzucha: wykonanie tzw. brzuszków z leżenia tyłem do siadu kucznego; siła mięśni ramion: podciągnięcia na drążku (broda nad drążkiem). - Skoczność – siła mięśni nóg: skok w dal z miejsca z wybicia obunóż. - Pływanie: przepłynięcie 2 długości pływalni - Skok do wody: 3 skoki z trzech grup skoków z trampoliny 1 m, skok z trampoliny 3 m z odbicia przodem lub tyłem, skok z wieży 7,5 m na nogi. Ocenie podlega poprawność techniki skoków.	Uczestnicy posiadający programy sportowe w poszczególnych kategoriach wiekowych (wg przepisów FINA): - nauka i doskonalenie programów sportowych z trampoliny i wieży, - nauka i doskonalenie nowych skoków o wyższym współczynniku trudności, - doskonalenie ćwiczeń gimnastycznych o charakterze ogólnorozwojowym, specjalistycznym, akrobatycznym. - Udział w ogólnopolskim współzawodnictwie sportowym dzieci i młodzieży - udział w zawodach systemu ogólnopolskiego. - Udział w zawodach międzynarodowych. - Udział w pokazach i zawodach organizowanych przez Pałac Młodzieży. - Udział w obozach i konsultacjach sportowych. EFEKTY: - Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę oraz samodzielne podejmowanie działań w celu dalszego samodoskonalenia. - Ukształtowanie postaw świadomego uczestnictwa w zajęciach sportowych ze szczególnym uwzględnieniem bezpieczeństwa nad wodą.

Bartłomiej Krynicki bkrynicki@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 mistrzowska 7 – 19 lat		18.30 - 20.00				
Agnieszka Strómiłło astromillo@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 mistrzowska 7 – 19 lat					16.50 – 18.20	11.10 - 12.40
Urszula Szewczyk uszewczyk@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 mistrzowska 7 – 19 lat		18.30 – 20.00		16.40 – 18.10		10.20 – 11.50

Agnieszka Rolańska arolanska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 10 mistrzowska 7 – 19 lat		17.40 – 19.10		18.30 – 20.00		9.30 – 11.00

GIMNASTYKA KOREKCYJNO-KOMPENSACYJNA			Instruktor Milenia Okrzeja
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty	
7 – 8 lat Grupa 1 (12 osób w grupie)	- Brak przeciwwskazań lekarskich do udziału w ćwiczeniach. - chęć uczestnictwa Sprzęt i ubiór: - wygodny strój sportowy (koszulka, krótkie spodenki), bez skarpetek – ćwiczymy na boso - własny kocyk do ćwiczeń wykonany z grubszego polaru lub flaneli o wymiarach 75x100 cm	ZAGADNIENIA OGÓLNE: - profilaktyka postawy: ćwiczenia wzmacniające mięśnie grzbietu, brzucha, pośladków, stóp - rozwój motoryczny: koordynacja ruchowa, równowaga, gibkość - nauka świadomości własnego ciała: prawidłowa postawa ciała podczas siedzenia, stania i chodzenia - zabawy ruchowe: forma aktywizacji i relaksu, podnosząca atrakcyjność zajęć EFEKTY: - zapobieganie powstawania wad postawy - wzrost świadomości postawy: dzieci uczą się prawidłowych nawyków posturalnych - poprawa sprawności fizycznej: zwiększenie siły gibkości i wytrzymałości - profilaktyka zdrowotna: zapobieganie bólom pleców i przeciążeniom kręgosłupa w późniejszym wieku - rozwój społeczny: współpraca w grupie, zabawy ruchowe jako forma integracji	

Milenia Okrzeja mokrzeja@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 7 – 8 lat			16.30 – 17.15 s. 408			

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
14 – 18 lat Grupa 1, 2 początkujące (15 osób w grupie)	- Przeplnięcie 50 m stylem dowolnym w czasie poniżej 45 sekund. - Skok na nogi z 3 m. - Poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym. - Przeplnięcie pod wodą 10 m. - Umiejętność pływania 3 stylami.	- Nauka i doskonalenie 4 stylów pływackich. - Nauka nurkowania w obrębie pływalni. - Podstawowe elementy ratownictwa wodnego. - Dodatkowe style typowo ratownicze. - Rozbudowana pierwsza pomoc - wykłady połączone z ćwiczeniami. - Udział w imprezach i zawodach pływackich PM. EFEKTY: Po zakończeniu zajęć pierwszego roku uczestnicy powinni: - przeplnąć 50 m kraulem poniżej 40 sekund, - skoczyć z 5 m na nogi, - przeplnąć pod wodą 25 m, - pływać w miejscu z utrzymywaniem głowy ponad powierzchnią bez udziału rąk przez 60 sekund, - położyć się na dnie po głębokiej stronie pływalni - na 5 sekund (powrót na powierzchnię bez odbicia od dna), - zaliczyć pisemny test z I pomocy.
14 – 18 lat Grupa 3, 4 kontynuacja (średnio zaawansowana) (15 osób w grupie)	Zaliczenie zajęć pierwszego roku ratownictwa wodnego	- Pływanie ratownicze, techniki ratownicze: - rozwijanie umiejętności pływackich do poziomu młodszego ratownika wodnego, - holowanie, co najmniej 3 sposobami, - chwyty ratownicze, - obsługa urządzeń ratowniczych, sprzęt podręczny, łódki, - nauka freedivingu, poznanie i prawidłowe użycie maski, płetw, fajki, - pomocnik na motorówce umiejętność bezpiecznego poruszania się na motorówkach, - kajakarstwo na Wiśle i dopływach. EFEKTY: Po zakończeniu zajęć drugiego roku uczestnicy powinni: - przeplnąć 50 m kraulem poniżej 35 sekund, - skoczyć z 10 m na nogi, - przeplnąć pod wodą 25 m, - pływać w miejscu z utrzymywaniem ponad głową 3 kg przez 3 min, - holować na dystansie 75 m.

15 – 19 lat Grupa 5 zaawansowana (15 osób w grupie)	· Zaliczenie zajęć pierwszego i drugiego roku ratownictwa wodnego	· Pływanie ratownicze, techniki ratownicze: · rozwijanie umiejętności pływackich do poziomu ratownika wodnego, · kajakarstwo na Wiśle i dopływach. · zaawansowane techniki ratownictwa wodnego na wodach szybko płynących, · ratownictwo lodowe, · nauka motorowodniactwa, obsługa silników mechanicznych. · wydobywanie poszkodowanych na jednostki pływające · z uwzględnieniem stanu zdrowia/przytomności, · ewakuacja poszkodowanych z różnych jednostek pływających, · działania zespołowe w praktyce: kontrolowana wywrotka jachtu. EFEKTY: Po zakończeniu zajęć trzeciego roku uczestnicy powinni: · być przygotowani do egzaminu na ratownika wodnego, · posiadać znajomość pierwszej pomocy na poziomie KPP, · odbyć praktyki ratownicze w Legionowskim WOPR.
---	---	---

Konrad Kasjaniuk kkasjaniuk@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 14 – 18 lat	15.00 – 15.45			16.40 – 17.25 wykład 17.45 – 18.25		
GRUPA 2 początkująca 14 – 18 lat					15.00 – 15.45 wykład 15.50 -16.25 16.40 – 17.25	
GRUPA 3 kontynuacja 14 – 18 lat	wykład 15.50 – 16.35 16.40 – 17.25			18.30 – 19.15		
GRUPA 4 kontynuacja 14 – 18 lat	wykład 17.40 – 18.25 18.30 – 19.15			19.15 – 20.00		
GRUPA 5 zaawansowana 15 – 19 lat		wykład 17.40 – 18.25 18.30 – 19.15 19.15 – 20.00				

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 12 lat Grupa 6, 7 początkująca chłopcy i dziewczęta (15 osób w grupie)	· Dobra umiejętność pływania. · Silna budowa ciała, predyspozycje psychofizyczne. · Przepłynięcie 25 m kraulem na czas. · Poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym. Ocenie podlega czas przepłynięcia kraulem oraz technika pływania stylem grzbietowym i stylem klasycznym, ćwiczenia koordynacyjne i siłowe na lądzie.	· Nauka i doskonalenie techniki piłki wodnej. · Nauka i doskonalenie pływania stylami: kraulem, grzbietowym, klasycznym oraz motylkowym. · Nauka skoku startowego i nawrotów w poszczególnych stylach. · Edukacja w zakresie aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą. · Udział w zawodach i turniejach piłki wodnej w kategorii Dzieci. · Udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży – Wielobój Pływacki w Pływaniu. Możliwość udziału w obozach letnich i zimowych oraz zgrupowaniach sportowych. EFEKTY: Rozwinięcie zamiłowania do uprawiania sportu. Ukształtowanie postawy współpracy w zespole, poczucia odpowiedzialności za współwiczących. Znajomość zasad bezpiecznego przebywania nad wodami otwartymi. Opanowanie podstawowych technik w piłce wodnej - poruszania się w wodzie oraz techniki z piłką, podania i rzuty
12 – 19 lat Grupy 1, 2 mistrzowskie chłopcy Grupy 3, 4 zaawansowane chłopcy Grupa 5 zaawansowane Dziewczęta (15 osób w grupie)	· Bardzo dobra umiejętność pływania, · Silna budowa ciała, predyspozycje psychofizyczne · Przepłynięcie 50 m kraulem na czas. · Poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym oraz technika rzutu piłką. Ocenie podlega czas przepłynięcia kraulem oraz technika pływania stylem grzbietowym i stylem klasycznym. ćwiczenia koordynacyjne i siłowe na lądzie. Podział na grupy odbywa się w zależności od wieku i umiejętności pływackich uczestnika.	· Doskonalenie pływania stylami: kraulem, grzbietowym, klasycznym oraz motylkowym. · Doskonalenie skoku startowego i nawrotów w poszczególnych stylach. · Doskonalenie sprawności specjalnej oraz techniki w piłce wodnej. · Edukacja w zakresie aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą. · Udział w zawodach i turniejach piłki wodnej w kategorii Młodzików, Juniorów Młodszych i Juniorów. · Udziału w obozach letnich i zimowych oraz zgrupowaniach. EFEKTY: · Ukształtowanie postawy fair play oraz kształtowanie poczucia ducha sportu. · Poznanie wartości pracy zespołowej w grze drużynowej. · Zbudowanie postawy odpowiedzialności za współwiczących. · Opanowanie techniki i taktyki gry właściwej · Znajomość zasad bezpiecznego przebywania nad wodami otwartymi. · Znajomość przepisów w piłce wodnej

Ignacy Stępiński istepinski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 Junior B 14 – 18 lat	18.30 – 20.00		19.15 – 20.00			
GRUPA 5 Dziewczęta 13 – 19 lat	16.40 – 17.25		18.30 – 19.15		18.30 – 20.00	
GRUPA 6 Dzieci 9 – 12 lat	15.50 – 16.35				17.40 – 18.25	
Jakub Słowikowski jslowikowski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 Junior A 15 – 19 lat	18.30 – 20.00		19.15 – 20.00			
GRUPA 3 Junior Młodszy 13 – 15 lat	16.40 – 18.25		17.40 – 19.15			
GRUPA 7 Dzieci 9 – 12 lat	15.50 – 16.35		16.40 – 17.25			
Robert Gałek istepinski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 Młodzik 11 – 13 lat	15.00 – 15.45		15.00 – 16.30		18:30 – 19:15	

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 14 lat Grupa 1 Podstawy żeglarstwa (15 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć zdobywania i doskonalenia wiedzy i umiejętności żeglarskich. – Podstawowa umiejętność pływania. – Przepłynięcie dystansu 25 m.	– Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi: budowy jachtu, przepisów, znaków żeglugowych, meteorologii. – Znajomość historii żeglarstwa w tym: sylwetek znanych żeglarzy oraz polskich jachtów morskich. – Znajomość etykiety żeglarskiej oraz historii wybranych szant i pieśni morskich. – Wiązanie i zastosowanie węzłów żeglarskich. EFEKTY: – Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających żeglowanie na małych łodziach szkoleniowych – Opanowanie umiejętności niezbędnych do wzięcia udziału w obozie żeglarskim w Pieczarkach.
11 – 15 lat Grupa 2 Podstawy żeglarstwa Zaawansowane (15 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Doskonalenie wiedzy i umiejętności żeglarskich – Chęć uzyskania patentu żeglarza jachtowego.	– Zapoznanie z zagadnieniami dotyczącymi: budowy jachtu, teorii żeglowania, przepisów, znaków żeglugowych, meteorologii i ratownictwa wymaganych na egzaminie na patent żeglarza jachtowego. – Znajomość etykiety żeglarskiej oraz historii wybranych szant i pieśni morskich. – Wiązanie i zastosowanie węzłów żeglarskich. EFEKTY: – Opanowanie wiadomości i umiejętności przygotowujących do obozu szkoleniowego w Pieczarkach.
9 – 14 lat Grupa 3 Podstawy żeglarstwa (15 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć zdobywania i doskonalenia wiedzy i umiejętności żeglarskich. – Podstawowa umiejętność pływania. – Przepłynięcie dystansu 25 m.	– Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi: budowy jachtu, przepisów, znaków żeglugowych, meteorologii – Znajomość historii żeglarstwa w tym: sylwetek znanych żeglarzy oraz polskich jachtów morskich. – Znajomość etykiety żeglarskiej oraz historii wybranych szant i pieśni morskich. – Wiązanie i zastosowanie węzłów żeglarskich. EFEKTY: – Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających żeglowanie na małych łodziach szkoleniowych. – Opanowanie umiejętności niezbędnych do wzięcia udziału w obozie żeglarskim w Pieczarkach.

