

INFORMATOR O PRACOWNIACH Pałacu Młodzieży na rok szkolny 2026/2027

Pracownia Akrobatyki i Gimnastyki Artystycznej.....	2
Pracownia Informatyki i Techniki.....	9
Pracownia Nauki i Języków Obcych	30
Pracownia Sportów Wodnych	41
Pracownia Sportu i Rekreacji	55
Pracownia Sztuk Pięknych.....	67
Pracownia Tańca.....	83
Pracownia Teatru i Muzyki	96
Pracownia Współpracy i Działań Środowiskowych	115



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

01

Pracownia Akrobatyki i Gimnastyki Artystycznej

AKROBATYKA SKOKI NA ŚCIEŻCE		Andrzej Zdieszzyński azdzieszynski@pm.waw.pl Agata Pałka apalka@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">• wykonanie skłonu w przód w postawie o nogach prostych i złączonych, wykonanie rozkroku, mostka• wznosy nóg w zwisie tyłem na drabinkach, ugięcia i wyprosty ramion w podporze przodem• wykonanie skoku w dal z miejsca, wykonanie wyskoku z 1/1 obrotu w miejscu w lewo i w prawo	W formach zabawowej i powtórzeniowej uczestnicy rozwijają zdolności motoryczne, nabywają umiejętności realizowania rozgrzewki. Uczestnicy poznają prawidłową technikę i metodykę nauczania ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych. Nauka stania na rękach oraz nauka przewrotów – w różnych formach.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• wykonanie przewrotów w przód i w tył, przerzutów bokiem w dwie strony, stania na rękach przy drabinkach, mostka, siadów kroczych• wykonanie maksymalnych ilości powtórzeń: ugięć i wyprostów ramion w podporze przodem, wznosów nóg prostych w przód w zwisie tyłem na drabince, podciągnięć na drążku w dowolnym chwycie	Rozwój zdolności motorycznych na wyższym poziomie i nauczanie elementów akrobatycznych w różnych formach. Nauczane elementy akrobatyczne: przejścia w przód i w tył, przerzuty w przód i w tył, salta w przód i w tył, salta machowe, przerzut bokiem z ¼ obrotu (rundak). Doskonalenie stania na rękach z „poziomki” w rozkroku.

	<p>Grupy zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> wykonanie maksymalnych liczby powtórzeń ugięć i wyprostów ramion w podporze przodem, wznosów nóg prostych w przód w zwisie tyłem na drabince, podciągnięć na drążku w dowolnym chwycie wykonanie stania na rękach do przewrotu w przód, tył do rozkroku, przerzutów bokiem w dwie strony, przejścia w przód i w tył, mostku, siadów kroczych 	<p>Doskonalenie stania na rękach z „poziomki” w rozkroku. Dalszy rozwój zdolności motorycznych oraz doskonalenie poznanych elementów akrobatycznych poprzez wykonywanie ich z różnych pozycji wyjściowych i łącznie w serie skoków. Nauka nowych, trudniejszych skoków akrobatycznych z łączeniem ich w układy. Nauka elementów akrobatycznych jest zindywidualizowana, uzależniona od możliwości i uzdolnień uczestników zajęć.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Opanowanie ćwiczeń w stopniu dobrym i bardzo dobrym w zależności od poziomu grupy. Wzmocnienie siły mięśni brzucha, pleców, rąk i nóg poprzez ćwiczenia ogólnorozwojowe. Nauka prawidłowej rozgrzewki i jej prowadzenie. Uczestnik potrafi łączyć poznane i nowe elementy akrobatyczne w płynne układy, dostosowując poziom trudności do własnych możliwości oraz wykorzystując postęp w indywidualnym rozwoju techniki. 	

AKROBATYKA SKOKI NA ŚCIEŻCCE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 3 A. Zdzeszyński	7 – 10 lat		16.45 – 18.15 s. 452		17.30 – 18.15 s. 451	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE						
GRUPA 10 A. Pałka	8 – 10 lat	16.10 – 17.40 s. 452				
GRUPA 2 A. Zdzeszyński	10 – 16 lat		15.00 – 16.30 s. 451/452		16.35 – 17.20 s. 451	
GRUPA ZAAWANSOWANA						
GRUPA 1 A. Zdzeszyński	10 – 18 lat	16.45 – 18.15 s. 452		17.30 – 19.00 s. 452		

AKROBATYKA SKOKI NA TRAMPOLINIE

Krystyna Piwowarczyk kpiwowarczyk@pm.waw.pl
 Andrzej Zdzieszynski azdzieszynski@pm.waw.pl
 Agata Pałka apałka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie skłonu w przód, w tył w postawie o nogach prostych, złączonych i w siadzie prostym wyskoki obunóż i naj jednej nodze, skoki z obrotami, ćwiczenia w zwisie na drabinkach 	Ćwiczenia ogólnorozwojowe, ćwiczenia z zakresu akrobatyki podstawowej (stanie na rękach, stanie na głowie, przewrót w przód, przewrót w tył, przerzut bokiem), ćwiczenia rozciągające i gibkościowe (skłon w przód, skłon w tył, mostek, szpagat). Trampolina – nauka wysoków, prostych elementów (wyskoki kuczne, rozkroczki, poziomki, siady, obroty).
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie skłonów w przód, przewrotów w przód, tył, stania na rękach, przerzutu bokiem wykonanie wysoków kucznych, rozkroczków, siadów, padów na trampolinie 	Doskonalenie ćwiczeń z zakresu akrobatyki podstawowej, ponadto nauka rundaka, ćwiczenia przygotowawcze do nauki przerzutu w przód. Doskonalenie gibkości – mostek z postawy, mostek ze stania na rękach. Nauka elementów z programu klasyfikacyjnego PZG w klasie sportowej: Pierwszy krok na trampolinie (pad na brzuch, pad na plecy, salto kuczne i łamane w przód).
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie na trampolinie ćwiczeń typu salto (kuczne, łamane, proste w przód, w tył, z ½ obrotu 	Nauka przerzutu w przód, rundaka, przewrotu w przód naskokiem na ręce, przewrotów o nogach prostych, w przód, tył. Ćwiczenia gibkościowe – nauka powolnego przerzutu w przód, tył. Nauka na trampolinie salt w przód, tył, w pozycji kucznej, łamanej i prostej (również z ½ obrotu). Nauka układów klasyfikacyjnych PZG w klasie sportowej młodzieżowej i III. W grupie zaawansowanej mistrzowskiej nauka salt podwójnych (z obrotami), nauka układów klasyfikacyjnych PZG w klasach sportowych II, I i Mistrzowskiej.

Efekty:

- Opanowanie ćwiczeń w stopniu dobrym i bardzo dobrym w zależności od poziomu grupy, opanowanie układów akrobatycznych.
- Wzmocnienie siły mięśni brzucha, pleców, rąk i nóg poprzez ćwiczenia ogólnorozwojowe.
- Nauka prawidłowej rozgrzewki i jej prowadzenie.
- Przygotowanie i udział w zawodach na szczeblu warszawskim, wojewódzkim, ogólnopolskim i międzynarodowym.

AKROBATYKA SKOKI NA TRAMPOLINIE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 4 A. Pałka	6 – 9 lat	15.15 – 16.00 s. 451		16.35 – 18.05 s. 451/452			
GRUPA 9 A. Zdieszzyński	7 – 9 lat					18.30 – 20.00 s. 451/452	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2 A. Pałka K. Piwowarczyk	6 – 15 lat			15.00 – 16.30 s. 452 A. Pałka		15.00 – 16.30 s. 452 K. Piwowarczyk	
GRUPA 3 A. Pałka	9 – 15 lat	17.50 – 18.35 s. 452		18.15 – 19.45 s. 452			
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 8 A. Zdieszzyński	7 – 18 lat		15.00 – 16.30 s. 452				
GRUPA 7 K. Piwowarczyk	7 – 18 lat	15.15 – 16.00 s. 452	16.15 – 17.00 s. 452		18.00 – 18.45 s. 452		
GRUPA 6 K. Piwowarczyk	8 – 16 lat				15.00 – 16.30 s. 452		

GRUPA 1 K. Piwowarczyk	8 – 19 lat					16.45 – 18.15 s. 452	
GRUPA 5 MISTRZOWSKA K. Piwowarczyk	7 – 18 lat	16.45 – 17.30 s. 452	17.30 – 19.00 s. 452		16.30 – 17.15 s. 452		

GIMNASTYKA ARTYSTYCZNA		Małgorzata Czepiel mzczepiel@pm.waw.pl Ewa Stefańska estefanska@pm.waw.pl Olena Alieksieieva olieksieieva@pm.waw.pl	
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ	
6 – 18 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • ocena sprawności fizycznej – gibkość, rozciągnięcie, szybkość, skoczność • ocena poczucia rytmu 	Nauka elementów akrobatycznych – przerzut bokiem, przewroty w przód, tył, mostki z leżenia i siadu, szpagaty. Nauka pracy z przyborem: skakanka, obręcz. Ćwiczenia rytmiczno-muzyczne.	
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • ocena sprawności fizycznej – gibkość, rozciągnięcie, szybkość, skoczność • ocena manipulacji przyborem: skakanka, obręcz, piłka 	Nauka elementów akrobatycznych – przerzut bokiem, mostki ze stania, przejścia w przód i w tył. Koordynacja pracy przyborem z elementami ćwiczeń akrobatycznych i tanecznych. Krótkie układy indywidualne i zbiorowe przy muzyce.	
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • ocena sprawności fizycznej – gibkość, rozciągnięcie, szybkość, skoczność • ocena elementów akrobatycznych: przerzut bokiem, przejście w przód i w tył, pozycje równoważne • ocena manipulacji przyborem: skakanka, obręcz, piłka, maczugi 	Doskonalenia sprawności fizycznej, elementów tanecznych – w połączeniu z pracą z przyborem. Nauka układów z przyborem w aranżacji tanecznej przy muzyce. Rozwijanie słuchu muzycznego, w celu uzyskania lepszego poczucia rytmu.	