Anna Golec agolec@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 podstawy żeglarstwa 9 – 14 lat		15:00 -17:15 sala 354				
GRUPA 2 podstawy żeglarstwa zaawansowane 11 – 15 lat		17.30 – 19.45 sala 354				
GRUPA 3 podstawy żeglarstwa 9 – 14 lat			15:30-17:45 sala 334			

Żeglarstwo			Instruktor Anna Mitura
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty	
12 – 14 lat Grupa 4 Wstęp do żeglarstwa (15 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć zdobywania i doskonalenia wiedzy i umiejętności żeglarskich. – Podstawowa umiejętność pływania. – Przepłynięcie dystansu 25 m.	– Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi: budowy jachtu, przepisów, znaków żeglugowych, meteorologii i ratownictwa. – Znajomość historii żeglarstwa w tym: sylwetek znanych żeglarzy oraz polskich jachtów morskich. – Znajomość etykiety żeglarskiej oraz historii wybranych szant i pieśni morskich. – Wiązanie i zastosowanie węzłów żeglarskich. EFEKTY: – Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających żeglowanie w charakterze członka załogi. – Opanowanie umiejętności niezbędnych do wzięcia udziału w obozie żeglarskim w Pieczarkach.	
14 – 19 lat Grupa 5 Szkolenie na patent żeglarza jachtowego (20 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć uzyskania patentu żeglarza jachtowego. – Podstawowa umiejętność pływania. – Przepłynięcie dystansu 25 m. – Ukończenie 14 lat przed egzaminem na	– Zapoznanie z zagadnieniami dotyczącymi: budowy jachtu, teorii żeglowania, przepisów, znaków żeglugowych, meteorologii i ratownictwa wymaganych na egzaminie na patent żeglarza jachtowego. – Znajomość etykiety żeglarskiej oraz historii wybranych szant i pieśni morskich. – Wiązanie i zastosowanie węzłów żeglarskich. EFEKTY:	

	patent żeglarza jachtowego.	– Opanowanie wiadomości teoretycznych wymaganych na egzaminie na patent żeglarza jachtowego. – Opanowanie wiadomości i umiejętności przygotowujących do obozu szkoleniowego w Pieczarkach.
15 – 19 lat Grupa 6 Doskonaląca I (20 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć zdobywania i doskonalenia wiedzy i umiejętności żeglarskich. – Posiadanie patentu żeglarza jachtowego.	– Rozszerzenie wiedzy z zakresu żeglarstwa śródlądowego o m.in. prace bosmańskie, zapobieganie awariom na jachcie i usuwanie ich skutków. – Doskonalenie praktycznych umiejętności żeglarskich. – Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi żeglarstwa morskiego. EFEKTY: – Opanowanie wiedzy i umiejętności umożliwiających samodzielne prowadzenie jachtu żaglowego po wodach śródlądowych. – Opanowanie wiadomości i umiejętności umożliwiających pełnienie funkcji „Obsługa portu” w trakcie obozu w Pieczarkach.
17 – 19 lat Grupa 7 Doskonaląca II (12 osób w grupie)	– Zainteresowanie tematyką żeglarską. – Chęć zdobywania i doskonalenia wiedzy i umiejętności żeglarskich. – Posiadanie patentu żeglarza jachtowego minimum 1 rok. – Udział w zajęciach doszkalających praktyczne umiejętności żeglarskie.	– Doskonalenie praktycznych umiejętności żeglarskich. – Zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami z zakresu dydaktyki w tym metodami i formami przekazywania wiedzy z żeglarstwa. EFEKTY: – Opanowanie wiadomości i umiejętności umożliwiających pełnienie roli kadry żeglarskiej w Pieczarkach.

Anna Mitura amitura@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 wstęp do żeglarstwa 12 – 14 lat			16.00 – 17.30 sala 334			
GRUPA 5 żeglarz jachtowy 14 – 19 lat		17.30 – 19.00 sala 334				
GRUPA 6 doskonaląca I 15 – 19 lat			17.45 – 19.15 sala 334			
GRUPA 7 doskonaląca II 17 – 19 lat				17.45 – 20.00 sala 334		

PRACOWNIA SPORTU I REKREACJI

TENIS STOŁOWY

Instruktorzy **I. Magdalena Witkowska, Patryk Turek**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 19 lat dziewczęta i chłopcy (12 osób w grupie) Grupa 1 10 – 14 lat początkująca - kontynuująca Grupa 2 11 – 16 lat średnio zaawansowana Grupa 3 10 – 18 lat zaawansowana Grupa 4 13 – 19 lat mistrzowska Grupa 5 6 – 9 lat Grupa 6 7 – 13 lat początkujące Grupa 7 10 – 15 lat średnio zaawansowana Grupa 8 9 – 16 lat zaawansowana Grupa 9 9 – 18 lat mistrzowska	- Umiejętność przebijania piłki na stole. - Umiejętność poruszania się przy stole. Sprawdzian: Bieg wahadłowy 4 x 10 m + gra na stole (gr. 5, 6) Sprawdzian: Test techniczny na dokładność i na czas: jak największa ilość naprzemiennego odbicia (bekhend-forhend) w ciągu 30 sek. pośrodku stołu (gr. 1,2,7) Sprawdzian: Umiejętność gry wszystkimi uderzeniami (półwolej obustronny, topspin obustronny, podcięcie obustronne, strzał obustronny, zmiana ustawienia). (gr. 3,4,8,9)	- Podstawy nauki tenisa stołowego: przyjmowanie prawidłowej postawy, nauka i doskonalenie podstawowych uderzeń gry. - Gry i zabawy ruchowe. Poznanie przepisów gry. - Nauka i doskonalenie elementów techniki złożonej. - Rozwój świadomości taktycznej i umiejętność kierowania całą grą, dostosowanie się do zmian - Rozwój silnej i poprawa słabej strony gry - Przygotowanie do udziału w zawodach: warszawskich, wojewódzkich i ogólnopolskich. EFEKTY: <u>Grupy podstawowe</u> – przygotowanie do udziału w Grand Prix PM. - Uczestnik zna podstawowe uderzenia gry, potrafi przyjąć prawidłową postawę przy stole, zna przepisy gry. - Potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze na punkty na turniejach pracowni. <u>Grupy zaawansowane</u> – przygotowanie do udziału w zawodach warszawskich. - Uczestnik rozwinął silną stronę gry. - Potrafi określić indywidualny system gry. - Potrafi zagrać elementy techniki złożonej. <u>Grupy mistrzowskie</u> – przygotowanie do udziału w zawodach wojewódzkich i ogólnopolskich. - Zawodnik potrafi dostosować się do różnych przeciwników i warunków gry. - Nabył umiejętności łączenia uderzeń. - Rozwój wszechstronności zawodnika. - Optymalizacja indywidualnego stylu gry.

I.Magdalena Witkowska mwitkowska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 10 – 14 lat	16.30 – 18.00 Hala sportowa					
GRUPA 2 średnio zaawansowana 11 – 16 lat		16.55 – 18.25 Hala sportowa			15.00 – 16.30 Hala sportowa	
GRUPA 3 zaawansowana 10 – 18 lat	18.05 – 19.35 Hala sportowa			16.55 – 18.25 Hala sportowa		
GRUPA 4 mistrzowska 13 – 19 lat		18.30 – 20.00 Hala sportowa	18.30 – 20.00 Hala sportowa	18.30 – 20.00 Hala sportowa		

Patryk Turek pturek@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 początkująca 6 – 9 lat		14.30 – 15.15 Hala sportowa			16.35 – 17.20 Hala sportowa	
GRUPA 6 początkująca 7 – 13 lat			14.30 – 15.15 Hala sportowa		17.25 – 18.10 Hala sportowa	
GRUPA 7 średnio zaawansowana 10 – 15 lat		15.20 – 16.50 Hala sportowa	15.20 – 16.50 Hala sportowa			
GRUPA 8 zaawansowana 9 – 16 lat				15.20 – 16.50 Hala sportowa		9.30 – 11.00 Hala sportowa
GRUPA 9 mistrzowska 9 – 18 lat			16.55 – 18.25 Hala sportowa		18.15 – 19.45 Hala sportowa	11.05 – 12.35 Hala sportowa

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
8 – 19 lat dziewczęta i chłopcy Grupa 1 8 – 11 lat początkująca (23 osoby w grupie) Grupa 2 8 – 12 lat początkująca - kontynuująca (18 osób w grupie) Grupa 3 10 – 15 lat Grupa 4 10 – 15 lat zaawansowane (16 osób w grupie) Grupa 5 12 – 19 lat mistrzowska (12 osób w grupie)	· Zainteresowanie sportami walki (szermierką). · Dobra koordynacja ruchowa. Sprawdzian: Test sprawnościowy na czas - bieg 3 x 4, 5, 6 m z przenoszeniem piłeczek. Sprawdzian: Ocena techniki podstawowych elementów szermierczej pracy nóg, ocena znajomości zasłon.	· Podstawy nauki szermierki (florety): przyjmowanie postawy szermierczej, nauka i doskonalenie kroków szermierczych w przód i w tył oraz wypadu szermierczego. · Nauka podstawowych działań szermierczych (natarcia, obrona). · Gry i zabawy ruchowe. · Przygotowanie do „Pierwszego Kroku Szermierczego” i „Mistrzostw Pracowni w Szermierce” – turniej kończący rok szkolny. · Przygotowanie do udziału w zawodach: okręgowych, ogólnopolskich i międzynarodowych. EFEKTY: <u>Grupy podstawowe</u> – przygotowanie do udziału w „Pierwszym Kroku Szermierczym”. Uczestnik zna podstawowe zasady walki szermierczej na florety, potrafi obchodzić się ze sprzętem szermierczym elektrycznym, potrafi wykonać ukłon szermierczy. Poprawa ogólnej motoryki ruchu. <u>Grupy zaawansowane</u> – przygotowanie do udziału w zawodach okręgowych. Uczestnik zna ogólne zasady walki szermierczej na florety i potrafi posługiwać się komendami obowiązującymi w walce. Poprawa sprawności fizycznej. <u>Grupa mistrzowska</u> – przygotowanie do udziału w zawodach ogólnopolskich i międzynarodowych. · Uczestnik potrafi wykonać natarcie proste i pojedyncze z wyboru tempa, · zna ogólne zasady walki szermierczej na florety i potrafi posługiwać się komendami obowiązującymi w walce (potrafi analizować proste działania), · potrafi naprawić przewód osobisty, · zna budowę broni i jej zasady działania. · Ogólna poprawa sprawności fizycznej.

Sebastian Koziejowski skozejowski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 8 – 11 lat			17.30 – 18.15 Sala sportowa II p.		15.10 – 15.55 Sala sportowa II p.	
GRUPA 2 początkująca 8 – 12 lat		14.50 – 15.35 Sala sportowa II p.		17.40 – 18.25 Sala sportowa II p.		
GRUPA 3 zaawansowana 10 – 15 lat		15.40 – 17.10 Sala sportowa II p.			16.00 – 17.30 Sala sportowa II p.	
GRUPA 4 zaawansowana 10 – 15 lat			18.20 – 19.50 Sala sportowa II p.			9.15 – 10.45 Sala sportowa II p.
GRUPA 5 mistrzowska 12 – 19 lat		17.15 – 18.45 Sala sportowa II p.		18.30 – 20.00 Sala sportowa II p.	17.35 – 19.05 Sala sportowa II p.	

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 19 lat dziewczęta 15 – 19 lat chłopcy (tylko grupy 4 i 5)) Grupa 1 9 – 13 lat początkująca dziewczęta (16 - 25 osób w grupie) Grupa 2 12 – 15 lat średniozaawansowana Dziewczęta (16 osób w grupie) Grupa 3 14 – 19 lat średniozaawansowana Dziewczęta + chłopcy (16 - 25 osób w grupie) Grupa 4 15 – 19 lat mistrzowska dziewczęta + chłopcy (16 - 25 osób w grupie) Grupa 5 15 – 19 lat KALISTENIKA początkująca dziewczęta + chłopcy (12 - 16 osób w grupie)	· Zainteresowanie sportem, aktywnym spędzaniem czasu wolnego. · Umiejętność pracy w zespole. · Chęć doskonalenia sprawności fizycznej. Sprawdzian ruchowy <u>grupa młodsza 9 – 13 lat:</u> · Przysiady · Pompki damskie · Brzuszek · Deska · Bieg w miejscu <u>Grupa starsza 14 – 19 lat:</u> · Bieg w miejscu, · Nożyce pionowe · Skład do wyskoku · Praca kolan w podporze przodem · Pompki	· Uczestnicy kształtują sprawność ogólną. · Uczą się oraz doskonalą różnorodne formy fitness. · Uczą się i doskonalą techniki ćwiczeń gibkościowych, aerobowych oraz siłowych. · Poznają elementy gimnastyki oraz gimnastyki korekcyjnej. · Poznają elementy kalisteniki · Samodzielnie tworzą choreografię fitness, rozwijają sprawność ruchową oraz poszerzają wiedzę z zakresu pracy nad własnym ciałem. EFEKTY: · Większa sprawność fizyczna uczestnika, wzrost wydolności oraz wytrzymałości organizmu, a także przyrost masy mięśniowej i wysmuklenie sylwetki. · Poprawna technika wykonywanych ćwiczeń wzmacniających i stretchingowych. Udział w imprezach okolicznościowych o charakterze sportowym.

Aleksandra Włodarczyk awlodarczyk@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 9 – 13 lat		15.15 – 16.45 Mała sala sportowa III p.				
GRUPA 2 średnio zaawansowana 12 – 15 lat		16.50 – 18.20 Mała sala sportowa III p.				
GRUPA 3 średnio zaawansowana 14 – 19 lat	16.50 – 18.20 Mała sala sportowa III p.					
GRUPA 4 mistrzowska 15 – 19 lat	18.30 – 20.00 Mała sala sportowa III p.					
GRUPA5 początkująca Kalistenika 15 – 19 lat		18.25 – 19:55 Mała sala sportowa III p.				