Efekty:

- Udział w pokazach gimnastyczno-tanecznych, w układach zbiorowych na terenie Pałacu Młodzieży.
- Udział w zawodach i turniejach krajowych oraz zagranicznych (grupy zaawansowane).
- Kształtowanie prawidłowej sylwetki ciała oraz estetyki ruchu.
- Opanowanie ćwiczeń gimnastyczno-akrobatycznych zgodnie z poziomem danej grupy.
- Rozwój umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i stresowych.

GIMANSTYKA ARTYSTYCZNA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 Ruch przy muzyce M. Czepiel	6 – 9 lat			17.20 – 18.50 s. 451			09.30 – 11.00 s. 451
GRUPA 2 Ruch przy muzyce M. Czepiel	6 – 9 lat		16.50 – 17.35 s. 452		15.50 – 17.20 s. 451		
GRUPA 8 O. Aliksieieva	6 – 8 lat		16.00 – 16.45 s. 452 M. Czepiel	15.40 – 17.10 s. 452			12.15 – 13.45 s. 452
GRUPA 9 O. Aliksieieva	6 – 10 lat	17.10 – 17.55 s. 452 M. Czepiel				15.00 – 16.30 s. 452	
GRUPA 3 E. Stefańska	6 – 8 lat	16.10 – 16.55 s. 452 M. Czepiel				15.00 – 16.30 s. 452	
GRUPA 4 E. Stefańska	8 – 12 lat		18.30 – 19.15 s. 452 M. Czepiel			18.20 – 19.50 s. 452	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							

GRUPA 5 E. Stefańska	8 – 11 lat		17.40 – 18.25 s. 452 M. Czepiel		15.00 – 16.30 s. 452		
GRUPA 11 O. Aliksieieva	9 – 18 lat			17.20 – 18.05 s. 452			09.00 – 10.30 s. 452
GRUPA 10 O. Aliksieieva	10 – 15 lat	17.25 – 18.10 s. 452	19.15 – 20.00 s. 452 M. Czepiel		17.30 – 19.00 s. 451		
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 13 MISTRZOWSKA E. Stefańska M. Czepiel O. Aliksieieva	6 – 18 lat	15.15 – 16.00 18.20 – 19.50 s. 452			15.00 – 15.45 s. 451 18.20 – 19.50 s. 452		11.15 – 12.00 s. 452
GRUPA 7 E. Stefańska	6 – 18 lat		16.40 – 18.10 s. 452			16.40 – 18.10 s. 452	
GRUPA 12 O. Aliksieieva	8 – 18 lat			18.20 – 19.40 s. 452			10.40 – 12.10 s. 452
GRUPA 6 E. Stefańska	10 – 15 lat		15.00 – 16.30 s. 452		16.40 – 18.10 s. 452		

Pracownia Informatyki i Techniki

GRAFIKA TRÓJWYMIAROWA		Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> pisemne sprawdzenie znajomości podstaw geometrii i wyobraźni przestrzennej 	Uczestnicy na zajęciach poznają interfejs programu Blender, uczą się metod modelowania trójwymiarowego i przygotowują model do druku 3D. Poznają zasady kompozycja sceny i jej oświetlenia, tworzą materiały i systemy cząsteczkowe. Uczą się rigowania modeli i animacji.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik umie tworzyć grafikę i animację trójwymiarową w programie Blender. 	

GRAFIKA TRÓJWYMIAROWA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 42 J. Branicki	13 – 19 lat	17.15 – 18.45 s. 421			15.30 – 17.00 s. 421		
GRUPA 43 J. Branicki	13 – 19 lat		15.30 – 17.00 s. 421			17.15 – 18.45 s. 421	

INFORMATYCZNY MISZM@SZ

Marta Pronobis mpronobis@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 15 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie zestawu zadań sprawdzających logiczne myślenie, wiedzę informatyczną, sprawność manualną (posługiwanie się nożyczkami) oraz umiejętność obsługi klawiatury i edytorów graficznych 	<p>Uczestnicy rozwijają kompetencje cyfrowe poprzez projektowanie w programie graficznym CorelDRAW, tworząc kalendarze, kartki czy ozdoby świąteczne, a także odkrywają świat modelowania i druku 3D. Młodzi twórcy budują interaktywne makiety oparte na mikrokontrolerach i robotach, które ożywiają za pomocą środowiska MakeCode czy Makeblock, a niezależnie od tych projektów zgłębiają tajniki programowania w językach Python i Scratch. Rozwijają swoją sprawność umysłową dzięki „rozrywkowej matematyce”, rozwiązując zagadki i zadania logiczne, grają wspólnie w gry planszowe, edukacyjne czy historyczne.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik potrafi obsługiwać komputer oraz edytory graficzne, wykorzystując te umiejętności do realizacji projektów użytkowych i kreatywnych. Swobodnie porusza się w różnych środowiskach programowania i potrafi wykorzystać zdobyte wiadomości do realizacji własnych pomysłów. 	

INFORMATYCZNY MISZM@SZ		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 31 M. Pronobis	12 – 15 lat	17.15 – 19.30 s. 424					

KODOWANIE Z ROBOTAMI

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 11 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie testu z logicznego myślenia, obsługi komputera oraz znajomości szkolnego materiału z matematyki 	<p>Na zajęciach dzieci uczą się tworzyć własne gry (Scratch) i programować inteligentne roboty, wykorzystując przy tym profesjonalne zestawy LEGO® oraz mikrokontrolery. Uczestnicy poznają też pakiet Corel, w którym projektują własne grafiki, przerabiają zdjęcia i tworzą ciekawe dokumenty potrzebne do ich projektów. Dzięki nauce przez zabawę i udziałowi w konkursach, uczniowie rozwijają logiczne myślenie oraz zdobywają praktyczne umiejętności w świecie nowoczesnych technologii.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik programuje roboty i mikrokontrolery w środowiskach blokowych, oraz tworzy własne programy. W zakresie grafiki modyfikuje zdjęcia i tworzy materiały użytkowe. 	

KODOWANIE Z ROBOTAMI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 3 W. Bogdański	10 – 11 lat	16.00 – 17.30 s. 423		17.00 – 18.30 s. 423			

MAJSTERKOWANIE

Marcin Stangreciak mstangreciak@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 11 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się linijką i ołówkiem 	Nauka obejmuje opanowanie narzędzi do obróbki papieru i drewna oraz poznanie różnych gatunków drewna i ich zastosowań w modelarstwie. Uczestnicy tworzą ruchome zabawki, łódki, makiety, latawce oraz inne proste przedmioty użytkowe z papieru i drewna.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się linijką i ołówkiem 	Od uczestników grupy średnio zaawansowanej wymagać się będzie większej samodzielności przy wykonywaniu niektórych prac, kreatywności i pomysłowości, własnych, prostych rozwiązań technicznych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> 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. 	

MAJSTERKOWANIE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 1 M. Stangreciak	8 – 11 lat		16.30 – 18.00 s. 302			
GRUPA 2 M. Stangreciak	8 – 11 lat		18.15 – 19.45 s. 302			
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE						
GRUPA 3 M. Stangreciak	8 – 11 lat			15.30 – 17.00 s. 302		
GRUPA 6 M. Stangreciak	8 – 11 lat	15.30 – 17.00 s. 302				

MODELARSTWO LOTNICZE

Władysław Muras wmuras@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
11 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none">• umiejętności posługiwania się linijką i przyrządami kreślarskimi• umiejętności manualne	Uczestnicy poznają zasady budowy latawca i szybowca oraz lotu modeli szybowców i latawców.
	Grupa średnio zaawansowana: <ul style="list-style-type: none">• ogólna sprawność manualna• wykonanie rysunku prostych figur geometrycznych.• zainteresowania techniczne z zakresu modelarstwa lotniczego i lotnictwa	Uczestnicy poznają budowę elektrycznych silników modelarskich. Zbudują model samolotu z napędem elektrycznym. Poznają obsługę aparatury RC.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• umiejętności posługiwania się linijką i przyrządami kreślarskimi• wykonanie rysunku różnych figur geometrycznych• zainteresowania techniczne z zakresu modelarstwa lotniczego i lotnictwa	Uczestnicy poznają budowę elektrycznych i spalinowych silników modelarskich. Zdobędą wiedzę z zakresu obsługi silników modelarskich spalinowych i elektrycznych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">▪ Uczestnicy zbudują model szybowca i latawca.▪ Zbudują model samolotu z napędem elektrycznym sterowanych radiem lub spalinowym latającym na uwięzi.▪ Zdobędą umiejętności obsługi aparatury RC oraz umiejętność posługiwania się elementami wyposażenia modeli RC.▪ Uczestnicy biorą udział w konkursach, pokazach i zawodach modelarskich.	