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
13 – 19 lat (12 osób w grupie, dziewczęta i chłopcy) Grupa 1, 2, 3 średnio zaawansowana Grupa 4 zaawansowana	· Zainteresowanie sportami siłowymi i sylwetkowymi · Zainteresowanie różnymi formami aktywności ruchowej · Chęć doskonalenia własnej sylwetki, muskulatury ciała. · Gotowość do systematycznych i regularnych treningów siłowych Sprawdzian: · Skłony do przodu na ławce skośnej. · Podciąganie na drążku · Pompki na podpórkach.	· Wszechstronny rozwój fizyczny (cechy motoryczne). · Poprawa ogólnej sprawności fizycznej. · Poprawa oraz stałe doskonalenie własnej sylwetki. · Osiągnięcie harmonijnego i proporcjonalnego wyglądu całego ciała. · Systematyczna praca nad: - wzrostem siły i masy mięśniowej, - redukcją tkanki tłuszczowej. · Nauka różnorodnych form treningowych i ćwiczeń (trening kardio, trening funkcjonalny, trening siłowy, trening kulturystyczny). · Nabywanie wiedzy teoretycznej i praktycznej na temat sportów siłowych, metodyki treningu kulturystycznego, diety i sportowego sposobu odżywiania. · Udział w pokazach kulturystycznych w ramach imprez pałacowych. · Dla zainteresowanych rozwijanie zainteresowań w zakresie wszelkiej aktywności ruchowej tj.: - turystyki kajakowej, - turystyki pieszej, - bushcraftu, - survivalu. EFEKTY: · Uczestnicy potrafią prawidłowo technicznie wykonać wszystkie ćwiczenia ze swoich programów treningowych (dostosowanych do indywidualnych możliwości i poziomu zaawansowania), · Uczestnicy potrafią bezpiecznie i efektywnie trenować kulturystykę na poziomie odpowiednim do nabytej wiedzy i umiejętności, znają zasady treningowe i żywieniowe. · Uczestnicy są sprawni fizycznie. · Uczestniczą w zawodach wewnętrznych oraz imprezach pałacowych. · Uczestniczą w spływach kajakowych i rajdach pieszych. · Uczestnicy potrafią radzić sobie w sytuacjach trudnych i ekstremalnych

Sławomir Maciejewski smaciejewski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 średnio zaawansowana 13 – 19 lat	16.55 – 17.40 Siłownia (s. 465)		16.55 – 18.25 Siłownia (s. 465)			
GRUPA 2 średnio zaawansowana 13 – 19 lat	17.40 – 18.25 Siłownia (s. 465)		18.30 – 20.00 Siłownia (s. 465)			
GRUPA 3 średnio zaawansowana 13 – 19 lat	18.30 – 19.15 Siłownia (s. 465)			16.55 – 18.25 Siłownia (s. 465)		
GRUPA 4 zaawansowana 13 – 19 lat	19.15 – 20.00 Siłownia (s.465)			18.30 – 20.00 Siłownia (s. 465)		

ROLKI

Instruktor **Joanna Łukaszewicz**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 19 lat dziewczęta i chłopcy Grupa 1 7 – 14 lat średnio zaawansowana (12 osób w grupie) Grupa 2 10 – 19 lat zaawansowana (12 osób w grupie) Grupa 3 7 – 19 lat mistrzowska (12 osób w grupie) Grupa 4 7 – 15 lat średnio zaawansowana (12 osób w grupie)	· Zainteresowanie jazdą na rolkach. · Posiadanie własnych rolek, kasku i ochraniaczy. Sprawdzian (dla wszystkich grup): ocena techniki jazdy do przodu i hamowania	· Nauka i doskonalenie podstawowych elementów jazdy, padów i różnych technik hamowania. · Nauka elementów freestyle slalom i jazdy miejskiej. · Gry i zabawy ruchowe. · Kształtowanie wytrzymałości i koordynacji. · Przygotowanie do zawodów pracownianych. · Przygotowanie do pokazów. EFEKTY: <u>Grupa podstawowa</u> – Uczestnik potrafi wykonać prawidłowy upadek, 1 trik slalomowy oraz zademonstrować jedną z techniki hamowania. <u>Grupa średniozaawansowana</u> – Przygotowanie do udziału w pokazach. · Uczestnik potrafi wykonać prawidłowy upadek, 2 triki jazdy slalomowej oraz zademonstrować 2 techniki hamowania. <u>Grupa zaawansowana</u> – Przygotowanie do udziału w pokazach. · Uczestnik potrafi zademonstrować 3 techniki hamowania. · Uczestnik potrafi wykonać 3 triki jazdy slalomowej i 2 triki jazdy miejskiej

Joanna Łukaszewicz jlukaszewicz@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 średnio zaawansowana 7 – 14 lat			15.00 – 16.30 Sala sportowa II p.		15.00 – 15.45 Mała sala sportowa III p.	
GRUPA 2 zaawansowana 10 – 19 lat			17.30 – 19.00		17.25 – 18.10 Siłownia (s. 465)	11.50 – 12.35 Sala sportowa II p.
GRUPA 3 mistrzowska 7 – 19 lat			16.40 – 17.25 Sala sportowa II p.		18.15 – 19.00 Siłownia (s. 465)	12.40 – 14.10 Sala sportowa II p.
GRUPA 4 średnio zaawansowana 7 – 15 lat					15.50 – 16.35 Mała sala sportowa III p. 16.35 – 17.20 Siłownia (s. 465)	10.15 – 11.45 Sala sportowa II p.

GRY I ZABAWY SPORTOWE

Instruktor **Sebastian Giedroń**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 16 lat Dziewczęta i chłopcy grupa 1 8 – 10 lat grupa 2 9 – 12 lat grupa 3 12 – 16 lat grupa 4 6 – 7 lat grupy początkujące (16 - 20 osób w grupie)	· Zainteresowanie grami i zabawami sportowymi · Umiejętność pracy w zespole · Dobra koordynacja ruchowa <u>Sprawdzian:</u> GR 4 – pokonanie prostego toru przeszkód na czas GR 1,2 – bieg wahadłowy z przekładaniem piłeczek na czas GR 3 – bieg po kopercie na czas	· Kształtowanie sprawności ogólnej. · Rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacyjnych poprzez gry i zabawy sportowe · Rozwijanie zainteresowania aktywnością ruchową poprzez udział w grach i zabawach ruchowych rzutnych, bieżnych i rekreacyjnych (ringo, zbijkaj, serw i bieg) · Rozwijanie pozytywnych emocji, umiejętność radzenia sobie z porażką i zwycięstwem, przestrzeganie zasad fair play · Nauczanie podstawowych elementów technicznych i taktycznych z zakresu różnych gier zespołowych (koszykówka, siatkówka, piłka ręczna, piłka nożna, unihokej). · Wdrażanie do aktywnego udziału w imprezach sportowych. EFEKTY: · poprawi swoją sprawność fizyczną, · rozwinie poszczególne cechy motoryczne, · zdobędzie podstawowe umiejętności techniczno-taktyczne obejmujące gry i zabawy sportowe.

Sebastian Giedroń sgiedroic@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 8 – 10 lat	16.55 – 18.25 Sala sportowa II p.					
GRUPA 2 początkująca 9 – 12 lat	18.30 – 20.00 Sala sportowa II p.			15.20 – 16.05 Sala sportowa II p		
GRUPA 3 początkująca 12 – 16 lat				16.10 – 17.40 Sala sportowa II p		
GRUPA 4 początkująca 6 – 7 lat	15.20 – 16.50 Sala sportowa II p.			14.30 – 15.15 Sala sportowa II p.		

PRACOWNIA SZTUK PIĘKNYCH

CERAMIKA

Instruktorzy **Eliza Cicha, Katarzyna Porczak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 19 lat Grupy początkujące średnio zaawansowane (18 – 20 osób w grupie)	Chęć lepienia z gliny Zainteresowania twórcze. Sprawdzian: Ulepienie naczynia z wałeczków.	Uczestnicy rozwijają umiejętność lepienia z gliny form użytkowych i małych form rzeźbiarskich. Uczą się szkliwienia i ozdabiania ceramiki oraz toczenia na kole garncarskim. EFEKTY: Uczestnicy tworzą ceramikę o dużych walorach artystycznych.

Eliza Cicha ecicha@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 9 – 15 lat			15.00 – 16.30 s.310 i 311			12.30– 14.00 s.310 i 311
GRUPA 2 12 – 19 lat						9.45 – 12.00 s.310 i 311
GRUPA 3 9 – 15 lat		16.45 – 18.15 s.310 i 311		15.00 – 16.30 s.310 i 311		
GRUPA 4 10 – 19 lat		18.30 – 20.00 s.310 i 311		16.45 – 18.15 s.310 i 311		

Katarzyna Porczak kporczak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 13 – 18 lat	16.45-19.00 s.310 i 311					
GRUPA 6 13 – 18 lat					16.45 – 19.00 s.310 i 311	
GRUPA 7 9 – 13 lat		15.00 – 16.30 s.310 i 311		18.30 – 20.00 s.310 i 311		
GRUPA 8 9 – 13 lat			16.45 – 18.15 s.310 i 311		15.00 – 16.30 s.310 i 311	
GRUPA 9 9 – 13 lat	15.00-16.30 s.310 i 311		18.30 – 20.00 s.310 i 311			

BATIK i MALOWANIE NA SZKLE**Instruktor Eliza Cicha**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 19 lat Grupa 10 Początkująca średnio zaawansowana (12 osób w grupie)	· Zainteresowanie rysowaniem i malowaniem. · Chęć poznania oryginalnej techniki malarskiej. Sprawdzian: wykonanie rysunku konturem na zadany temat	Uczestnicy poznają technikę polegającą na nanoszeniu wosku i farbowaniu tkanin zbliżoną do tradycyjnego batiku indonezyjskiego. Okazjonalnie zajęcia urozmaicane są malowaniem na szkle. Powstają unikatowe prace malarskie i małe formy użytkowe. EFEKTY: · Zajęcia kształcą wyobraźnię plastyczną, uczą harmonijnego doboru barw, komponowania obrazu na płaszczyźnie i w przestrzeni.

Eliza Cicha ecicha@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 10 10 – 19 lat					17.00 – 19.15 s. 127	

ART CRAFT**Instruktor Dorota Możejko – Retmانيak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 19 lat Grupa 1 średnio zaawansowana (16 – 18 osób w grupie)	Chęć uczestniczenia w zajęciach. Sprawdzian: Wykonanie kreatywnej pracy	Uczestnicy rozwijają zdolności artystyczne i manualne. Rozwijają swoją pasję przez wykonywanie elementów stroju, rzeczy użytkowych i praktycznych. Uczą się podstawowych technik szycia w ręku i na maszynie. Wykonują zabawki na szydełku lub drutach z uwzględnieniem proporcji i charakteru przedmiotu. Projektują biżuterię z koralików i innych materiałów dostępnych w pracowni. EFEKTY: Uczestnicy potrafią zaprojektować i wykonać biżuterię z koralików i nie tylko, przedmioty dekoracyjne, płaskie i przestrzenne formy plastyczne z różnych materiałów. Potrafią posługiwać się igłą i nitką szyjąc różne formy użytkowe i dekoracyjne. Potrafią szyć na maszynie, Projektować proste hafty, opanowują rozmaite wzory na szydełku i drutach.

Dorota Możejko- Retmانيak dmozejko@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 średnio zaawansowana 14 – 16 lat		17.30 - 19.45 s. 304				

MALARSTWO		Instruktorzy Robert Jankowski, Saida Siczek
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 9 lat Grupy 1, 2, 3, 7 średnio zaawansowane (16 – 20 osób w grupie)	Zainteresowanie sztuką działaniami twórczymi związanymi z rysowaniem i malowaniem. Spostrzegawczość. Sprawdzian rysunkowy: wykonanie kreatywnej pracy.	Uczestnicy poznają takie techniki jak: malarstwo akrylem, temperą, gwaszem, akwarelą, pastelami olejnymi. Malują i rysują z wyobraźni na tematy związane z przeżyciami, przyrodą, postaciami ludzi i zwierząt. Uczą się kompozycji i kolorystyki. EFEKTY: Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi ogólnego charakteru malowanych i rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń, oraz własna ich interpretacja. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych.
10 – 16 lat Grupy 4, 5, 9 średnio zaawansowane (16 – 20 osób w grupie) 10 – 16 lat Grupy 10, 11 średnio zaawansowane (16 – 20 osób w grupie)	Zainteresowanie sztuką, działaniami twórczymi związanymi z rysowaniem i malowaniem. Umiejętność obserwacji, spostrzegawczość, kreatywność, wyobraźnia twórcza. Sprawdzian rysunkowy: wykonanie kreatywnej pracy.	Uczestnicy poznają takie techniki jak: malarstwo akrylem, temperą, gwaszem, akwarelą, pastelami olejnymi i suchymi. Malują głównie z wyobraźni, robią szkice z natury, martwą naturę, pejzaż. Swobodnie przedstawiają plamą barwną i kreską postaci ludzi i zwierząt. Dla pobudzenia wyobraźni prowadzone są rozmowy o sztuce, wycieczki do muzeów. EFEKTY: Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi ogólnego charakteru malowanych i rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń, oraz własna ich interpretacja. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych.
15 – 19 lat Grupa 6	Zainteresowanie sztuką, działaniami twórczymi związanymi z rysowaniem i malowaniem.	Uczestnicy zajęć wykonują prace malarskie na zadany temat, przygotowują się do rekrutacji na uczelnie artystyczne (ASP) i do szkół plastycznych. Doskonałą umiejętności i warsztat twórczy. Praca na zajęciach obejmuje szerokie spektrum działań, poprzez szkice, rysunki i malarstwo (martwa natura, postać, portret, pejzaż) z obserwacji, wyobraźni, rozmowy i wykłady

13 – 19 lat Grupa 8 średnio zaawansowana (16 – 20 osób w grupie)	Umiejętność obserwacji, spostrzegawczość i kreatywność, wyobraźnia twórcza. Sprawdzian rysunkowy: wykonanie kreatywnej pracy.	na temat historii sztuki, wyjścia do galerii i muzeów. Stawiamy na śmiałą ekspozycję własnej twórczości oraz utrwalanie indywidualnych postaw artystycznych wśród młodych twórców. EFEKTY: Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi ogólnego charakteru malowanych i rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń, oraz własna ich interpretacja. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych.
---	---	--

Robert Jankowski rjankowski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 „Awangarda” 14 – 16 lat	15.00 – 16.30 s. 418			15.00 – 16.30 s. 418		
GRUPA 5 „Impresja” 14 – 16 lat		16.00 – 18.15 s. 418				
GRUPA 6 „Hiper” 15 – 19 lat			17.15 – 19.30 s. 418			

Saida Siczek ssiczek@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 7 średnio zaawansowana 7 – 9 lat		18.30 – 20.00 s. 305		16.00 – 17.30 s. 305		
GRUPA 8 średnio zaawansowana 13 – 19 lat			17.45 – 20.00 s.305			
GRUPA 9 średnio zaawansowana 10 – 15 lat				17.45 – 20.00 s. 305		
GRUPA 10 średnio zaawansowana 10 – 16 lat	16.45 – 18.15 s. 305		16.00 – 17.30 s. 305			
GRUPA 11 średnio zaawansowana 10 – 16 lat	18.30 – 20.00 s. 305				17.45-19.15 s. 305	

RYSUNEKInstruktorzy **Robert Jankowski, Dorota Możejko-Retmianiak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
8 – 19 lat Grupy 1, 2, 3,4 początkujące (16 – 20 osób w grupie)	Zainteresowanie sztuką, działaniami twórczymi związanymi z rysowaniem. Umiejętność obserwacji, spostrzegawczość, wyobraźnia twórcza. Sprawdzian rysunkowy: wykonanie kreatywnej pracy.	Uczestnicy uczą się rysować ołówkiem węglem, pastelami. Stosują kompozycję, światłocien, perspektywę, wykonując zróżnicowane prace i rozwijając swoje zdolności i artystyczną wyobraźnię, pod względem warsztatowym i tematycznym (martwa natura, pejzaż, postać na przykładach zdjęć, albumów, obserwacji rzeczywistości, własnej refleksji, pracy z natury). Uczestnicy zajęć wykonują prace rysunkowe na zadany temat, przygotowują się do rekrutacji na uczelnie artystyczne (ASP) i do szkół plastycznych. Doskonałą umiejętności i warsztat twórczy. EFEKTY: Umiejętność oddania różnymi technikami rysunkowymi ogólnego charakteru rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń oraz własna ich interpretacja.

Robert Jankowski rjankowski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 „Szkicownik” 15 – 19 lat			15.30-17.00 s. 418		15.30-17.00 s. 418	
GRUPA 1 “Akademia” 15 – 19 lat	16.45-18.15 s. 418			16.45-18.15 s. 418		

Dorota Możejko-Retmianiak dmozejko@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 3 początkująca rysunek z malarstwem 6 – 9 lat	15.30 - 17.00 s. 304		15.30 - 17.00 s. 304			
GRUPA 4 średnio zaawansowana rysunek z malarstwem 10 – 18 lat	17.15.- 18.45 s. 304		17.15 - 18.45 s. 304			
GRUPA 5 średnio zaawansowana rysunek z malarstwem 9 – 14 lat		15.00 - 17.15 s. 304				

GRAFIKA ARTYSTYCZNA

Instruktor **Magdalena Wójcicka**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 1 i 3 początkująca 9 – 14 lat Grupa 2 i 4 zaawansowana 13 – 19 lat (16 – 20 osób w grupie)	Zainteresowanie sztuką i działaniami twórczymi Zdolności manualne, dokładność, wrażliwość, cierpliwość, wyobraźnia twórcza, umiejętność obserwacji, zobrazowania uczuć i emocji, odczuwania form i kolorów. Sprawdzian rysunkowy: wykonanie kreatywnej pracy.	Uczestnicy poznają wiele technik graficznych i rysunkowych a także grafikę projektową. (m.in. linoryt, sucha igła, monotypia, kolografia, frotaż, tusz, marker, kredka, plakat, komiks, ilustracja, kolaż) Nauczą się podstaw rysunku, kompozycji, perspektywy, rozwiną swoje zdolności manualne i wyobraźnię. Będą realizować wiele ciekawych projektów artystycznych. EFEKTY: Umiejętność posługiwania się podstawowymi technikami i narzędziami graficznymi oraz tworzenia obrazów na różnych podłożach. Stosowanie wiedzy plastycznej do wyrażania własnych emocji i osiągnięcia zaplanowanego celu artystycznego. Umiejętność łączenia technik plastycznych, uwrażliwianie na formę, fakturę i kolor.

Magdalena Wójcicka mwojcicka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 9 – 14 lat			15.15-16.45 s. 330			
GRUPA 2 średnio zaawansowana 13 – 19 lat			17.00-18.30 s. 330			
GRUPA 3 początkująca 9 – 14 lat						10.00 – 11.30 s. 330
GRUPA 4 zaawansowana 13 – 19 lat						11.45 – 14.00 s. 330

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 1 początkująca 8 – 12 lat (16 – 20 osób w grupie)	Zainteresowanie sztuką plastyczną oraz chęć eksperymentowania z różnymi materiałami. Podstawowe zdolności manualne i umiejętności obsługi narzędzi plastycznych. Otwartość na nowe pomysły i kreatywność w tworzeniu. Sprawdzian: Wykonanie prostej pracy plastycznej, pokazującej pomysłowość i umiejętność pracy z papierem i kartonem.	Zajęcia stanowią wprowadzenie w świat sztuki plastycznej. W trakcie zajęć uczestnicy będą malować, rysować, tworzyć konstrukcje płaskie i przestrzenne, zabawki, modele, elementy dekoracyjne. Będą poznawać różne sposoby łączenia elementów z papieru, kartonu, tektury, a także materiałów recyklingowych, ucząc się technik takich jak origami, kirigami, quilling, pop-up, papier-mache i innych. EFEKTY: Uczestnicy będą rozwijać swoje zdolności artystyczne, doskonalić umiejętności manualne, uczyć się kreatywnego myślenia, rozwijać wyobraźnię przestrzenną.

Magdalena Wójcicka mwojcicka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 8 – 12 lat		15.15-16.45 s. 330				
GRUPA 2 początkująca 10 – 14 lat		17.00-18.30 s. 330				

FOTOGRAFIA		Instruktor Robert Dejtrowski
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 19 lat Grupy 1, 2, 3 początkujące (16 - 18 osób w grupie)	Zainteresowanie fotografią. Wyczucie kompozycji. Cierpliwość. Sprawdzian z podstawowych umiejętności kompozycyjnych.	Uczestnicy poznają podstawy klasycznej fotografii czarno-białej oraz fotografii cyfrowej. Samodzielnie wykonują zdjęcia, wywołują negatywy, sporządzają odbitki w ciemni. Poznają obsługę aparatów fotograficznych oraz podstawy pracy w programie Adobe Photoshop. Zajęcia odbywają się w formie wykładów i ćwiczeń w studio oraz ciemni negatywowej i pozytywowej. EFEKTY: Umiejętność wykonania poprawnych zdjęć analogowych czarno-białych i cyfrowych z uwzględnieniem zasad kompozycji. Umiejętności pracy w ciemni, w atelier oraz obróbki zdjęć Umiejętność realizacji samodzielnych projektów fotograficznych.

Robert Dejtrowski rdejtrowski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 12 – 19 lat		16.30 – 18.45 s. 328				
GRUPA 2 początkująca 11 – 19 lat			15.30 – 17.45 s. 328			
GRUPA 3 początkująca 12 – 19 lat				16.30 – 18.45 s. 328		

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 19 lat Grupy 4, 7, 8 początkujące 7 – 14 lat Grupy 5, 6 zaawansowane 13 – 19 lat	Zainteresowanie fotografią Cierpliwość i skupienie Kreatywność i otwartość na wiedzę Sprawdzian z podstawowej obsługi aparatu fotograficznego bądź aparatu w smartfonie.	· Uczestnik nauczy się jak pracować z modelem i zrobić mu zdjęcie · Jak zrobić dobre zdjęcie grupowe, relacje z wydarzenia, zdjęcie przedmiotu, produktu · Jak stworzyć zdjęcia na zadany temat, zaplanować całą koncepcję projektu · Pozna zasady kompozycji, estetyki, kadrowania, ekspozycji, barwy i światłocienia · Zajęcia w formie wykładów, prezentacji i ćwiczeń praktycznych. Należy przynosić aparat fotograficzny lub smartfon z dobrym aparatem EFEKTY: Umiejętność: · tworzenia zdjęć do mediów (do artykułów, postów, ulotek, plakatów) · myślenia koncepcyjnego i fotografowania produktu czy wydarzenia · pracy z modelem i wykonania mu poprawnych zdjęć wizerunkowych

Monika Płusa mplusa@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 początkująca 10 – 14 lat	15.00 – 17.15 s. 328					
GRUPA 5 zaawansowana 13 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 328					
GRUPA 6 zaawansowana 13 – 19 lat		16.00 – 18.15 s.				
GRUPA 7 początkująca 7 – 12 lat			15.00 – 16.30 s.			
GRUPA 8 początkująca 10 – 14 lat			16.45 – 18.15 s.			

PRZYGODA Z PLASTYKĄ Instruktor **Anna Rudowska**

Instruktor **Anna Rudowska**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 12 lat Grupa 1, 2, 3, 4, 5 początkujące (16 osób w grupie)	Zainteresowanie działaniami twórczymi związanymi z tworzeniem, rysowaniem, projektowaniem prac plastycznych. Sprawdzian rysunkowy: Wykonanie pracy pastelami olejnymi na zadany temat.	Rozwijanie wiedzy i umiejętności na podstawie informacji o sztukach plastycznych. Praca na podstawie sztuki świata. Przygotowanie do odbioru sztuki i uczestnictwa w życiu kulturalnym. Tworzenie prac artystycznych w różnorodnych technikach plastycznych - rysunek pastelami, kolaż z papieru i tkanin, tusz, gwasz, papieroplastyka płaska i przestrzenna. Kolory podstawowe i pochodne, bryła, linia, faktura, ruch i przestrzeń, kompozycja, podstawy perspektywy. EFEKTY: Swobodne posługiwanie się różnymi technikami plastycznymi. Rozwój twórczej wyobraźni i kreatywności. Uczestnicy biorą udział w wewnętrznych i zewnętrznych konkursach plastycznych i pałacowych przeglądach prac.

Anna Rudowska arudowska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 6 – 8 lat	16.00 – 17.30 s. 309		16.00 – 17.30 s. 309			
GRUPA 2 początkująca 9 – 12 lat	17.45 – 19.15 s. 309					
GRUPA 3 początkująca 6 – 8 lat		16.00 – 17.30 s. 309		16.00 – 17.30 s. 309		
GRUPA 4 początkująca 6 – 8 lat		17.45 – 19.15 s. 309		17.45 – 19.15 s. 309		
GRUPA 5 początkująca 9 – 12 lat					16.00 – 17.30 s. 309	

PRACOWNIA TAŃCA

TAŃCE ŚWIATA

Instruktor **Rafał Matysiak**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 18 lat Grupa początkująca / średnio zaawansowana (kontynuacja)	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy na wolne miejsca Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność powtórzenia elementów tanecznych za instruktorem.	Tańce pochodzące z różnych stron świata i z różnych kultur. Osadzenie ich w rzeczywistości geograficznej i kulturowej. Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. Udział w pokazach i imprezach tanecznych z udziałem rodzin. Wyjścia na wydarzenia związane z tematyką taneczną w kontekście kulturowym bądź etnicznym. Efekt zajęć: - ogólne roztańczenie; - zwiększenie świadomości tanecznej oraz wiedzy na temat różnorodnych form tanecznych; - ciekawość poznawcza oraz poszerzenie horyzontów; - znajomość podstaw innych kultur oraz charakterystycznych tańców; - otwarcie na innych ludzi, niezależnie od pochodzenia narodowego czy kulturowego.

Rafał Matysiak rmatysiak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
Tańce Świata 11 – 18 lat	18.30 - 20.00 sala 408					

TANIEC TOWARZYSKI

Instruktorzy Rafał Matysiak, Anna Piętka

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
12 – 19 lat Grupa 1 początkująca 12 – 19 lat Grupa 2 początkująca (kontynuacja)	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy na wolne miejsca Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność powtórzenia elementów tanecznych za instruktorem, dodatkowe punkty za znajomość tańców towarzyskich.	<u>Tańce standardowe</u>: Walc angielski, Tango, Walc Wiedeński, Quickstep. <u>Tańce latynoamerykańskie</u>: Samba, Cha Cha, Rumba, Jive. <u>Elementy</u> tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych. Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. Organizacja imprez tanecznych z udziałem rodzin. Efekt zajęć: • znajomość kroków i figur tanecznych; • znajomość podstawowej techniki tanecznej; • udział w choreografiach zespołowych; • prawidłowa postawa; • poprawa koordynacji ruchowej; • umiejętność występu przed publicznością; • większa pewność siebie.
12 – 19 lat Grupa 3 średnio zaawansowana 10 – 14 lat Grupa 6 średnio zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy na wolne miejsca Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność zatańczenia w rytmie prostych choreografii Samby, Cha Cha, Jive'a, Walca Angielskiego i Walca Wiedeńskiego	<u>Tańce standardowe</u>: Walc angielski, Tango, Walc Wiedeński, Quickstep. <u>Tańce latynoamerykańskie</u>: Samba, Cha Cha, Rumba, Jive. <u>Elementy</u> tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych, elementów gimnastycznych. Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. Udział w pokazach w Pałacu i na zewnątrz. Organizacja imprez tanecznych z udziałem rodzin. Efekt zajęć: • znajomość nowych kroków i figur tanecznych; • znajomość techniki tanecznej;

		• znajomość zasad tańca pokazowego; • umiejętność występu przed publicznością; • umiejętność prowadzenia w parze.
--	--	---

12 – 19 lat Grupa 4 zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy na wolne miejsca Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność zatańczenia w rytmie prostych choreografii Samby, Cha Cha, Rumby, Jive'a, Walca Angielskiego, Walca Wiedeńskiego, Tango i Quickstepa; pewność siebie podczas prezentacji.	<u>Tańce standardowe:</u> Walc angielski, Tango, Walc Wiedeński, Slowfox, Quickstep. <u>Tańce latynoamerykańskie:</u> Samba, Cha Cha, Rumba, Paso doble, Jive. <u>Elementy</u> tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych, kontakt improwizacji, elementów gimnastycznych. Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. Udział w pokazach w Pałacu i na zewnątrz. Organizacja imprez tanecznych z udziałem rodzin. Efekt zajęć: • znajomość nowych kroków i rozbudowanych figur tanecznych; • znajomość zaawansowanej techniki tanecznej; • znajomość zasad tańca pokazowego; • umiejętność zaprezentowania się przed publicznością w grupie oraz indywidualnie; • umiejętność prowadzenia w parze; • rozwój świadomości ciała; - rozwój świadomości tanecznej; - znajomość różnych form tanecznych;
7 – 10 lat Grupa 5 podstawowa (kontynuująca)	Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność powtórzenia elementów tanecznych za instruktorem. Umiejętność zatańczenia podstawowych kroków	<u>Tańce standardowe:</u> Walc angielski, Tango, Walc Wiedeński, Quickstep. <u>Tańce latynoamerykańskie:</u> Samba, Cha Cha, Rumba, Jive. Kroki i figury taneczne; podstawowa technika taneczna; tworzenie choreografii zespołowych i indywidualnych daje materiał na liczne pokazy, w których uczestnicy biorą udział. Elementy tańców grupowych i charakterystycznych powodują, że nasze układy różnią się od innych.