MODELARSTWO LOTNICZE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 W. Muras	11 – 13 lat		16.00 – 18.15 s. 308				
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 W. Muras	13 – 16 lat			16.00 – 18.15 s. 308			
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 W. Muras	15 – 19 lat				16.00 – 18.15 s. 308		
GRUPA 4 W. Muras	15 – 19 lat					16.00 – 18.15 s. 308	

MODELARSTWO Z MECHATRONIKĄ

Hubert Michalak hmichalak@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
11 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> umiejętność narysowania figury geometrycznej w izometrii i dimetrii ukośnej oraz naszkicowania modelu który uczestnik chciałby stworzyć na zajęciach 	Uczestnicy uczą się obsługiwać różne narzędzia i elektronarzędzia potrzebne im do wykonania wymyślonych a następnie zaprojektowanych przez siebie modeli. Poznają czym jest i gdzie można stosować druk 3D, jakie ma wady i jakie zalety. Uczą się wykorzystywać maszyny CNC, laser CNC i frezarkę CNC, do tworzenia elementów swoich modeli.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik potrafi wykonać zaprojektowany model. Potrafi posługiwać się podstawowymi narzędziami i elektronarzędziami. Potrafi obsługiwać drukarkę 3D oraz program do jej obsługi. 	

MODELARSTWO Z MECHATRONIKĄ		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 H. Michalak	11 –19 lat	17.00 – 19.15 s. 102					
GRUPA 2 H. Michalak	11 –19 lat		17.00 – 19.15 s. 102				
GRUPA 3 H. Michalak	11 –19 lat			15.15 – 17.30 s.102			
GRUPA 4 H. Michalak	11 –19 lat			17.45 – 20.00 s. 102			
GRUPA 5 H. Michalak	11 –19 lat				17.00 – 19.15 s. 102		
GRUPA 6 H. Michalak	11 –19 lat					17.00 – 19.15 s. 102	

PODSTAWY STOLARSTWA

Marcin Stangreciak mstangreciak@pm.waw.pl

Wiek	Badanie uzdolnień kierunkowych	Opis zajęć
12 – 19 lat	Grupa początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się przyrządami kreślarskimi, nazewnictwo narzędzi 	Uczestnicy poznają podstawy stolarstwa, obróbki drewna, snycerstwa. Nabywają umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi do obróbki drewna.
	Grupa średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie rysunku bryły i umiejętność posługiwania się przyrządami kreślarskimi, nazewnictwo narzędzi 	Uczestnicy rozwijają umiejętności stolarskie, obróbki drewna, snycerstwa. Rozwijają umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi do obróbki drewna i elektronarzędziami. Nauka toczenia w drewnie.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Własnoręcznie zbudowanie: stołka zydelka, ramy, ramki do obrazu i zdjęcia, drewnianej łyżki i noża oraz inne przedmioty użytkowe (w ramach zgłoszeń od uczestnika) Umiejętność wykonania połączeń stolarskich z pomocą narzędzi ręcznych i elektronarzędzi. Umiejętność toczenia w drewnie, Wykonanie pirografii 	

PODSTAWY STOLARSTWA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 4	12 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 302					
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 5	12 – 19 lat			17.15 – 19.30 s. 302			

PROGRAMOWANIE JavaScript

Anna Gałęcka Sulej agalecka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 13 lat	<p>Grupa początkująca: test przy komputerze, który może sprawdzać:</p> <ul style="list-style-type: none"> • umiejętność obsługi komputera • stopień opanowania materiału matematyki i informatyki z kl. I-III • umiejętność logicznego i abstrakcyjnego myślenia • umiejętność myślenia przez analogię oraz kojarzenia faktów 	<p>Uczestnicy poznają podstawowe polecenia w języku JavaScript, uczą się programowania animacji i gier oraz tworzą grafikę za pomocą programów graficznych z pakietu CoreIDRAW.</p> <p>Uczestnicy poznają pojęcia matematyczne potrzebne do pisania programów (np. kąty, własności figur, układ współrzędnych, system dwójkowy, potęgi i pierwiastki). Rozwiązują łamigłówki logiczne rozwijające wyobraźnię matematyczną. Poznają gry i zabawy edukacyjne.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczestnik umie programować proste gry w języku JavaScript. ▪ Uczestnik zna pojęcia: pętla, zmienna, funkcja oraz instrukcja warunkowa i umie je stosować realizując własne pomysły. 	

PROGRAMOWANIE JavaScript		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 14 A. Gałęcka-Sulej	9 – 13 lat			15.00 – 17.15 s. 423			

PROGRAMOWANIE PYTHON

Marta Pronobis mpronobis@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 14 lat	<p>Grupy początkujące:</p> <ul style="list-style-type: none">rozwiązanie zestawu zadań sprawdzających umiejętności logicznego, algorytmicznego i matematycznego myślenia, a także znajomość klawiatury i systemu Windows <p>W przypadku zapisu na grupę 26 lub 27 oraz na grupę 28 lub 29, w czasie sprawdzianu wymagane jest wskazanie preferowanej grupy. Brak tej informacji może skutkować przydzieleniem miejsca w dowolnej grupie.</p>	<p>Uczestnicy poznają środowisko Python i podstawy programowania z wykorzystaniem modułu Turtle, ucząc się rozwiązywania prostych problemów algorytmicznych oraz zadań z konkursów informatycznych. W tworzonych programach wykorzystują elementy matematyki do sterowania „żółwiem” na ekranie oraz budują własne projekty graficzne, łącząc zdobyte umiejętności z wyobraźnią. Uczestnicy zajęć rozwijają także umiejętność projektowania graficznego w programie CoreIDRAW oraz kształtują logiczne myślenie poprzez gry edukacyjne, planszowe i rozwiązywanie różnorodnych łamigłówek.</p>
		<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none">Uczestnik zajęć zna polecenia języka Python i potrafi samodzielnie napisać program, który rozwiązuje konkretny problem algorytmiczny lub zadanie konkursowe.Wykorzystuje zdobytą wiedzę do tworzenia własnych projektów graficznych, zamieniając pomysły w działające programy.

PROGRAMOWANIE PYTHON		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 26 M. Pronobis	8 – 9 lat			15.30 – 17.00 s. 424			
GRUPA 27 M. Pronobis	8 – 9 lat				15.30 – 17.00 s. 424		
GRUPA 28 M. Pronobis	9 – 10 lat	15.30 – 17.00 s. 424			17.15 – 18.45 s. 424		
GRUPA 29 M. Pronobis	9 – 10 lat			17.15 – 18.45 s. 424		15.30 – 17.00 s. 424	
GRUPA 30 M. Pronobis	10 – 14 lat		15.30 – 17.45 s. 424				

PROGRAMOWANIE W JĘZYKU C#

Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
14 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> pisemne sprawdzenie umiejętności logicznego myślenia, podstaw matematyki (proste zadania) i znajomości systemu Windows 	Uczestnicy na zajęciach zapoznają się ze środowiskiem Microsoft Visual Studio Community i poznają podstawowe instrukcje języka oraz typy danych. Tworzą aplikacje konsolowe i są wprowadzani w zasady programowania obiektowego. Budują aplikacje okienkowe korzystając z Windows Forms.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik potrafi stworzyć prostą aplikację użytkową w języku C#. 	

PROGRAMOWANIE W JĘZYKU C#		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 45 J. Branicki	14 – 19 lat			15.30 – 17.00 s. 421			

PROJEKTOWANIE GIER

Jarosław Branicki jbranicki@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> pisemne sprawdzenie umiejętności logicznego myślenia i znajomości systemu Windows 	Uczestnicy na zajęciach budują poziomy gry, wykorzystując silnik fizyki. Animują postacie i scenografię, projektują interfejs gry. Uczą się podstaw programowania w języku C# i pisania kodu gry.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik potrafi stworzyć prostą grę. 	

PROJEKTOWANIE GIER	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 41 J. Branicki	13 – 19 lat	15.30 – 17.00 s. 421			17.15 – 18.45 s. 421	
GRUPA 44 J. Branicki	13 – 19 lat		17.15 – 18.45 s. 421			15.30 – 17.00 s. 421

PROJEKTOWANIE STRON INTERNETOWYCH

Beata Braclawska bbraclawska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 16 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">odręczne wykonanie kreatywnej pracy „Moja strona internetowa” – na dowolny temat	Zajęcia uczą praktycznego tworzenia stron internetowych od podstaw, obejmując HTML, CSS, JavaScript oraz przygotowanie grafik w programie GIMP. Uczestnicy pracują w przyjaznej atmosferze, realizując własne projekty i utrwalając wiedzę poprzez liczne ćwiczenia. Zajęcia pozwalają zdobyć umiejętności potrzebne do tworzenia funkcjonalnych i estetycznych stron oraz materiałów wizualnych wyróżniających projekty.
	Grupa średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">odręczne wykonanie kreatywnej pracy – na zadany temat	
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Umiejętność formatowania tekstu i grafiki HTML, stylami CSS i JavaScriptUmiejętność samodzielnego uczenia się ze środków medialnych (w tym – z internetu)Umiejętność stworzenia strony na siatce typu „portal Informacyjny”, „blog hobbystyczny”Umiejętność przygotowania i optymalizacja grafiki do wykorzystania na stronie oraz umiejętność obróbki zdjęć i tworzenia prostych materiałów wizualnychUmiejętność pracy w programie graficznym GIMP	