	tanecznych Samby, Cha Cha, Rumba, Jive'a, Walca Angielskiego i Walca Wiedeńskiego, Quickstep, Tango.	Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. Organizacja imprez tanecznych z udziałem rodzin. EFEKTY: • Opanowanie choreografii z tańców towarzyskich w parze i choreografii grupowych. • Rozwinięcie zamiłowania do tańca. • Rozwinięcie świadomości ciała i koordynacji ruchowej. • Wystąpienia na pokazach i reprezentowanie Pałacu Młodzieży.
10 – 15 lat Grupa 6 średnio zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy na wolne miejsca Wymagania: Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, umiejętność zatańczenia w rytmie prostych choreografii Samby, Cha Cha, Rumba, Jive'a, Walca Angielskiego i Walca Wiedeńskiego, Tango, Quickstep.	<u>Tańce standardowe:</u> Walc angielski, Tango, Walc Wiedeński, Quickstep. <u>Tańce latynoamerykańskie:</u> Samba, Cha Cha, Rumba, Jive. Nowe kroki i figury, doskonalenie techniki tanecznej i poszerzanie repertuaru tanecznego sprawiają, że na zajęciach nigdy nie jest nudno. Tworzenie nowych choreografii zespołowych i indywidualnych daje materiał na liczne pokazy, w których uczestnicy biorą udział. Elementy tańców grupowych i charakterystycznych powodują, że nasze układy różnią się od innych. Udział w okazjonalnych warsztatach z różnych form tanecznych. EFEKTY: • Opanowanie choreografii z tańców towarzyskich w parze i choreografii grupowych. • Rozwinięcie zamiłowania do tańca. • Rozwinięcie świadomości ciała i koordynacji ruchowej. • Wystąpienia na pokazach i reprezentowanie Pałacu Młodzieży.

Rafał Matysiak rmatysiak@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 12 – 19 lat				18.30 - 20.00 sala 412		
GRUPA 2 początkująca 12 – 19 lat		18.30 - 20.00 sala 317		16.45 - 18.15 sala 412		
GRUPA 3 średnio zaawansowana 12 – 19 lat			16.00-17.30 sala 412		18.30 - 20.00 sala 317	
GRUPA 4 zaawansowana 12 – 19 lat			17.45 - 20.00 sala 412		16.00 - 18.15 sala 412	

Anna Piętka apietka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 początkująca 7 – 10 lat			15.00 - 15.45 sala 317		17.30 - 18.15 sala 408	
GRUPA 6 średnio zaawansowana 10 – 15 lat					18.30 - 20.00 sala 412	

TANIEC LATINO SOLO

Instruktor **Anna Piętka**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
12 – 19 lat Grupa średnio zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Sprawdzian ruchowy. Poczucie rytmu, koordynacja ruchowa, zapamiętywanie sekwencji ruchowych, odtwarzanie prezentowanego ruchu. Znajomość podstawowych kroków tanecznych z tańców latynoamerykańskich.	W repertuarze m.in.: Samba, Cha Cha, Rumba, Jive, Salsa, Mambo, Bachata itp. Tworzenie i nauka choreografii tanecznych. Rozwijanie koordynacji ruchowej i orientacji przestrzennej, ćwiczenia rytmiczno-taneczne, kształtowanie sylwetki. Praca w grupie i rozwijanie wszechstronności u młodych tancerek. Praca nad synchronizacją w grupie i przygotowaniem się do występów na scenie. EFEKTY: • Opanowanie choreografii grupowych. • Rozwinięcie zamiłowania do tańca. • Rozwinięcie świadomości ciała i koordynacji ruchowej. • Wystąpienia na pokazach i reprezentowanie Pałacu Młodzieży.

Anna Piętka apietka@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
Latino Solo średnio zaawansowana 12 – 19 lat			16.00 - 18.15 sala 317			

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 10 lat Grupa 1 początkująca (kontynuacja)	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Grupa kontynuująca zajęcia, dla nowych uczestników – sprawdzian ruchowy. Wymagania: poczucie rytmu, sprawność ruchowa, odwzorowanie i zapamiętanie prezentowanego ruchu.	W grupie początkującej uczestnicy poznają technikę tańca jazzowego, a także elementy folkloru inspirowane muzyką z różnych części świata. Na zajęciach doskonalimy gibkość ciała, skoczność, koordynację ruchowo-przestrzenną. Rozwijamy równowagę, elastyczność i siłę. Uczymy się poprawnej postawy, pozycji rąk i stóp, podstawowych figur przestrzennych i interpretowania muzyki ruchem. Stawiamy na pracę w grupie i współdziałanie z innymi. Uczymy się otwartości i wszechstronności. EFEKTY: • Roztańczenie uczestników i kształcenie poczucia rytmu. • Rozwinięcie takich cech motorycznych jak: gibkość, koordynacja ruchowa, równowaga, siła i wytrzymałość. • Nauka choreografii i umiejętność zaprezentowania jej przed publicznością.
9 – 13 lat Grupa 2 średnio zaawansowana (kontynuacja)	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Grupa kontynuująca zajęcia, dla nowych uczestników – sprawdzian ruchowy. Wymagania: sprawność ruchowa, gibkość, orientacja w przestrzeni, koordynacja ruchowo-przestrzenna, odwzorowanie i zapamiętanie prezentowanego ruchu, doświadczenie taneczne.	W grupie średnio zaawansowanej uczestnicy rozwijają umiejętności w zakresie techniki tańca jazzowego, klasycznego, modern oraz charakterystycznego z różnych części świata. Na zajęciach stawiamy na wszechstronny rozwój, dlatego w treningu tanecznym są ćwiczenia uelastyczniające, równoważne, wzmacniające oraz elementy gimnastyczne. Doskonalimy również wyobraźnię ruchowo – przestrzenną i interpretowanie muzyki ruchem. Ważna jest dla nas zarówno praca w grupie, jak i współdziałanie w partnerowaniach. Pracujemy nad synchronizacją i przygotowujemy się do występów na scenie. EFEKTY: • Doskonalenie ogólnej sprawności fizycznej, gibkości ciała, wytrzymałości, dynamiki ruchu, równowagi, koordynacji ruchowo – przestrzennej. • Rozwijanie pamięci ruchowej i wyrazu scenicznego. • Kształcenie wyobraźni ruchowej i opowiadania historii tańcem. • Nauka współdziałania w grupie i pracy na wspólny sukces. • Nauka kilku choreografii i umiejętność zaprezentowania swoich umiejętności przed publicznością podczas pokazu.

		• Możliwość brania udziału w warsztatach tanecznych i dodatkowych zajęciach doskonalących umiejętności.
11 – 19 lat Grupy zaawansowane (kontynuacja) zespół MINI FOLK zespół NEW FOLK	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Grupa kontynuująca zajęcia, dla nowych uczestników – sprawdzian ruchowy. Wymagania: wysoka sprawność ruchowa, gibkość, orientacja w przestrzeni, koordynacja ruchowo-przestrzenna, odwzorowanie i zapamiętanie prezentowanego ruchu, znajomość techniki tańca jazzowego, klasycznego i ludowego, doświadczenie taneczne.	Na zajęciach łączymy różne style i techniki taneczne (podstawą pracy jest modern jazz wraz z tańcem ludowym, wzbogacony o elementy klasyki). Uczestnicy rozwijają świadomą pracę ze swoim ciałem, dojrzałość emocjonalną i wyraz sceniczny. Z powodzeniem uczą się kilku choreografii w ciągu roku szkolnego, a także tworząc spektakle i widowiska taneczne. Grupy reprezentują Pałac Młodzieży na konkursach, przeglądach i festiwalach regionalnych, ogólnopolskich oraz międzynarodowych. Biorą udział w warsztatach tanecznych i dodatkowych zajęciach doskonalących ich umiejętności, a także uczestniczą w obozach tanecznych, zimowiskach i projektach wyjazdowych. EFEKTY: • Rozwinięcie umiejętności tańca na zaawansowanym poziomie zaawansowania. • Doskonalenie ogólnej sprawności fizycznej, gibkości ciała, wytrzymałości, dynamiki ruchu, równowagi, siły, koordynacji ruchowo – przestrzennej i pamięci ruchowej. • Uczestnicy z otwartością uczą się nowych rzeczy, poznają kolejne techniki taneczne oraz z łatwością zapamiętują kilka choreografii. • Z sukcesami reprezentują Pałac Młodzieży w zmaganiach konkursowych.

Anna Gilla-Małuj agilla@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 7 – 10 lat				16.45 - 18.15 sala 317		
GRUPA 2 średnio zaawansowana 9 – 13 lat		16.45 - 18.15 sala 317			16.00 - 17.30 sala 419	
Mini Folk zaawansowana 11 – 16 lat	16.00 - 18.15 sala 419				17.45 – 20.00 sala 419	
New Folk zaawansowana 15 – 19 lat	18.30 - 20.00 sala 419			18.30 - 20.00 sala 317		

TANIEC JAZZOWY

Instruktor Anna Kepal

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
7 – 10 lat Grupa 1 początkująca	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Dla nowych uczestników sprawdzian. Wymagania: · poczucie rytmu · gibkość ciała · koordynacja i pamięć ruchowa · orientacja przestrzenna	· Podstawy tańca jazzowego, nowoczesnego i modern. · Praca nad wyobraźnią ruchowo-przestrzenną oraz pamięcią ruchową. · Trening przygotowania motorycznego tancerza – kształtowanie siły, wytrzymałości, gibkości, koordynacji ruchowej, a także prawidłowej postawy i stabilizacji. · Praca nad wyrazem artystycznym. Nauka improwizacji tanecznej i interpretacji ruchu oraz utworu muzycznego. · Dbanie o przekaz emocjonalny i siłę wyrazu poparte wysoką jakością ruchu. · Nauka współpracy w grupie. · Kształtowanie właściwych postawy wobec zdrowia. EFEKTY: · Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności związanych z tańcem. · Rozwinięcie zamiłowania do tańca. Rozwinięcie pożądanых cech motorycznych (zwinność, szybkość, równowaga, gibkość, siła, koordynacja).

Anna Kepal akepal@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 7 – 10 lat				15.00 - 16.30 sala 317		

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
11 – 16 lat Grupa 2 początkująca /średnio zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Dla nowych uczestników sprawdzian. Wymagania: · poczucie rytmu, · gibkość ciała, · koordynacja i pamięć ruchowa, · orientacja przestrzenna.	· Podstawy tańca jazzowego, klasycznego i modern. · Praca nad wyobraźnią ruchowo-przestrzenną oraz pamięcią ruchową. Ćwiczenia na wzmacnianie ciała, pogłębianie gibkości, równowagi, siły i motoryki. · Nauka współpracy w grupie. · Kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia. · Przygotowanie do pokazów tanecznych. · Możliwość udziału w obozach tanecznych. EFEKTY: · opanowanie podstaw teoretycznych i praktycznych z tańca jazzowego oraz stylów pokrewnych, · rozwinięcie zamiłowania do tańca, · rozwinięcie świadomości ciała oraz pamięci, rozwinięcie pożądanых cech motorycznych (zwinność, szybkość, równowaga, gibkość, siła, koordynacja).
7 – 12 lat Grupa zaawansowana MINI MIRAGE 11 – 16 lat Grupa zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Dla nowych uczestników sprawdzian. Wymagania: · poczucie rytmu, · gibkość ciała, · koordynacja i pamięć ruchowa,	· Elementy tańca jazzowego, klasycznego, modern i contemporary. · Podstawy akrobatyki. · Praca nad wyobraźnią ruchowo-przestrzenną oraz pamięcią ruchową. · Pogłębianie gibkości, równowagi, siły i motoryki. · Praca nad wyrazem artystycznym. · Dbanie o przekaz emocjonalny i siłę wyrazu poparte wysoką jakością ruchu. · Rozwój w kierunku pokazów solo i w duecie. · Nauka współpracy w grupie. · Kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia. · Praca nad umiejętnością radzenia sobie w sytuacjach trudnych i stresowych.

MIRAGE JUNIOR	· orientacja przestrzenna, · podstawowa terminologia tańca jazzowego i tańca klasycznego, · doświadczenie taneczne, · wyraz artystyczny.	· Przygotowanie do pokazów, udziału w zawodach tanecznych. · Możliwość udziału w obozach tanecznych i zgrupowaniach śródrocznych. EFEKTY: · opanowanie podstaw teoretycznych i praktycznych z tańca jazzowego i stylów pokrewnych, · opanowanie zaawansowanych choreografii grupowych, · rozwinięcie zamiłowania do tańca, · rozwinięcie świadomości ciała i pożądaných cech motorycznych (zwinność, szybkość, równowaga, gibkość, siła, koordynacja), · wystąpienia publiczne, pokazy, · reprezentowanie Pałacu Młodzieży na zawodach tanecznych.
13 – 19 lat Grupa zaawansowana (mistrzowska) MIRAGE	Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Dla nowych uczestników sprawdzian. Wymagania: · poczucie rytmu, · gibkość ciała, · koordynacja i pamięć ruchowa, · orientacja przestrzenna, · podstawowa terminologia tańca jazzowego i tańca klasycznego, · doświadczenie taneczne, · wyraz artystyczny. A także: · zainteresowanie sztuką, działaniami twórczymi	· Elementy tańca jazzowego, klasycznego, modern i contemporary. · Podstawy akrobatyki. · Praca nad wyobraźnią ruchowo-przestrzenną oraz pamięcią ruchową. · Pogłębianie gibkości, równowagi, siły i motoryki. · Praca nad wyrazem artystycznym. · Dbanie o przekaz emocjonalny i siłę wyrazu poparte wysoką jakością ruchu. · Rozwój w kierunku pokazów solo i w duecie. · Nauka współpracy w grupie. · Kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia. · Praca nad umiejętnością radzenia sobie w sytuacjach trudnych i stresowych. · Przygotowanie do pokazów, udziału w zawodach tanecznych. · Możliwość udziału w obozach tanecznych i zgrupowaniach śródrocznych. EFEKTY: · opanowanie podstaw teoretycznych i praktycznych z tańca jazzowego, klasycznego i stylów pokrewnych, · opanowanie zaawansowanych choreografii grupowych, · rozwinięcie zamiłowania do tańca,

	związanymi z tańcem, · umiejętność obserwacji, spostrzegawczość, wyobraźnia twórcza.	· rozwinięcie świadomości ciała i pożądanых cech motorycznych (zwinność, szybkość, równowaga, gibkość, siła, koordynacja), · wystąpienia publiczne, pokazy, · reprezentowanie Pałacu Młodzieży na zawodach tanecznych.
--	---	--

Anna Bajer abajer@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 2 początkująca / średnio zaawansowana 11 – 16 lat		17:45-20:00 sala 412				
MINI MIRAGE zaawansowana 7 – 12 lat	16:45-18:15 sala 317		16:00-17:30 sala 419			
MIRAGE JUNIOR zaawansowana 12 – 16 lat		16:00-17:30 sala 419		16:00-17:30 sala 419		
MIRAGE mistrzowska 13 – 19 lat	18:30-20:00 sala 317			17:45-20:00 sala 419		

TANIEC KLASYCZNY (BALET)

Instruktor Beata Staniek

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 9 lat Grupa 1 początkująca (kontynuacja) 11 – 15 lat Grupa 2 początkująca (kontynuacja) 9 – 13 lat Grupa 3 początkująca (kontynuacja)	- Brak przeciwwskazań zdrowotnych, - Sprawdzian ruchowy, - Koordynacja ruchowa, - Poczucie rytmu, - Gibkość, rozciągnięcie ciała, - Umiejętność odtwarzania krótkich sekwencji rytmiczno-tanecznych, - Pracowitość i chęć współpracy w grupie.	Nauka podstaw tańca klasycznego- ćwiczenia przy drążku oraz na środku sali. Na zajęciach praca nad wzmocnieniem, uelastycznieniem, rozciągnięciem ciała. Zapoznanie z podstawowymi pozycjami nóg i rąk. Nauka podstawowych ćwiczeń baletowych oraz pas. Wzmacnianie poczucia rytmu. Podstawowe nazewnictwo obowiązujące w tańcu klasycznym. Praca nad poprawną sylwetką. Efekty: - Nabywanie koordynacji ruchowej oraz gracji w poruszaniu się. - Zaznajamianie z estetyką tańca klasycznego. - Dyscyplina w poruszaniu oraz zachowaniu. - Rozwijanie wrażliwości muzycznej. - Praca nad choreografiami baletowymi, występy na terenie Pałacu Młodzieży.
15 – 19 lat Grupa 4 zaawansowana Grupa baletowa „NOVA”	- Brak przeciwwskazań zdrowotnych, - Koordynacja ruchowa, - Poczucie rytmu, - Gibkość i rozciągnięcie ciała, - Umiejętność odtwarzania krótkich sekwencji rytmiczno-tanecznych, - Pracowitość i współpraca w grupie, - Chęć prezentowania swoich umiejętności .	Rozwijanie umiejętności z zakresu tańca klasycznego- ćwiczenia przy drążku oraz na środku sali , ćwiczenia po przekątnej. Praca nad wzmocnieniem, uelastycznieniem, rozciągnięciem ciała. Poszerzenie nazewnictwa obowiązującego w tańcu klasycznym. Wzmacnianie poczucia rytmu. Praca nad poprawną sylwetką. Efekty: - Nabywanie gracji w poruszaniu się oraz koordynacji ruchowej. - Zaznajamianie z estetyką tańca klasycznego. - Dyscyplina w poruszaniu oraz zachowaniu. - Rozwijanie pamięci ruchowej oraz współpracy w grupie. - Kształtowanie wrażliwości na piękno i muzykę - Udział w wydarzeniach Pałacu Młodzieży. - Występy w festiwalach oraz turniejach tanecznych. - Praca nad klasycznym repertuarem baletowym. - Nauka wariacji baletowych

Beata Staniek bstaniek@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 6 – 9 lat					15:00-16:30 sala 317	
GRUPA 2 początkująca 11 – 15 lat					16:45-18:15 sala 317	
GRUPA 3 średnio zaawansowana 9 – 12 lat						11:30-13:00 sala 419
GRUPA 4 zaawansowana 15 – 19 lat			17:45-20:00 sala 419			9:00-11:15 sala 419

TANIEC WSPÓŁCZESNY

Instruktor **Wojciech Kałuża**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Grupa 1 (12 – 15 lat) Grupa 2 (15 – 19 lat) początkujące (kontynuacja / nowy nabór)	-Brak przeciwwskazań zdrowotnych. -Sprawność ruchowa, - orientacja przestrzenna, - poczucie rytmu, - koordynacja ruchowa, -zapamiętywanie sekwencji ruchowych, -odtworzenie prezentowanego ruchu.	Nauka techniki tańca współczesnego, podstaw tańca klasycznego, improwizacji ruchowej, elementów tańca fizycznego. Praca nad gibkością, elastycznością ciała, koordynacją ruchową i siłą, prawidłową postawą ciała oraz efektywnością i wydajnością ruchu. Wiedza i umiejętności przekazywane na zajęciach są zgodnie z teorią twórców i reformatorów techniki tańca współczesnego. Efekty: - poznanie techniki i charakterystyki tańca współczesnego, - ogólne roztańczenie uczestników, polepszenie ich sprawności ruchowej oraz zainteresowanie tańcem, jako formą aktywności fizycznej, - doskonalenie umiejętności pracy w grupie, - poprawna postawa ciała i ogólne wzmocnienie mięśni, - rozwój wrażliwości artystycznej poprzez sztukę taneczną.

Wojciech Kałuża wkaluza@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 12 – 15 lat		16.00 - 17.30 sala 412				
GRUPA 2 początkująca 15 – 19 lat	18.15 - 19.45 sala 412					

TANIEC WSPÓŁCZESNY		Instruktor Wojciech Kałuża				
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty				
Grupa 3 (15 – 19 lat) średnio zaawansowana / zaawansowana (kontynuacja)	-Brak przeciwwskazań zdrowotnych. -Sprawność ruchowa. -Orientacja przestrzenna. -Poczucie rytmu. -Koordynacja ruchowa. -Zapamiętywanie sekwencji ruchowych. -Odtwarzanie prezentowanego ruchu. -Znajomość podstawowych i średnio-zaawansowanych elementów techniki tańca współczesnego. -Ponadprzeciętna kondycja fizyczna.	Nauka zaawansowanej techniki tańca współczesnego, podstaw tańca klasycznego, improwizacji ruchowej, elementów tańca fizycznego, dramaturgii ruchu i choreografii. Praca nad gibkością, elastycznością ciała, koordynacją ruchową i siłą, prawidłową postawą ciała oraz efektywnością i wydajnością ruchu. Tworzenie długich struktur choreograficznych. Poznanie zasad kompozycji tanecznej i choreografii. Wiedza i umiejętności przekazywane na zajęciach są zgodnie z teorią twórców i reformatorów techniki tańca współczesnego. Efekty: -poznanie techniki i charakterystyki tańca współczesnego, różnych metod tworzenia choreografii i ruchowych form teatru fizycznego. -zapoznanie z podstawowymi elementami kompozycji i dramaturgii ruchu. -doskonalenie umiejętności pracy w grupie, -znajomość szerokiego zakresu zaawansowanych elementów technicznych tańca współczesnego, -samodzielne tworzenie małych form ruchowych i tanecznych, -wzmocnienie szkieletu mięśniowego i kondycji fizycznej, -zdobywanie doświadczeń występów scenicznych, -rozwój wrażliwości artystycznej poprzez sztukę taneczną. -umiejętność samodzielnego tworzenia sekwencji tanecznych.				
Wojciech Kałuża wkaluza@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 3 zaawansowana 15 – 19 lat		17.45 - 20.00 sala 419				

TANIEC WSPÓŁCZESNY - TEATR TAŃCA

Instruktor **Wojciech Kałuża**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
Teatr Tańca (13 – 19 lat) początkująca	-Brak przeciwwskazań zdrowotnych. -Sprawność ruchowa. -Orientacja przestrzenna. -Poczucie rytmu. -Koordynacja ruchowa. -Zapamiętywanie sekwencji ruchowych. -Odtwarzanie prezentowanego ruchu. -Znajomość podstawowych elementów techniki tańca współczesnego. -Rozwinięta kondycja fizyczna. -Zainteresowanie sztuką i twórczością teatralną. -Otwartość na łączenie wielu dziedzin sztuki w ramach jednych zajęć.	Zajęcia łączące naukę różnych form ekspresji scenicznej, gdzie ruch/ taniec jest sztuką dominującą. Nauka techniki tańca współczesnego, improwizacji ruchowej, tańca fizycznego, dramaturgii ruchu i choreografii. Praca nad gibkością, elastycznością ciała, koordynacją ruchową i siłą, prawidłową postawą ciała oraz efektywnością i wydajnością ruchu. Praca z tekstem, który towarzyszy na scenie sekwencjom ruchowym (interpretacja emocjonalna, artykulacja i impostacja głosu). Poznanie zasad kompozycji tanecznej i choreografii. Tworzenie krótkich form teatralnych, które łączą w sobie zagadnienia teatru dramatycznego i teatru tańca. Efekty: -poznanie techniki i charakterystyki tańca współczesnego, różnych metod tworzenia choreografii i ruchowych form teatru fizycznego. -zapoznanie z podstawowymi elementami kompozycji i dramaturgii ruchu. -doskonalenie umiejętności pracy w grupie, -znajomość szerokiego zakresu elementów technicznych tańca współczesnego, -samodzielne tworzenie małych form ruchowych i tanecznych, -wzmocnienie szkieletu mięśniowego i kondycji fizycznej, -zdobywanie doświadczeń występów scenicznych, -poznanie technik pracy z tekstem, -rozwój wrażliwości artystycznej poprzez sztukę taneczną.

Wojciech Kałuża wkaluza@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
Teatr Tańca początkująca 13 – 19 lat	15.45 - 18.00 sala 412					

PRACOWNIA TEATRU

KIERUNEK BROADWAY – MAŁE MUSICALE

Instruktorzy **Magdalena Ciechańska**
Weronika Michałowicz
Piotr Paszkiewicz

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
10 – 18 lat Grupa 1 (10 - 13 lat) taneczna podstawowa Grupa 2 (11 - 14 lat) teatralna średnio zaawansowana Grupa 3 (14 - 18 lat) taneczna zaawansowana Grupa 4 (13 - 18 lat) teatralna zaawansowana	Brak przeciwwskazań zdrowotnych! Rozmowa kwalifikacyjna jasne wyrażanie myśli, mówienie w sposób przekonujący o sobie i swoich zainteresowaniach, badanie predyspozycji aktorskich: poprawność wymowy i interpretacja dowolnego wiersza, badanie predyspozycji wokalnych: zaśpiewanie dowolnej piosenki musicalowej w języku polskim, powtarzanie głosem dźwięków i wyklaskanie rytmu; · badanie predyspozycji ruchowych: koordynacja muzyczno-ruchowa, skoczność, poczucie rytmu, gibkość, sprawdzenie pamięci ruchowej przez zapamiętanie kroków układu choreograficznego. · Do zespołu – w pierwszej kolejności przyjmowani są uczestnicy zajęć musicalowych – wymagana znajomość podstaw techniki tańca i ćwiczeń na przekątną.	Innowacja pedagogiczna KIERUNEK BROADWAY ułatwia znalezienie miejsca do własnego rozwoju w zależności od wieku, umiejętności tanecznych czy teatralno-wokalnych. MAŁE MUSICALE interdyscyplinarny program edukacyjny W programie zajęć: TEATR - podstawowe zadania aktorskie - tekst - głos – ruch, praca nad dykcją i emisją głosu, analiza i interpretacja tekstów, MUZYKA – nauka i podnoszenie umiejętności wokalnych, nauka prawidłowego i świadomego oddechu podczas śpiewu w ruchu, TANIEC – kształtowanie sylwetki, ruch sceniczny, poprawienie koordynacji ruchowej, dynamiki ruchu, nauka podstaw techniki tańca: jazz, musical jazz, tworzenie choreografii do przedstawienia, ruch charakterystyczny dla danej roli. Dzięki połączeniu w/w dziedzin powstają barwne widowiska kostiumowe. EFEKTY: Grupy musicalowe zazwyczaj realizują widowisko oparte o fragmenty z różnych musicali, tak aby poznać jak najwięcej materiału muzycznego i tanecznego, zaś zespół pracuje nad jednym tytułem. Grupy prezentują się w PM, zespół także poza placówką, oraz bierze udział w festiwalach twórczości artystycznej dzieci i młodzieży.

Magdalena Ciechańska mciechanska@pm.waw.pl Piotr Paszkiewicz ppasziewicz@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 Małe Musicale 10 – 14 lat		16.00 – 17.30 sala 408		16.00 – 17.30 sala 407		
GRUPA 2 Małe Musicale 11 – 14 lat		16.00 – 17.30 sala 407		16.00 – 17.30 sala 408		
GRUPA 3 Małe Musicale od 14 lat		17.45 – 20.00 sala 408		17.45 – 20.00 sala 407		
GRUPA 4 Małe Musicale od 13 lat		17.45 – 20.00 sala 407		17.45 – 20.00 sala 408		

KIERUNEK BROADWAY – BROADWAY DANCE

Instruktor **Magdalena Jelonek**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 13 lat Grupa 5 (taneczna podstawowa)	Brak przeciwwskazań zdrowotnych! Systematyczność, zaangażowanie. × Rozmowa kwalifikacyjna <u>Wymagania do grupy:</u> poczucie rytmu, gibkość ciała, koordynacja ruchowa, doświadczenie taneczne, zapamiętanie i zaprezentowanie nauczanej sekwencji ruchowej, nauka fragmentu choreografii i jej prezentacja, prezentacja podstawowych umiejętności akrobatycznych (dodatkowo)	Innowacja pedagogiczna KIERUNEK BROADWAY ułatwia znalezienie miejsca do własnego rozwoju w zależności od wieku, umiejętności tanecznych czy teatralno-wokalnych. BROADWAY DANCE Taniec broadway jazz jest często połączeniem wielu stylów tanecznych. W związku z tym uczestnicy mają możliwość poznania różnorodności tańca. Grupa rozwija umiejętności w zakresie technik tańca: jazz, musical jazz, podstawy tańca klasycznego, poznaje technikę tańca współczesnego i elementów jego historii, hip-hopu, tańca nowoczesnego. Doskonalenie ogólnej sprawności fizycznej, gibkości, siły i motoryki. Praca nad dynamiką ruchu, pamięcią ruchową i wyrazem artystycznym. EFEKTY: Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności związanych z tańcem, rozwijanie zamiłowania do tańca. Prezentacje publiczne w placówce, z czasem na konkursach i festiwalach tańca. Udział w przedstawieniach Małych Musicali.