PROJEKTOWANIE STRON INTERNETOWYCH		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 8 B. Braclawska	9 – 11 lat		15.30 – 17.45 s. 335				
GRUPA 9 B. Braclawska	9 – 11 lat			15.15 – 16.45 s. 335			10.45 – 12.15 s. 335
GRUPA 10 B. Braclawska	11 – 13 lat			17.00 – 18.30 s. 335			12.30 – 14.00 s. 335
GRUPA 11 B. Braclawska	12 – 15 lat					17.15 – 19.30 s. 335	
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 12 B. Braclawska	10 – 16 lat		18.00 – 19.30 s. 335		18.00 – 19.30 s. 335		

PYTHON Z GRAFIKĄ

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
11 – 13 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie testu z logicznego myślenia, obsługi komputera oraz znajomości szkolnego materiału z matematyki 	Uczestnicy nabywają praktyczne umiejętności programowania w języku Python , wykorzystując moduł Turtle do nauki algorytmiki, wykonywania obliczeń oraz rozwiązywania złożonych problemów logicznych. W części graficznej opanowują obsługę pakietu CoreIDRAW , co pozwala im na samodzielne projektowanie grafik. Całość kształcenia wspierają gry edukacyjne, łamigłówki przestrzenne oraz zadania z konkursów informatycznych, które rozwijają spostrzegawczość, cierpliwość i kreatywne myślenie.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik potrafi tworzyć programy w języku Python, rozwiązywać proste problemy matematyczne i algorytmiczne oraz wykorzystywać poznane wiadomości w praktyce. 	

PYTHON Z GRAFIKĄ		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 4 W. Bogdański	11 – 13 lat	17.45 – 19.15 s. 423			16.00 – 17.30 s. 423		

ROZMAITOŚCI MATEMATYCZNO- PROGRAMISTYCZNE

Anna Gałęcka Sulej agalecka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 11 lat	<p>Grupa początkująca: test przy komputerze, który może sprawdzać:</p> <ul style="list-style-type: none"> • umiejętność obsługi komputera • stopień opanowania materiału matematyki i informatyki z kl. I-III • umiejętność logicznego i abstrakcyjnego myślenia • umiejętność myślenia przez analogię oraz kojarzenia faktów 	<p>Uczestnicy poznają podstawowe polecenia w języku JavaScript, uczą się programowania animacji i gier oraz tworzą grafikę za pomocą programów graficznych z pakietu CoreIDRAW.</p> <p>Uczestnicy poznają pojęcia matematyczne i rozwiązują zadania o podwyższonym stopniu trudności. Rozwiązują łamigłówki logiczne rozwijające wyobraźnię matematyczną. Poznają gry i zabawy edukacyjne.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczestnik umie programować proste gry w języku JavaScript. ▪ Uczestnik zna pojęcia: pętla, zmienna, funkcja oraz instrukcja warunkowa i umie je stosować realizując własne pomysły. ▪ Uczestnik umie rozwiązywać zadania matematyczne o podwyższonym stopniu trudności. ▪ Uczestnik bierze udział w konkursach matematycznych i informatycznych. 	

ROZMAITOŚCI MATEMATYCZNO- PROGRAMISTYCZNE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 15 A. Gałęcka-Sulej	10 – 11 lat	15.00 – 17.15 s. 422					

ROZMAITOŚCI MATEMATYCZNE

Anna Gałęcka Sulej agalecka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
11 – 18 lat	<p>Grupy początkujące: test przy komputerze, który może sprawdzać:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stopień opanowania materiału matematyki i informatyki • umiejętność logicznego i abstrakcyjnego myślenia • umiejętność myślenia przez analogię oraz kojarzenia faktów 	<p>Zajęcia dla młodzieży chcącej przygotować się do egzaminu ósmoklasisty (grupa 18) lub zainteresowanej matematyką chcącej poszerzyć swoją wiedzę, rozwiązując różne ciekawe zadania (grupy 16, 17 i 19). Uczestnicy poznają pojęcia matematyczne i rozwiązują zadania o podwyższonym stopniu trudności, rozwiązują łamigłówki logiczne rozwijające wyobraźnię matematyczną oraz poznają gry i zabawy edukacyjne. Uczestnicy rozwiązują zadania na poziomie egzaminu ósmoklasisty lub liceum (poziom podstawowy) oraz o podwyższonym poziomie trudności.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczestnik umie rozwiązywać zadania egzaminacyjne lub konkursowe oraz poprawnie i czytelnie zapisać rozwiązanie. 	

ROZMAITOŚCI MATEMATYCZNE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 16 A. Gałęcka- Sulej	11 – 13 lat				15.00 – 17.15 s. 422	
GRUPA 17 A. Gałęcka- Sulej	13 – 14 lat			15.00 – 17.15 s. 422		
GRUPA 18 PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU ÓSOKLASISTY A. Gałęcka- Sulej	13 – 14 lat	15.00 – 17.15 s. 422				
GRUPA 19 DLA LICEALISTÓW A. Gałęcka-Sulej	15 – 18 lat		17.30 – 19.45 s. 422			

SCRATCH Z GRAFIKĄ

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie testu z logicznego myślenia, obsługi komputera oraz znajomości szkolnego materiału z matematyki 	Program obejmuje tworzenie grafiki komputerowej, fotomontaży oraz projektowanie dokumentów użytkowych przy użyciu profesjonalnych narzędzi, takich jak pakiet Corel. Uczestnicy poznają świat algorytmiki i programowania blokowego, tworząc własne gry, animacje oraz sterując robotami i mikrokontrolerami. Rozwój umiejętności logicznych wspierany jest przez gry edukacyjne, efektywne korzystanie z zasobów Internetu oraz aktywny udział w konkursach tematycznych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik zna techniki tworzenia i modyfikacji prac graficznych oraz potrafi zastosować je w różnych dokumentach. Zna podstawy programowania, w tym blokowego. 	

SCRATCH Z GRAFIKĄ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 2 W. Bogdański	9 lat				17.45 – 19.15 s. 423	

TROPICIELE KESZY

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 17 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie testu z logicznego myślenia, obsługi komputera oraz znajomości szkolnego materiału z matematyki 	Uczestnicy łączą pasję do technologii z przygodą w terenie, ucząc się obsługi systemów GPS oraz aplikacji mobilnych do odnajdywania skrytek. Podczas zajęć rozwiązują zagadki z wykorzystaniem programowania i grafiki komputerowej oraz stworzą własne kesze. W ramach zajęć biorą udział w wycieczkach po Warszawie i okolicach oraz uczestniczą w eventach, integrując się ze społecznością poszukiwaczy.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Biegłe posługuje się narzędziami cyfrowymi, takimi jak nawigacja satelitarna, aplikacje geocachingowe oraz wykorzystuje komputer do wyszukiwania informacji i cyfrowego rozwiązywania zagadek. Nabywa praktyczne umiejętności IT, w tym podstawy obróbki graficznej oraz wykorzystania prostego oprogramowania do celów projektowych. Doskonali orientację w terenie oraz umiejętność planowania tras i logistyki wypraw, wykorzystując zdobytą wiedzę podczas spotkań i eventów społecznościowych. 	

TROPICIELE KESZY	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 5 W. Bogdański	13 – 17 lat	15.30 – 17.00 s. 423				
		17.15 – 18.45 s. 423				

ZABAWY GRAFICZNE I LOGICZNE

Wojciech Bogdański wbogdanski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 8 lat	<p>Grupa początkująca:</p> <ul style="list-style-type: none"> rozwiązanie testu z logicznego myślenia, spostrzegawczości, umiejętności manualnych <p>W zależności od wieku wymagana jest znajomość liter i cyfr (klasa I) lub biegłość w czytaniu i pisaniu (od klasy II)</p>	<p>Program obejmuje naukę obsługi komputera oraz tworzenie grafiki i animacji o tematyce m. in. historycznej, społecznej, które są wykorzystywane w projektowaniu prac użytkowych. Uczestnicy rozwijają logiczne myślenie poprzez gry edukacyjne, rozwiązywanie łamigłówek oraz samodzielne tworzenie własnych prac graficznych i programów. Zajęcia łączą edukację cyfrową z aktywnością manualną, przygotowując do bezpiecznego korzystania z Internetu oraz udziału w konkursach i wydarzeniach kulturalnych.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik zna techniki tworzenia i modyfikacji prac graficznych oraz potrafi zastosować je w różnych dokumentach. 	

ZABAWY GRAFICZNE I LOGICZNE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 W. Bogdański	7 – 8 lat					16.00 – 17.30 s. 423	

Pracownia Nauki i Języków Obcych

AKWARYSTYKA		Tomasz Markiewicz tmarkiewicz@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 16 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> weryfikacja wiedzy związanej z akwarystką w formie pisemnej 	<p>Zajęcia dla młodzieży zainteresowanej rozwojem wiedzy związanej z akwarystką, jak również poszerzaniem wiedzy biologicznej.</p> <p>Uczestnicy będą uczyli się odpowiedzialności za zwierzęta w akwariach (każda osoba będzie mogła opiekować się wybranym akwariem w pracowni).</p> <p>Młodzież będzie mogła poszerzyć swoją wiedzę z zoologii, botaniki, mikroskopii, chemii i techniki w zakresie występującym w akwarystyce.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Poznanie zasad pielęgnowania ryb i roślin w akwariach. Poznanie budowy roślin wodnych oraz anatomii i fizjologii ryb. Rozwój kreatywności (aranżacja akwariów). Poszerzenie wiedzy z chemii wody w zakresie istotnym w akwarystyce Poszerzenie i uporządkowanie wiedzy w zakresie systematyki ryb i roślin wodnych. 	