Magdalena Jelonek mjelonek@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 5 Broadway Dance podstawowa 9 – 13 lat				15.00 - 16.30 sala 412		

"Teatr uczy nas żyć, życie nas uczy udawać"

Na zajęciach teatralnych odkrywamy swój wewnętrzny potencjał do artystycznych działań. Staramy się powstrzymać treść przed występami publicznymi i uruchamiamy wyobraźnię przy tworzeniu przedstawień. Na zajęciach jesteśmy twórczy i pomysłowi, a więc jednym słowem - kreatywni! Teatr jest najbardziej naturalną formą sztuki dla człowieka. Codziennie przeżywamy "teatr życia codziennego", a paradoksalnie zajęcia teatralne pozwalają nam być bardziej naturalnymi. Oswajamy się sami ze sobą, bo żeby dobrze zagrać kogoś innego najpierw musimy zacząć żyć w zgodzie sami ze sobą. Działania teatralne wpływają na nas kojąco i mają ogromne właściwości terapeutyczne. Możliwa kontynuacja zajęć z poprzednich lat.

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
13 – 14 lat Grupa 6 GRACIARNIA (poziom podstawowy)	Wymagania: otwartość, kreatywność, zaangażowanie, systematyczność. Badanie predyspozycji kierunkowych: świadomość sceniczna- jasne wyrażanie myśli, mówienie w sposób przekonujący o sobie i swoich zainteresowaniach, ogólne wrażenie. Kandydat powinien mieć przygotowany wiersz lub fragment prozy w języku polskim (na pamięć!) opanowanie pamięciowe tekstu, wykonanie ćwiczenia aktorskiego na podstawie przygotowanego tekstu, wykonanie zadania aktorskiego bez przygotowania.	Grupa warsztatowa, kształtuje podstawowe umiejętności aktorskie. W programie grupy znajdują się: podstawowe pojęcia związane z teatrem, ćwiczenie koncentracji i skupienia, sposoby radzenia sobie z treścią - tworzenie scenicznej atmosfery, ćwiczenia interpretacji, wymowy i głośnego mówienia, poznawanie środków przekazu emocji, współpraca z partnerem na scenie, reakcje w scenach, "bycie" w scenie - etudy aktorskie, Praca w grupie teatralnej rozwija zdolności artystyczne, pracę zespołową, wrażliwość estetyczną, uczy empatii, otwiera na drugiego człowieka.
15 – 19 lat Grupa 7 ZAPLECZE (poziom podstawowy)	Wymagania: otwartość, kreatywność, zaangażowanie, systematyczność. Badanie predyspozycji kierunkowych: świadomość sceniczna- jasne wyrażanie myśli, mówienie w sposób przekonujący o sobie i swoich zainteresowaniach, ogólne wrażenie.	Grupa warsztatowa, kształtuje podstawowe umiejętności aktorskie. W programie grupy znajdują się: podstawowe pojęcia związane z teatrem, ćwiczenie koncentracji i skupienia, sposoby radzenia sobie z treścią - tworzenie scenicznej atmosfery, ćwiczenia interpretacji, wymowy i głośnego mówienia, poznawanie środków przekazu emocji, współpraca z partnerem na scenie, reakcje w scenach,

	Kandydat powinien mieć przygotowany wiersz lub fragment prozy w języku polskim (na pamięć!) opanowanie pamięciowe tekstu, wykonanie ćwiczenia aktorskiego na podstawie przygotowanego tekstu, wykonanie zadania aktorskiego bez przygotowania.	"bycie" w scenie - etiudy aktorskie, Praca w grupie teatralnej rozwija zdolności artystyczne, pracę zespołową, wrażliwość estetyczną, uczy empatii, otwiera na drugiego człowieka.
14 – 19 lat Grupa 8 IMPRO (poziom podstawowy)	Wymagania: otwartość, kreatywność, zaangażowanie, systematyczność. Badanie predyspozycji kierunkowych: świadomość sceniczna- jasne wyrażanie myśli, mówienie w sposób przekonujący o sobie i swoich zainteresowaniach, ogólne wrażenie. wykonanie kilku ćwiczeń improwizacyjnych	TEATR IMPROWIZACJI – grupa tworzy spontaniczne scenki na najróżniejsze tematy, jej celem nie jest stworzenie scenariusza czy przedstawienia, a rozwijanie własnej kreatywności i spontaniczności. Na zajęciach: ćwiczenia poszczególnych aspektów improwizacji takich jak słuchanie i odczytywanie intencji bohatera, reakcje emocjonalne i kontakt z emocjami, definiowanie platformy (ustalenie kim jesteśmy, gdzie jesteśmy i co jest tematem sceny), spontaniczne wchodzenie w role, reagowanie w niespodziewanych sytuacjach, itp. ćwiczenia na wzbudzenie poczucia bezpieczeństwa, koncentrację, synchronizację półkul mózgowych, myślenie skojarzeniowe i wielotorowe, ćwiczenia rozgrzewkowe – „łamacze lodów” - ruchowo-abstrakcyjne, wprowadzające w stan zabawy, współpracy i bezpieczeństwa.
14 – 17 lat Grupa 9 ANATOMIA SPEKTAKLU (poziom średnio zaawansowany)	Wymagania: otwartość, kreatywność, zaangażowanie, systematyczność. Badanie predyspozycji kierunkowych: • świadomość sceniczna- jasne wyrażanie myśli, mówienie w sposób przekonujący o sobie i swoich zainteresowaniach, ogólne wrażenie. Kandydat powinien mieć przygotowany wiersz lub fragment prozy w języku polskim (na pamięć!) • opanowanie pamięciowe tekstu, • wykonanie ćwiczenia aktorskiego na podstawie przygotowanego tekstu, wykonanie zadania aktorskiego bez przygotowania.	Grupa powstała wychodząc naprzeciw nowym potrzebom młodego człowieka, który nie chce już tylko wystąpić na scenie, ale chce także dowiedzieć się jak wygląda cały proces tworzenia spektaklu – od poznania nowych kolegów i koleżanek, przez odkrywanie własnego potencjału aktorskiego, aż do koncepcji przedstawienia i premierowego pokazu na scenie. W programie zajęć znajdują się: ☐ integracja zespołu ☐ elementarne zadania aktorskie ☐ wypracowanie koncepcji spektaklu ☐ tworzenie scenariusza ☐ kreacja postaci ☐ metody i techniki aktorskie ☐ próby czytane i sceniczne ☐ pokazy przed publicznością

16 – 19 lat Grupa 10 TEATR MAMY MAŁO CZASU (poziom mistrzowski)	Wymagania: otwartość, kreatywność, zaangażowanie, systematyczność, przynajmniej rok uczestnictwa w grupie o niższym poziomie zaawansowania. DO GRUPY PRZYJMOWANE SĄ WYŁĄCZNIE OSOBY, KTÓRE WYKAZAŁY SIĘ SZCZEGÓLNYMI PREDYSPOZYCJAMI I ZAANGAŻOWANIEM W GRUPIE O NIŻSZYM POZIOMIE ZAAWANSOWANIA.	TEATR MAMY MAŁO CZASU to kolejny etap w teatralnej drodze wychowanka Akademii Młodego Aktora. To grupa dla osób, które naprawdę kochają teatr. Praca nad świadomością własnych możliwości, przełamywanie barier i ograniczeń. Odkrywanie w sobie możliwości aktorskich. założenie, że „nie wiemy nic” i na tym budujemy swój teatralny warsztat”. Doskonalenie elementarnych umiejętności aktorskich, doboru werbalnych i niewerbalnych środków wyrazu artystycznego do granych ról; praca nad interpretacją tekstów i kreacją granych postaci. Spektakl wybiera lub tworzy grupa.
---	---	--

Konrad Komosiński kkomosinski@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA GRACIARNIA początkująca 13 – 14 lat				16.00 – 18.15 sala 402		
GRUPA ZAPLECZE początkująca 15 – 19 lat					16.00 - 18.15 sala 407	
GRUPA IMPRO początkująca 14 – 19 lat		16.00 - 18.15 sala 402				
ANATOMIA SPEKTAKLU średnio zaawansowana 14 – 17 lat			16.00 - 18.15 sala 407			
TEATR MAMY MAŁO CZASU mistrzowska 16 – 19 lat	16.45 - 18.15 sala 408 18.30-20.00 sala 407		18.30 – 20:00 sala 407			

KREATYWNE AKTORSTWO

Instruktor **Ewelina Stepanczenko-Stolorz**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
grupa 11 8 – 10 lat (poziom podstawowy)	Wymagania: otwartość, zaangażowanie, kreatywność, chęć współpracy	Program Kreatywnego aktorstwa stworzony jest z myślą o dzieciach i młodzieży, tak, aby mogły swobodnie rozwijać w sobie ciekawość świata oraz kreatywne podejście do życia poprzez zagadnienia aktorskie. W programie będziemy eksplorować <u>m.in.</u> takie zagadnienia jak: -zespół aktorski; -przestrzeń; -indywidualność -rekwizyt -emocje; -relacje; -intencje; -dykcja
grupa 12 11 – 14 lat (poziom podstawowy)	Badania predyspozycji: -rozmowa -krótki tekst pisany prozą nauczony na pamięć - zadanie aktorskie wykonane na podstawie nauczanej prozy -elementarne zadania aktorskie wykonywane w grupie	EFEKTY: Wewnątrz pokazy grup stworzonych spektakli.
Studio Aktorskie 15 – 19 lat poziom średnio zaawansowany		Studio aktorskie ma na celu zagłębianie tajników aktorstwa poprzez realizowaniu scen. Skupimy się na budowaniu postaci, określaniu celu w scenie i partnerowaniu. Efekty: Realizacja monologów lub/i scen małoobsadowych. Stworzenie wspólnego spektaklu.

Ewelina Stepanczenko-Stolorz estepanczenko@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 11 początkująca 8 – 10 lat		15.00 – 16.30 Sala 317				
GRUPA 12 początkująca 11 – 14 lat	15.00 – 16.30 Sala 407					
Studio Aktorskie średnio zaawansowana 15 – 19 lat	16.45- 18.15 Sala 407 18.30 - 19.15 Sala 402	17.00 - 18.30 Sala				

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
9 – 18 lat grupa 1 (9 – 13 lat) grupa 2 (14 – 18 lat)	Wymagania: - systematyczność i zaangażowanie, - kreatywność i pomysłowość, - otwartość na pracę przed kamerą, - umiejętność pracy w grupie, ale też indywidualnie, - nauka tekstów na pamięć, - koordynacja ruchowa. Sprawdzian: rozmowa kwalifikacyjna.	Nowy kierunek AKADEMIA FILMOWA to przestrzeń do poszerzania swojej wiedzy na temat aktorstwa, podstawy gry i pracy przed kamerą, ale także udoskonalanie swoich umiejętności, a tym samym kształtowanie własnej ścieżki rozwoju twórczego. AKADEMIA FILMOWA to: - podstawy aktorstwa, w tym elementarne zadania i etiudy aktorskie, - praca w planie żywym i specyfika pracy przed kamerą, - podstawy tego, jak dobrze wykorzystywać kamerę i budować przestrzeń, kadry, ujęcia, - kreowanie sytuacji scenicznych, filmowych oraz postaci, - praca ciałem, ale też nad swobodą ruchów i pamięcią ciała, - umiejętność pracy z rekwizytem, - rozbudzanie wyobraźni, - kreatywna praca z tekstem. EFEKTY: Opanowanie podstawowych zagadnień dotyczących wiedzy o pracy aktora (w planie żywym i przed obiektywem), wiedzy o filmie oraz posługiwania się kamerą. Pokonywanie barier w związku z wystąpieniami przed kamerą, ale również na żywo przed publiką. Rozróżnianie i biegłość w obu technikach gry aktorskiej (plan żywy i filmowy). Umiejętność stworzenia samemu krótkich form filmowych. Prezentacja publiczna efektów pracy w placówce.

Agata Grobel-Respondek agilla@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 9 – 13 lat	15.00 - 16.30 sala 408 16.45 - 17.30 sala 402		17.30 - 18.15 sala 405 18.20 - 19.50 sala 408			
GRUPA 2 początkująca 14 – 18 lat					17.30 - 18.15 sala 405 18.30 - 20.00 sala 408	

SZACHY Z ELEMENTAMI JOGI

Instruktor Beata Kalita

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 9 lat Grupa 1 6 – 7 lat początkująca Grupa 2 7 – 8 lat początkująca	Chęć uczestnictwa w zajęciach. Chęć nauki gry. Wytrwałość i systematyczność. Swobodny strój podczas zajęć. Sprawdzian: Zadania logiczne, na sposstrzegawczość i orientację przestrzenną.	Poznanie świata szachów, praw i zasad gry. Rozwijanie pamięci, wyobraźni orientacji przestrzennej. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek, realizacja twórczych działań inspirowanych królewską grą. Kształtowanie postawy fair play oraz umiejętności przegrywania. Praca nad oddechem, skupieniem, uważnością oraz prawidłową postawą ciała. Nauka relaksacji i ćwiczeń rozluźniających. Efekty: Nauka gry w szachy na poziomie podstawowym. Poprawa spostrzegawczości i decyzyjności. Umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami. Umiejętność wykonania podstawowych asan. Umiejętność zrelaksowania ciała i umysłu.
Grupa 3 7 – 9 lat średnio zaawansowana	Chęć uczestnictwa w zajęciach. Chęć doskonalenia gry. Swobodny strój podczas zajęć. Wytrwałość i systematyczność. Znajomość bierok i sposobu poruszania się po szachownicy. Znajomość podstawowych pojęć szachowych. Umiejętność wykorzystania podstawowych motywów taktycznych w grze. Sprawdzian: Zadania praktyczne z uwzględnienie ww. wymagań.	Doskonalenie umiejętności gry w szachy. Rozwijanie wyobraźni i orientacji przestrzennej. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek, twórcze działania inspirowane królewską grą. Przestrzeganie zasad fair play. Radzenie sobie z porażką i wygraną. Praca nad oddechem, skupieniem, uważnością oraz prawidłową postawą ciała. Nauka relaksacji i ćwiczeń rozluźniających. Efekty: Umiejętność gry w szachy. Znajomość podstawowych zasad turniejowych. Umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami. Umiejętność wykonania podstawowych asan. Umiejętność zrelaksowania ciała i umysłu.