AKWARYSTYKA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 T. Markiewicz	10 – 16 lat	17.30 – 19.00 s. 127				

CHEMIA MATURALNA

Agata Wiktorowicz awiktorowicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
15 – 18 lat	Grupa początkująca <ul style="list-style-type: none">test wiedzy i umiejętności z chemii z zakresu klas VII-VIII oraz chemii rozszerzonej klasy I i II, obejmujący teorie, pisanie równań reakcji, opis prostych doświadczeń i zadania obliczeniowe	Zajęcia przygotowujące do matury z chemii, przede wszystkim dla uczniów klas przedmaturalnych. Na każdym zajęciach będzie krótkie wprowadzenie teoretyczne, następnie rozwiązywanie zadań typu maturalnego, samodzielne wykonanie doświadczeń i ich opis oraz wyciągnięcie wniosków.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Utrwalenie wiadomości teoretycznych z chemii.Umiejętność przeprowadzania i opisywania doświadczeń.Posługiwanie się właściwą terminologią chemiczną.Umiejętność rozwiązywania zadań obliczeniowych różnego typu.Podwyższenie i utrwalenie wiedzy chemicznej.	

CHEMIA MATURALNA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA A. Wiktorowicz	15 – 18 lat		15.15 – 17.30 s. 127			

JĘZYK ANGIELSKI

Anna Bartoszevska abartoszevska@pm.waw.pl
Krzysztof Jeleń kjelen@pm.waw.pl
Agata Przygoda aprzygoda@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">w grupach młodszych – test obrazkowy (rozumienie ze słuchu)w grupach starszych – prosty test leksykalno-gramatyczny	<ul style="list-style-type: none">podstawowe słownictwo (np. kolory, liczby, części ciała, zwierzęta, jedzenie, rodzina, dom, szkoła, codzienne czynności, czas wolny, nawiązywanie znajomości),wierszyki, piosenki, rymowanki oraz zabawy kształtujące wyobraźnię i umiejętności językowe (nacisk na słuchanie ze zrozumieniem i powtarzanie),systematyczne opanowywanie prawidłowej artykulacji dźwięków typowych dla języka angielskiego,gry językowe z wykorzystaniem interaktywnych platform edukacyjnych.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">test leksykalno-gramatyczny – oczekiwana jest znajomość języka angielskiego na poziomie A1+/A2	<ul style="list-style-type: none">systematyczne rozwijanie znajomości słownictwa i frazeologii,stopniowe wprowadzanie i utrwalanie kolejnych czasów gramatycznych,doskonalenie wszystkich sprawności językowych (czytanie, słuchanie, mówienie, pisanie) na poziomie A2+/B1,przygotowanie do Egzaminu Ósmoklasisty.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">test leksykalno-gramatyczny – oczekiwana jest znajomość języka angielskiego na poziomie B1/B1+	<ul style="list-style-type: none">doskonalenie ogólnej kompetencji komunikacyjnej (z naciskiem na mówienie) oraz rozwój wszystkich sprawności językowych (czytanie, słuchanie, mówienie, pisanie) na poziomie średniozaawansowanym wyższym (B2/B2+),czasy, tryby warunkowe, strona bierna, mowa zależna, czasowniki frazowe,rozwijanie znajomości słownictwa i frazeologii (m.in. praca z autentycznymi tekstami anglojęzycznymi z prasy czy literatury pięknej, a także nagraniami video np. na portalu YouTube, TED Talks),przygotowanie do Egzaminu Maturalnego.

Efekty:

- Uczestnik posługuje się słownictwem i stosuje gramatykę odpowiednią do poziomu (od podstawowego do B2+).
- Uczestnik rozumie polecenia oraz różnorodne materiały w języku angielskim (nagrania, teksty, filmy) i potrafi wychwycić kluczowe informacje.
- Uczestnik potrafi tworzyć wypowiedzi pisemne (np. e-mail, list, notatka, opowiadanie, rozprawka, recenzja).
- Uczestnik potrafi prowadzić rozmowę, brać udział w dyskusji i wyrażać opinię.
- Uczestnik zna strategie egzaminacyjne oraz jest zmotywowany i przygotowany do dalszej nauki języka.

JĘZYK ANGIELSKI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 K. Jeleń	7 – 8 lat			15.00 – 16.30 s. 213			
GRUPA 9 A. Przygoda	8 – 9 lat	15.00 – 16.30 s. 215					
GRUPA 2 K. Jeleń	8 – 10 lat			16.45 – 18.15 s. 213	15.00 – 16.30 s. 213		
GRUPA 10 A. Przygoda	9 – 10 lat		15.00 – 16.30 s. 215				
GRUPA 5 A. Bartoszevska	9 – 11 lat			15.15 – 16.00 s. 215			9.15 – 10.00 s. 215
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							

GRUPA 11 A. Przygoda	10 – 11 lat	16.45 – 18.15 s. 215					
GRUPA 12 A. Przygoda	11 – 12 lat		16.45 – 18.15 s. 215				
GRUPA 3 K. Jeleń	11 – 13 lat			18.30 – 20.00 s. 213	16.45 – 18.15 s. 213		
GRUPA 6 A. Bartoszewska	11 – 13 lat			16.15 – 17.00 s. 215			10.15 – 11.00 s. 215
GRUPA 4 „Egzamin Ósmoklasisty” K. Jeleń	13 – 14 lat				18.30 – 20.00 s. 213		
GRUPA 7 A. Bartoszewska	13 – 15 lat			17.15 – 18.00 s. 215			11.15 – 12.45 s. 215
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 8 A. Bartoszewska	15 – 19 lat			18.15 – 19.45 s. 215			13.00 – 13.45 s. 215

JĘZYK HISZPAŃSKI

Katarzyna Świdarska kswiderska@pm.waw.pl
Maria Strus mstrus@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 18 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">• test predyspozycji językowej	Poznanie podstawowego słownictwa, codziennych zwrotów oraz nauka poprzez gry i zabawy językowe, a także rozwijanie wymowy i ortografii. Opanowywanie podstaw gramatyki i zagadnień leksykalnych. Rozwijanie rozumienia ze słuchu i pracy z tekstem oraz zdobywanie podstawowych informacji o kulturze i życiu codziennym krajów hiszpańskojęzycznych.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• test diagnostyczny z języka hiszpańskiego	Poszerzanie słownictwa oraz rozwijanie komunikacji w codziennych sytuacjach. Utrwalanie i poszerzanie gramatyki, m.in. czasu teraźniejszego, imiesłowu czynnego, liczby mnogiej, stopniowania przymiotników. Doskonalenie rozumienia tekstów i nagrań oraz poznawanie kultury krajów hiszpańskojęzycznych, ich tradycji i zwyczajów.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• test diagnostyczny z języka hiszpańskiego	Doskonalenie płynnej i swobodnej komunikacji w różnych sytuacjach oraz rozwijanie bogatego słownictwa. Opanowywanie zaawansowanej gramatyki: czasów, trybów i struktur językowych. Analizowanie trudniejszych tekstów i nagrań oraz pogłębianie wiedzy o kulturze krajów hiszpańskojęzycznych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">▪ Rozwinięcie umiejętności komunikowania się w języku hiszpańskim na różnych poziomach zaawansowania.▪ Poszerzenie zasobu słownictwa oraz poprawne stosowanie struktur gramatycznych.▪ Rozumienie tekstów pisanych i wypowiedzi ustnych o różnym stopniu trudności.▪ Nabycie umiejętności poprawnej wymowy i stosowania zasad ortografii.▪ Zdobycie wiedzy o kulturze, tradycjach i życiu codziennym krajów hiszpańskojęzycznych.	

JĘZYK HISZPAŃSKI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 6 K. Świdorska	7 – 8 lat					14:45 – 16:15 s. 212	
GRUPA 9 M. Strus	8 – 9 lat	15:15 – 16:00 s. 213	15:15 – 16:00 s. 213				
GRUPA 4 K. Świdorska	13 – 14 lat	15:30 – 16:15 s. 212			16:15 – 17:45 s. 212		
GRUPA 10 M. Strus	14 – 15 lat	19:00 – 19:45 s. 213	18:15 – 19:45 s. 213				
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 7 M. Strus	9 – 10 lat	16:15 – 17:00 s. 213	16:15 – 17:00 s. 213				
GRUPA 1 K. Świdorska	10 – 12 lat		15:15 – 16:45 s. 212				
GRUPA 3 K. Świdorska	13 – 16 lat	16:30 – 18:00 s. 212			15:15 – 16:00 s. 212		
GRUPA 2 K. Świdorska	15 – 18 lat		17:00 – 17:45 s. 212	17:00 – 18:30 s. 212			
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 8 M. Strus	12 – 13 lat	17:15 – 18:45 s. 213	17:15 – 18:00 s. 213				
GRUPA 5 K. Świdorska	13 – 18 lat	18:15 – 19:45 s. 212		18:45 – 19:30 s. 212			

JĘZYK POLSKI

Julita Pniewska jpniewska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 14 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">test predyspozycji językowych	Zabawy z językiem polskim <p>Zajęcia mają na celu rozwijanie umiejętności językowych dzieci poprzez różnorodne gry i zabawy. Uczestnicy będą mieli okazję ćwiczyć poprawną wymowę, poszerzać słownictwo oraz rozwijać kreatywność w używaniu języka polskiego.</p> <p>Zajęcia są dostosowane do poziomu rozwoju uczestników, umożliwiając im naukę poprzez zabawę, co sprawia, że język polski staje się dla nich interesujący i łatwiejszy do opanowania.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">test predyspozycji językowych	Krok do egzaminu – język polski dla siódmoklasistów <p>Zajęcia z języka polskiego to kompleksowe przygotowanie dla uczniów klasy siódmej, które ma na celu usystematyzowanie wiedzy z zakresu języka polskiego przed egzaminem. Program zajęć skupia się na kluczowych umiejętnościach, takich jak analiza tekstów, praca z literaturą, tworzenie wypowiedzi pisemnych oraz znajomość gramatyki i ortografii.</p>
		Język polski w pigułce – przygotowanie do egzaminu ósmoklasisty <p>Zajęcia mają na celu przygotowanie uczniów do egzaminu ósmoklasisty z języka polskiego. Skupiają się na najważniejszych zagadnieniach, które są wymagane na egzaminie, a także pomagają w rozwijaniu umiejętności niezbędnych do efektywnego zdania testu. Podczas zajęć powtórzymy lektury, utrwalimy zasady tworzenia długich i krótkich form pisemnych, omówimy istotne zagadnienia literackie oraz językowe, będziemy rozwiązywać i analizować arkusze egzaminacyjne.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Wzbogaca słownictwo, potrafi tworzyć proste wypowiedzi, rozwija kreatywność.Utrwala znajomość lektur obowiązkowych.Rozwiązuje zadania egzaminacyjne i pracuje z arkuszami.Rozwija umiejętność pisania rozprawki, opowiadania i przemówienia.Utrwala zagadnienia z gramatyki, ortografii i interpunkcji.	

JĘZYK POLSKI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 Zabawy z językiem polskim J. Pniewska	8 – 9 lat	15.30 – 17.00 s. 334			15.30 – 17.00 s. 334		
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 5 Krok do egzaminu J. Pniewska	12 – 13 lat		16.00 – 17.30 s. 334			16.00 – 17.30 s. 334	
GRUPA 6 Krok do egzaminu J. Pniewska	12 – 13 lat			17.15 – 18.45 s. 334			
GRUPA 2 Język polski w pigułce J. Pniewska	13 – 14 lat	17.15 – 18.45 s. 334		15.30 – 17.00 s. 334			
GRUPA 3 Język polski w pigułce J. Pniewska	13 – 14 lat		17.45 – 19.15 s. 334				
GRUPA 4 Język polski w pigułce J. Pniewska	13 – 14 lat				17.15 – 18.45 s. 334		

MŁODZI NAUKOWCY

Agata Wiktorowicz awiktorowicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 13 lat	<p>Grupy początkujące:</p> <ul style="list-style-type: none"> • test wiedzy przyrodniczej na poziomie klasy IV, badający również zdolność logicznego myślenia, zainteresowania i kreatywność • rozmowa z Instruktorem na tematy przyrodnicze 	<p>Uczestnicy podczas zajęć poznają zasady pracy w pracowni chemicznej, nauczą się wykonywania prostych doświadczeń w sposób bezpieczny oraz opisu obserwacji i wyciągania wniosków.</p> <p>Podczas zajęć poznają dorobek polskich naukowców i poznają najnowsze osiągnięcia naukowe w dziedzinie medycyny, chemii, fizyki i nauki. Nauczą się prowadzenia dyskusji na tematy naukowe, myślenia i wyciągania wniosków.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczestnicy umieją przeprowadzić samodzielnie proste doświadczenie chemiczne, opisać obserwacje i wyciągnąć wnioski. ▪ Uczestnicy potrafią zadbać o swoje bezpieczeństwo podczas wykonywania doświadczeń fizycznych i chemicznych. ▪ Uczestnicy rozwiną zainteresowania naukami eksperymentalnymi i technicznymi. ▪ Uczestnicy będą kształtować umiejętności prowadzenia dyskusji i argumentowania, oraz prezentacji wyników swoich prac. 	

MŁODZI NAUKOWCY	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 1 A. Wiktorowicz	10 – 17 lat		17.45 – 20.00 s. 127			
GRUPA 2 A. Wiktorowicz	10 – 17 lat			16.15 – 18.30 s. 127		

POLSKA W ŚWIECIE

Agata Markowska amarkowska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
17 – 19 lat	<p>Zajęcia przeznaczone są tylko dla uczniów klas maturalnych.</p> <ul style="list-style-type: none"> badanie uzdolnień obejmuje sprawdzenie wiadomości i umiejętności ujęte w podstawie programowej z geografii w zakresie rozszerzonym dla szkół ponadpodstawowych 	<p>Uczestnicy poznają warunki przyrodnicze, demograficzne i gospodarcze Polski na tle Europy i świata. Analizują położenie geopolityczne kraju, strukturę ludności oraz rozwój rolnictwa, przemysłu i usług, w tym handel zagraniczny. Uczą się także pracy z mapą i danymi statystycznymi.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Uczestnik zna warunki środowiska przyrodniczego Polski oraz potrafi zastosować je i odnieść w skali regionalnej i globalnej. 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. 	

POLSKA W ŚWIECIE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA A. Markowska	17 – 19 lat	16.55 – 19.10 19.15 – 20.00 s. 127				

Pracownia Sportów Wodnych

PIŁKA WODNA		Ignacy Stępiński istepinski@pm.waw.pl Jakub Słowikowski jslowikowski@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> dobra umiejętność pływania, silna budowa ciała, predyspozycje psychofizyczne, przepłynięcie 25 m kraulem na czas, poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym 	<p>Uczestnik doskonali techniki piłki wodnej, pływania stylami: kraulem, grzbietowym, klasycznym oraz motylkowym. Edukacja w zakresie aktywności, zdrowia i bezpieczeństwa. Udział w zawodach i turniejach piłki wodnej w kategorii Dzieci. Udział w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży – Wielobój Pływacki w Pływaniu.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> bardzo dobra umiejętność pływania silna budowa ciała, predyspozycje psychofizyczne, przepłynięcie 50 m kraulem na czas, poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym 	<p>Uczestnik doskonali pływania stylami: kraulem, grzbietowym, klasycznym, dowolnym i motylkowym, sprawności specjalnej oraz techniki w piłce wodnej. Edukacja w zakresie aktywności, zdrowia i bezpieczeństwa. Udział w zawodach i turniejach piłki wodnej w kategorii Młodzików, Juniorów Młodszych i Juniorów. Udziału w obozach letnich i zimowych oraz zgrupowaniach.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> ocenie podlega czas przepłynięcia kraulem oraz technika pływania stylem grzbietowym i stylem klasycznym. ćwiczenia koordynacyjne i siłowe na łądzie 	<p>Uczestnik doskonali pływania stylami: kraulem, grzbietowym, klasycznym, dowolnym i motylkowym, sprawności specjalnej oraz techniki w piłce wodnej. Edukacja w zakresie aktywności, zdrowia i bezpieczeństwa. Zapoznanie z taktyką gry. Udział w zawodach i turniejach piłki wodnej w kategorii Młodzików, Juniorów Młodszych i Juniorów. Udziału w obozach letnich i zimowych oraz zgrupowaniach.</p>

Efekty:

- Umiejętność pływania czterema stylami pływackimi oraz technik waterpolowych;
- Kształtowanie postawy fair play oraz poczucia ducha sportu;
- Poznanie wartości pracy zespołowej w grze drużynowej;
- Zbudowanie postawy odpowiedzialności za współwiczających;
- Znajomość zasad bezpieczeństwa i zdrowia.

PIŁKA WODNA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 7 J. Słowikowski	10 – 13 lat	15.50 – 16.35		16.40 – 17.25			
GRUPA 6 I. Stępiński	10 – 13 lat	15.50 – 16.35				17.40 – 18.25	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 5 I. Stępiński	13 – 19 lat	16.40 – 17.25		17.40 – 19.15		19.15 – 20.00	
GRUPA 4 I. Stępiński	11 – 14 lat	15:00 – 15:45		15:00 – 16:30		18:30 – 19:15	
GRUPA 3 J. Słowikowski	14 – 16 lat	16:40 – 18:25		17:40 – 19:15			
GRUPY ZAAWANSOWANE							

GRUPA 2 I. Stępiński	16 – 19 lat	18:30 – 20:00		19:15 – 20:00			
GRUPA 1 J. Słowikowski	16 – 19 lat	18:30 – 20:00		19:15 – 20:00			

PŁYWANIE		Milena Okrzeja mokrzeja@pm.waw.pl Bogdan Rosiek broziek@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 18 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> podstawowa umiejętność pływania – kraul, grzbiet, “żabka”, ruch delfinowy nóg przeplnięcie dystansu 25 m na piersiach, 25 m na plecach predyspozycje psychofizyczne 	Dzieci zaznajamiają się z podstawowymi umiejętnościami pływackimi (prawidłowe oddychanie i nurkowanie w wodzie). Uczestnicy przepływają na brzuchu i na plecach bez zatrzymania 25 m. Udział w zajęciach w grupie na głębokim basenie.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> 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) 	Uczestnicy doskonalą techniki skoków startowych do wszystkich stylów pływackich. Doskonalą pływanie stylami pływackimi na poziomie średniozaawansowanym. Doskonalą pływanie pod powierzchnią wody na dystansie 15 m, wyławiają przedmioty z dna pływalni z różnej głębokości.