Beata Kalita bkalita@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 1 początkująca 6 – 7 lat		15.00 - 16.30 sala 405				
GRUPA 2 początkująca 7 – 8 lat		16.45 – 18.15 sala 405				
GRUPA 3 średnio zaawansowana 7 – 9 lat		18.30 – 20.00 sala 405				

SZACHY			Instruktor Beata Kalita
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty	
7 – 12 lat Grupa 4 7 – 9 lat początkująca	Chęć uczestnictwa w zajęciach. Chęć nauki gry. Wytrwałość i systematyczność. Sprawdzian: Zadania logiczne, na spostrzegawczość i orientację przestrzenną.	Poznanie świata szachów, praw i zasad gry. Rozwijanie pamięci, wyobraźni orientacji przestrzennej. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek, realizacja twórczych działań inspirowanych królewską grą. Kształtowanie postawy fair play oraz umiejętności przegrywania. Efekty: Nauka gry w szachy na poziomie podstawowym. Poprawa spostrzegawczości i decyzyjności. Umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami.	
Grupa 5 7 – 10 lat średnio zaawansowana	Wymagania: Chęć uczestnictwa w zajęciach. Chęć doskonalenia gry. Wytrwałość i systematyczność. Znajomość bierek i sposobu poruszania się po szachownicy. Umiejętność matowania. Znajomość podstawowych pojęć szachowych.	Doskonalenie umiejętności gry w szachy. Rozwijanie wyobraźni i orientacji przestrzennej. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek, twórcze działania inspirowane królewską grą. Przestrzeganie zasad fair play. Radzenie sobie z porażką i wygraną. Efekty: Umiejętność gry w szachy. Znajomość podstawowych zasad turniejowych. Poprawa spostrzegawczości i decyzyjności.	

	Umiejętność wykorzystania podstawowych motywów taktycznych w grze. Sprawdzian: Zadania praktyczne z uwzględnieniem ww. wymagań.	Umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami.
Grupa 6 9 – 12 lat zaawansowana	Wymagania: Umiejętność gry w szachy. Znajomość matowania różnymi sposobami. Umiejętność wykorzystania motywów taktycznych i kombinacji w grze. Sprawdzian: Zadania praktyczne z uwzględnieniem ww. wymagań.	Skupienie się na grze na poziomie zaawansowanym. Przygotowanie do turniejów szachowych. Organizacje szachowe. Znani szachiści. Słynne partie szachowe. Efekty: Udział w turniejach szachowych. Zdobycie kategorii. Znajomość szachowego uniwersum.

Beata Kalita bkalita@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 4 początkująca 7 – 9 lat	16.45 – 18.15 sala 405					
GRUPA 5 średnio zaawansowana 7 – 10 lat	18.30 – 20.00 sala 405					
GRUPA 6 zaawansowana 9 – 12 lat				17.30 – 19.00 sala 405		

BAJKOTERAPIA Z RELAKSACJĄ

Instruktor **Beata Kalita**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 8 lat	Chęć uczestnictwa w zajęciach. Swobodny strój. Sprawdzian: Rozmowa, krótkie zadania lub scenki dramowe.	Połączenie elementów literatury z technikami relaksacyjnymi i dramą. Podczas zajęć dzieci słuchają bajek terapeutycznych, które poruszają ważne tematy emocjonalne i społeczne. Wplecione techniki relaksacyjne pomagają dzieciom wyciszyć się i zredukować napięcie emocjonalne. Efekty: Rozwijanie umiejętności emocjonalnych. Wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa. Poprawa koncentracji i uwagi. Kształtowanie postaw prospołecznych. Redukcja stresu i napięcia.

Beata Kalita bkalita@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA 7 początkująca 6 – 8 lat				15.45 – 17.15 sala 405		
GRUPA 8 początkująca 6 – 8 lat					15.45 – 17.15 sala 405	

PRACOWNIA WSPÓŁPRACY I DZIAŁAŃ ŚRODOWISKOWYCH

KLUB MŁODZIEŻOWY

To miejsce, w którym każdy uczestnik może spędzić czas poza zajęciami pałacowymi pod opieką instruktorów.
Warunki uczestnictwa: Wiek 6 – 19 lat. Obowiązuje legitymacja uczestnika Pałacu Młodzieży.

SAMORZĄD PAŁACU MŁODZIEŻY, WOŁONTARIAT

Obejmujący wszystkich uczestników pałacowych zajęć, reprezentowany przez Radę Młodzieży.

PAŁACOWA AKADEMIA UMIEJĘTNOŚCI

Zajęcia PAU mają na celu rozwijanie umiejętności społecznych wychowanków Pałacu Młodzieży, diagnozowanie ich uzdolnień i kierowanie do specjalistycznych pracowni naszej placówki. Szczególny nacisk kładziemy na kształtowanie umiejętności współpracy w grupie.

ANGIELSKI NA WESOŁO

Instruktor **Adrianna Przydatek**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 7 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie językami obcymi. · Chęć zdobycia wiedzy w aktywny sposób. Sprawdzian predyspozycji: powtarzanie za instruktorem słów, ruchów, rytmu. Odtworzenie prostego układu do anglojęzycznej piosenki.	· Twórcza ekspresja poprzez gry i zabawy ruchowe, piosenki oraz prace plastyczno-językowe dające uczestnikom okazję do wyrażania siebie. · Kreatywne podejście, pełne humoru, mające na celu wzmacnianie dziecięcej ciekawości. EFEKTY: · Nabycie oraz poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie języka angielskiego oraz krajów anglojęzycznych. · Budowanie bazy do opanowania kolejnych umiejętności językowych. · Rozwój pomysłowości oraz współpracy grupowej.

BILARD

Instruktor **Katarzyna Gromek-Sieczkowska**

10 – 15 lat (7 osób w grupie)	· Wzrost minimum 130 cm. Sprawdzian praktyczny: wbijanie bil do luzu, ustawienie prawidłowej postawy przy stole.	· Nauka gry w bilard, poznanie zasad gry, postawy przy stole bilardowym. · Nauka podstawowych uderzeń i ich doskonalenie. EFEKTY: · Znajomość zasad gry w bilard. · Prawidłowa postawa przy stole bilardowym. · Umiejętność wykonania podstawowych uderzeń.
---	--	--

ETNO-DZIEŁO			Instruktor Magdalena Szilke
Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty	
7 – 11 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie działaniami twórczymi związanymi z podróżami i sztuką ludową. · Umiejętność obserwacji, kreatywność. Sprawdzian predyspozycji: wykonanie pracy przestrzennej.	· Tworzenie prac artystycznych w różnorodnych technikach. · Inspirowanie się legendami, bajkami i tradycjami ludowymi. · Rozwijanie wiedzy i umiejętności na podstawie informacji o wybranych krajach, regionach czy folklorze. · Umiejętność wykorzystania materiałów z recyklingu. EFEKTY: · Wycinanie i klejenie niewielkich konstrukcji przestrzennych. · Poznanie zasad kompozycji prac plastycznych.	
GRY PRZYGODOWE			Instruktor Zuzanna Machalska
13 – 19 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie fabularnymi grami planszowymi. · Chęć współpracy w grupie. Sprawdzian predyspozycji: rozegranie partii gry o prostej mechanice w celu sprawdzenia kompetencji społecznych.	· Edukacja przez zabawę, nauka zasad i mechaniki popularnych gier planszowych (Carcassonne, Smallworld, Pokój 25, Cytadela, Bang, Wsiąść do Pociągu). · Kształtowanie kompetencji społecznych: aktywnej komunikacji, współzawodnictwa na zasadach fair play, kooperacji. EFEKTY: · Znajomość zasad wybranych gier planszowych i karcianych. · Doskonalenie umiejętności myślenia przyczynowo-skutkowego oraz logicznego.	
OD POMYSŁU DO KOMIKSU			Instruktor Joanna Czerwińska
10 – 13 lat (16 osób w grupie)	· Zainteresowanie grafiką i komiksem. · Umiejętność tworzenia historii z losowych elementów. Sprawdzian predyspozycji: z wylosowanych kostek story cubes kandydat układa elementy w opowiadanie i na jego podstawie rysuje komiks.	· Nauka tworzenia autorskich komiksów od podstaw. · Umiejętności planowania historii, opracowywania postaci i budowania napięcia w opowieści. EFEKTY: · Rozwój umiejętności planowania pracy własnej. · Umiejętność rysowania postaci w różnych układach. · Znajomość podstaw kompozycji i narracji w komiksie.	

ZAJĘCIA KREATYWNE

Instruktor **Ewa Zaborska**

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
6 – 8 lat Grupa początkująca (16 osób w grupie)	Umiejętność obserwacji, kreatywność. Sprawdzian praktyczny: wykonanie pracy rysunkowej na zadany temat.	- Stymulowanie i rozwijanie wrażliwości wzrokowej, słuchowej, dotykowej poprzez manualne, umysłowe i ruchowe działania edukacyjne. - Rozwijanie myślenia twórczego i kreatywnego rozwiązywania problemów. EFEKTY: - Dziecko jest gotowe szukać lepszych, nowych, oryginalnych rozwiązań, ma bogatą wyobraźnię twórczą, jest spontaniczne, otwarte na pomysły i inspiracje, aktywne i zaradne życiowo.

Klub Młodzieżowy 6 – 19 lat	PONIEDZIAŁEK 14.30 – 20.15	WTOREK 14.30 – 20.15	ŚRODA 14.30 – 20.15	CZWARTEK 14.30 – 20.15	PIĄTEK 14.30 – 20.15	SOBOTA 9.00 – 14.00
Angielski na wesoło 6 – 7 lat Adrianna Przydatek aprzydatek@pm.waw.pl	17:00 – 18:00 s. 354					
Bilard 10 – 15 lat Katarzyna Gromek–Sieczkowska kgromek@pm.waw.pl			16.30 – 17.30 początkująca 17.40 – 18.40 zaawansowana s. 358			
Etno-dzieło 7 – 11 lat Magdalena Szilke mszilke@pm.waw.pl			16.00 – 17.00 s. 363			
Gry przygodowe 13 – 19 lat Zuzanna Machalska zmachalska@pm.waw.pl					17.00 – 19.00 s. 358	
Od pomysłu 10 – 13 lat do komiksu Joanna Czerwińska jczerwinska@pm.waw.pl						12.00 – 13.00 s. 365
Zajęcia kreatywne 6 – 8 lat Ewa Zaborska ezaborska@pm.waw.pl				17.00 – 18.00 s. 365		

MŁODZIEŻOWE CENTRUM DORADZTWA ZAWODOWEGO

Konsultacje indywidualne dla uczniów warszawskich szkół z doradcą zawodowym, identyfikowanie skłonności i preferencji zawodowych, pomoc w dokonywaniu wyborów dalszych ścieżek edukacji, pogłębianie wiedzy o zawodach, planowanie kariery, poznanie oferty edukacyjnej i kryteriów przyjęcia do szkół.

PSYCHOLOG PAŁACU MŁODZIEŻY

Konsultacje psychologiczne dla uczestników Pałacu Młodzieży oraz ich rodzin. Wsparcie w rozwiązywaniu aktualnych trudności, radzeniu sobie z problemami emocjonalnymi i społecznymi. Wsparcie w radzeniu sobie ze stresem oraz kształtowaniu pozytywnego obrazu siebie.

ODZNAKA PAŁACU MŁODZIEŻY

Idea przyznawania Odznak Pałacu Młodzieży sięga roku 1958. Obecnie, zgodnie z regulaminem, przyznawane są trzy rodzaje wyróżnień: Mała Odznaka, Złota Odznaka i Honorowa Odznaka Pałacu Młodzieży.

ASYSTENCI

Wiek	Wymagania	Zagadnienia ogólne, zamierzone efekty
od 12 lat	Staż uczestnictwa w PM nie krótszy niż 2 lata, pozytywna rekomendacja instruktora (zgodnie z regulaminem).	Asystenci to uczestnicy, którzy powinni wykazywać predyspozycje i chęci do pomocy w pracy z uczestnikami na zajęciach. Są zatwierdzani przez swoich instruktorów zajęć we wrześniu na podstawie pisemnego wniosku złożonego przez zainteresowanego i rejestracji w systemie PZO.

FUNKCYJNI AKCJI LETNIEJ I ZIMOWEJ

16 – 18 lat	Uczestnicy PM posiadający co najmniej roczny staż w Pałacu. Zapisy w Uczestnictwie.	Celem spotkań jest przygotowanie kandydatów do pełnienia obowiązków funkcyjnego na obozie letnim w Ośrodku Pałacu Młodzieży w Pieczarkach. Zajęcia raz w miesiącu.
--------------------	---	--

Młodzieżowe Centrum Doradztwa Zawodowego Aneta Pałczyńska apalczynska@pm.waw.pl	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
pokój 103		15.00 – 19.00	15.00 – 19.00	15.00 – 19.00	15.00 – 18.00	9.00 – 11.30
Psycholog Pałacu Młodzieży Karolina Kamińska kkaminska@pm.waw.pl		15.30 – 20.30	15.30 – 20.30			
ODZNAKA PM Ewa Zaborska ezaborska@pm.waw.pl	15.00 – 19.00		15.00 – 19.00	15.00 – 19.00		
pokój 355						