	<p>Grupy zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 	<p>Uczestnicy usprawniają techniki nawrotów pływackich. Doskonają pływanie stylami pływackimi na poziomie zaawansowanym. Doskonają pływanie pod powierzchnią wody na dystansie 25 m, wyławiają przedmioty z dna pływalni z różnej głębokości.</p>
<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Opanowanie umiejętności pływania czterema stylami pływackimi. ▪ Prawidłowa technika skoków na nogi i na głowę. ▪ Uczestnik wyposażony został w podstawowe wiadomości z zakresu aktywnego i bezpiecznego wypoczynku nad wodą. ▪ Wszechstronny i harmonijny rozwój młodego organizmu; poprawa kondycji fizycznej i koordynacji ruchowej. ▪ Wyposażenie w kompetencje społeczne: empatia, koleżeństwo, współodpowiedzialność za innych. 		

PŁYWANIE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 M. Okrzeja	8 – 9 lat		15.00 – 15.45		15.00 – 15.45		
GRUPA 6 M. Okrzeja	8 – 9 lat				15.50 – 16.35		09.30 – 10.15

GRUPA 8 B. Rosiek	8 – 9 lat		15.00 – 15.50		15.50 – 16.35		12.50 – 13.35
GRUPA 9 B. Rosiek	8 – 9 lat		15.50 – 16.35		15.00 – 15.45		09.30 – 10.15
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 M. Okrzeja	10 – 12 lat		16.40 – 17.25			15.50 – 16.35	
GRUPA 4 M. Okrzeja	10 – 12 lat		17.40 – 18.25			15.00 – 15.45	
GRUPA 10 B. Rosiek	10 – 12 lat		16.40 – 17.25	15.00 – 15.45			
GRUPA 11 B. Rosiek	13 – 14 lat		17.40 – 18.25		17.40 – 18.25		
GRUPA 7 M. Okrzeja	13 – 14 lat				16.40 – 17.25		10.20 – 11.05
GRUPA 12 B. Rosiek	15 – 16 lat			15.50 – 16.35			11.10 – 11.55
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2 M. Okrzeja	10 – 12 lat		15.50 – 16.35			16.40 – 17.25	
GRUPA 5 M. Okrzeja	14 – 16 lat		18.30 – 19.15				11.10 – 11.55
GRUPA 13 B. Rosiek	17 – 18 lat				18.30 – 19.15		12.00 – 12.45

RATOWNICTWO WODNE

Konrad Kasjaniuk kkasjaniuk@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
15 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">• 50 metrów stylem dowolnym w czasie poniżej 45 sekund• skok na nogi z 3 metrów – poprawna technika pracy nóg w stylu klasycznym• przepłynięcie pod wodą 10 metrów• umiejętność pływania 3 stylami	Nauka i doskonalenie czterech stylów pływackich obejmuje również naukę nurkowania w obrębie pływalni oraz podstawowe elementy ratownictwa wodnego. Program rozszerzony jest o dodatkowe style typowo ratownicze. Uczestnicy biorą także udział w zajęciach z rozbudowanej pierwszej pomocy (wykłady i ćwiczenia) oraz w imprezach i zawodach pływackich Pałacu Młodzieży.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• zaliczenie pierwszego roku zajęć ratownictwa	Pływanie ratownicze i techniki ratownicze obejmują rozwijanie umiejętności pływackich do poziomu młodszego ratownika wodnego, naukę holowania co najmniej trzema sposobami oraz stosowanie chwytów ratowniczych. Program zawiera także obsługę urządzeń ratowniczych i sprzętu podręcznego, w tym łódek, a także naukę freedivingu i prawidłowego użycia maski, płetw oraz fajki. Dodatkowo uczestnicy zdobywają umiejętności pomocnika na motorówce oraz biorą udział w zajęciach kajakarstwa na Wiśle i jej dopływach.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• zaliczenie drugiego roku ratownictwa	Pływanie ratownicze i techniki ratownicze obejmujące rozwijanie umiejętności pływackich do poziomu ratownika wodnego oraz kajakarstwo na Wiśle i jej dopływach. Program zawiera zaawansowane techniki ratownictwa wodnego na wodach szybko płynących, ratownictwo lodowe oraz naukę motorowodniactwa i obsługę silników mechanicznych. Uczestnicy uczą się także wydobywania i ewakuacji poszkodowanych z różnych jednostek pływających (z uwzględnieniem stanu zdrowia i przytomności) oraz realizują działania zespołowe w praktyce, takie jak kontrolowana wywrotka jachtu.

Efekty:

- Uczestnicy stopniowo budują wysoką sprawność fizyczną i wytrzymałość.
- Nabywają umiejętność pracy w zespole ratowniczym.
- Posiadają wiedzę o pierwszej pomocy.
- Stają się wysoko wykwalifikowaną kadrą wodną.

Ratownictwo Wodne		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat	15.00 – 15.45			16.40 – 17.25 17.40 – 18.30 w		
GRUPA 2 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat	19.15 – 20.00		15.00 – 15.45 15.50 – 16.35 w			
GRUPA 6 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat					15.00 – 15.45 15.50 – 16.35 w 16.40 – 17.25	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat	15.50 – 16.35 w 16.40 – 17.25			18.30 – 19.15		
GRUPA 4 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat	17.40 – 18.30 w 18.30 – 19.15			19.15 – 20.00		
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 5 K. Kasjaniuk	15 – 19 lat		17.40 – 18.30 w 18.30 – 19.15 19.15 – 20.00				

SKOKI DO WODY

Agnieszka Rolańska arolanska@pm.waw.pl
 Agnieszka Strómiłło astromillo@pm.waw.pl
 Urszula Szewczyk uszewczyk@pm.waw.pl
 Bartłomiej Krynicki bkrynicky@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie próby gibkościowej, skocznościowej, siłowej oraz koordynacyjnej na Sali gimnastycznej przeplnięcie dowolnym stylem 25 m wykonanie skoków szkolnych na nogi z brzegu, słupka, trampoliny 1m/3m na pływalni 	Uczestnicy poznają podstawowe skoki na nogi przodem i tyłem z trampoliny 1m i 3m oraz wieży 5m. Skaczą na głowę przodem z trampoliny 1m i 3m. Doskonają pływanie trzema podstawowymi stylami pływackimi. Uczestnicy opanowują ćwiczenia gimnastyczne o charakterze ogólnorozwojowym z elementami akrobatyki.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie próby gibkościowej, skocznościowej, siłowej oraz koordynacyjnej na Sali gimnastycznej przeplnięcie dowolnym stylem 25 m wykonanie skoków szkolnych na nogi z brzegu, słupka, trampoliny 1m/3m na pływalni 	Uczestnicy poznają podstawowe skoki na nogi przodem i tyłem z trampoliny 1m i 3m oraz wieży 5m, 7,5m, 10m. Skaczą na głowę przodem i tyłem z trampolin i wieży. Kręcą salta w przód i w tył z różnych wysokości. Doskonają pływanie trzema podstawowymi stylami pływackimi. Uczestnicy opanowują ćwiczenia gimnastyczne o charakterze ogólnorozwojowym z elementami akrobatyki.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie próby gibkościowej, skocznościowej, siłowej oraz koordynacyjnej na Sali gimnastycznej przeplnięcie dowolnym stylem 25 m wykonanie salt w przód i w tył oraz stania na rękach na sali gimnastycznej wykonanie 5 skoków po jednym z każdej grupy skoków sportowych z trampoliny 1/3 m oraz wieży 	Uczestnicy budują swoje programy sportowe w poszczególnych kategoriach wiekowych (wg przepisów FINA) z trampolin i wieży. Uczestnicy doskonają technikę podczas ćwiczeń gimnastycznych o charakterze ogólnorozwojowym, akrobatycznym i specjalistycznym. Biorą udział we współzawodnictwie ogólnopolskim i międzynarodowym.

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.
- Skompletowanie indywidualnych programów startowych.
- Uczestnicy w zależności od zaawansowania biorą udział we współzawodnictwie ogólnogrupowym/krajowym/międzynarodowym.

SKOKI DO WODY		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 2 A. Strómiłło	6 – 7 lat				15.50 – 17.20		9.30 – 11.00
GRUPA 6 U. Szewczyk	6 – 7 lat			15.00 – 16.30		15.50 – 17.20	
GRUPA 11 A. Rolańska	8 – 9 lat		15.00 – 16.30		15.00 – 16.30		
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 A. Strómiłło	7 – 9 lat	15.00 – 16.30				15.00 – 16.30	
GRUPA 4 A. Strómiłło	10 – 14 lat				15.00 – 15.45		12.50 – 13.35

GRUPA 7 U. Szewczyk	8 – 10 lat				18.30 – 20.00		12.00 – 13.30
GRUPA 8 U. Szewczyk	11 – 13 lat		15.00 – 15.45	16.40 – 17.25			
GRUPA 9 U. Szewczyk	13 – 15 lat		15.50 – 17.20				
GRUPA 12 A. Rolańska	15 – 16 lat			15.50 – 17.20		15.50 – 16.35	
GRUPA 13 A. Rolańska	17 – 18 lat			17.40 – 19.10		15.00 – 15.45	
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 1 A. Strómiłło B. Krynicki	6 – 19 lat		17.40 – 19.10			16.50 – 18.20	11.10 – 12.40
GRUPA 5 U. Szewczyk	6 – 19 lat		18.30 – 20.00		16.50 – 18.20		10.20 – 11.50
GRUPA 10 A. Rolańska	6 – 19 lat		17.40 – 19.10		18.30 – 20.00		9.30 – 11.00

UNLOCK – KLUB GIER PLANSZOWYCH

Zuzanna Kamińska zkaminska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	<ul style="list-style-type: none"> rozegranie fragmentu gry planszowej, strategicznej 	<p>Podczas spotkań uczestnicy mają okazję poznać różnorodne gry – od klasycznych tytułów (Magia i Miecz, Catan), przez gry strategiczne i logiczne (Smallworld, Plemiona Wiatru, Carcassonne), po nowoczesne gry kooperacyjne (Pokój 25, Bang). Zajęcia sprzyjają integracji, uczą zasad fair play, planowania, podejmowania decyzji oraz radzenia sobie z wygraną i porażką. Klub stanowi bezpieczną i przyjazną przestrzeń do spędzania czasu wolnego bez ekranów, rozwijania pasji oraz nawiązywania relacji rówieśniczych.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Doskonalenie myślenia logicznego i strategicznego, ćwiczenie pamięci i spostrzegawczości. Ćwiczenie planowania i przewidywania skutków własnych działań, umiejętności podejmowania decyzji. Ćwiczenie strategii radzenia sobie z emocjami związanymi z wygraną i porażką. Znajomość zasad i mechaniki gier planszowych, poznanych na zajęciach. Udział w eventach, turniejach i przedsięwzięciach o tematyce gier planszowych. 	

UNLOCK – KLUB GIER PLANSZOWYCH	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA Z. Kamińska	13 – 19 lat				17.15 – 19.30 s. 358	

WOLONTARIAT MŁODZIEŻOWY

Zuzanna Kamińska zkaminska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 19 lat	<ul style="list-style-type: none"> przedstawienie swoich mocnych stron i zainteresowań podczas rozmowy z instruktorem 	<p>Wolontariat Młodzieżowy to grupa aktywnych i zaangażowanych młodych ludzi, którzy chcą działać na rzecz innych oraz swojego otoczenia. Naszym celem jest pomoc w strukturze organizacyjnej Pałacu Młodzieży, rozwijanie wrażliwości społecznej i budowanie postaw odpowiedzialności, empatii oraz współpracy. Jest to także przestrzeń do nawiązywania przyjaźni, pracy zespołowej i realizowania własnych pomysłów.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kształtowanie postaw prospołecznych i obywatelskich. Rozwój umiejętności współpracy w grupie i komunikacji interpersonalnej. Nauka planowania działań, organizacji pracy i realizacji projektów. Uzyskanie zaświadczenia o wolontariacie w wymiarze godzin zgodnym z potrzebami uczestników. Przygotowanie do roli Asystenta, Funkcyjnego Akcji Letniej, Instruktora Społecznego Pałacu Młodzieży. 	

WOLONTARIAT MŁODZIEŻOWY	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA Z. Kamińska	12 – 19 lat		17.15 – 18.45 s. 365			

ŻEGLARSTWO

Zuzanna Kamińska zkaminska@pm.waw.pl

Anna Mitura amitura@pm.waw.pl

Karolina Zielińska-Wróblewska kzielinska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">przełynięcie dystansu 15 metrów na pływalni o głębokości 1,6 metrawykonanie węzła żeglarskiego po wcześniejszym pokazie instruktora	Podczas zajęć dzieci zapoznają się z budową jachtu, podstawowym słownictwem żeglarskim oraz najważniejszymi znakami i przepisami obowiązującymi na wodzie. W przystępnej formie (z elementami zabawy i ćwiczeń praktycznych) poznają również podstawowe węzły oraz nauczą się rozpoznawać warunki pogodowe.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">przełynięcie dystansu 25 metrów na pływalni o głębokości > 1,6 metrawykonanie węzła żeglarskiego po wcześniejszym pokazie instruktora	Poznanie budowy jachtu, podstaw teorii żeglowania, przepisów i znaków żeglugowych, a także elementów meteorologii i ratownictwa wymaganych na egzaminie na patent żeglarza jachtowego. Nauka etykiety żeglarskiej oraz wybranych szant i pieśni morskich. Doskonalenie wiązania i praktycznego zastosowania węzłów żeglarskich.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">przełynięcie dystansu 25 metrów na pływalni o głębokości > 1,6 metraposiadanie patentu Żeglarza Jachtowegorozmowa z instruktorem	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: <ul style="list-style-type: none">Przygotowanie uczestników do obozów żeglarskich, szkoleniowych i doskonalących w Pieczarkach.Opanowanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających żeglowanie na małych łodziach szkoleniowych typu Optimist (grupy początkujące).Opanowanie wiedzy i umiejętności umożliwiających samodzielne prowadzenie jachtu żaglowego po wodach śródlądowych (grupy średnio zaawansowane).Opanowanie wiadomości i umiejętności umożliwiających pełnienie roli funkcyjnych i kadry żeglarskiej (grupy zaawansowane).	

ŻEGLARSTWO		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 wstęp do żeglarstwa Z. Kamińska	7 – 8 lat		15.30 – 17.00 s. 354				
GRUPA 2 wstęp do żeglarstwa Z. Kamińska	9 – 11 lat					15.30 – 17.00 s. 354	
GRUPA 3 wstęp do żeglarstwa A. Mitura	12 – 14 lat		17.30 – 19.00 s. 354				
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 4 Podstawy żeglarstwa A. Mitura	12 – 14 lat			16.00 – 17.30 s. 354			
GRUPA 5 szkolenie na patent Żeglarza Jachtowego K. Zielińska	14 – 19 lat					17.30 – 19.45 s. 354	
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 6 doskonaląca I A. Mitura	15 – 19 lat			17.45 – 19.15 s. 354			
GRUPA 7 doskonaląca II K. Zielińska	16 – 19 lat				17.30 – 19.45 s. 354		

Pracownia Sportu i Rekreacji

FITNESS		Aleksandra Włodarczyk awlodarczyk@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat dziewczęta 15 – 19 lat chłopcy	<p>Grupa początkująca:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przysiady • pompki damskie • brzuszki • deska • bieg w miejscu <p>Grupa początkująca (kalisteniczna):</p> <ul style="list-style-type: none"> • podciągnięcia na drążku • stanie na rękach • pompki 	<p>Kształtowanie sprawności ogólnej. Nauka oraz doskonalenie: różnorodnych form fitness, techniki ćwiczeń gibkościowych – stretching, ćwiczeń aerobowych i siłowych oraz gimnastyki ogólnorozwojowej oraz gimnastyki korekcyjnej. Przekazywanie informacji na temat zdrowego odżywiania i zdrowego stylu życia. Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez wspólny udział w imprezach o charakterze prozdrowotnym.</p> <p>Kształtowanie sprawności ogólnej. Nauka oraz doskonalenie podstaw elementów kalistenicznych oraz praca z własną masą ciała. Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez wspólny udział w imprezach o charakterze prozdrowotnym. Przekazywanie informacji na temat zdrowego odżywiania i zdrowego stylu życia.</p>
	<p>Grupy średnio zaawansowane i zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bieg w miejscu • brzuszki • przysiad – wyskok • deska • pompki 	<p>Kształtowanie sprawności ogólnej. Nauka oraz doskonalenie: różnorodnych form fitness, techniki ćwiczeń gibkościowych – stretching, ćwiczeń aerobowych i siłowych. Tworzenie układów fitness. Elementy gimnastyki korekcyjnej i gimnastyki ogólnorozwojowej. Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez wspólny udział w imprezach o charakterze prozdrowotnym. Przekazywanie informacji na temat zdrowego odżywiania i zdrowego stylu życia.</p>

Efekty:

- Podniesienie sprawności fizycznej, zwiększenie masy mięśniowej, poprawa kondycji oraz koordynacji ruchowej.
- Poprawna technika wykonywanych ćwiczeń.
- Umiejętność samodzielnego doboru ćwiczeń na wybrane grupy mięśniowe zarówno z własną masą ciała jak i z różnego rodzaju przyborami i przyrządami.
- Umiejętność współpracy w grupie.
- Możliwość poznania różnorodnych form zajęć fitness z wykorzystaniem rozmaitego sprzętu.

FITNESS		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 A. Włodarczyk	10 – 14 lat		15.20 – 16.50 Mała sala sportowa III p.				
GRUPA 3 Kalistenika A. Włodarczyk	15 – 19 lat	16.50 – 18.20 Mała sala sportowa III p.					
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 A. Włodarczyk	12 – 16 lat		17.00 – 18.30 Mała sala sportowa III p.				
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 4 A. Włodarczyk	15 – 19 lat	18.30 – 20.00 Mała sala sportowa III p.					

GRY i ZABAWY SPORTOWE

Sebastian Giedroń sgiedroic@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 16 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">• pokonanie prostego toru przeszkód na czas (gr. 4)• bieg wahadłowy z przekładaniem piłeczek na czas (gr. 1, 2)• bieg po kopercie z kozłowaniem piłki na czas (gr. 3)	<p>Rozwijanie zdolności motorycznych i koordynacyjnych poprzez gry i zabawy sportowe. Nauka podstawowych elementów technicznych i taktycznych z zakresu różnych gier zespołowych (koszykówka, siatkówka, piłka ręczna, piłka nożna, unihokej).</p> <p>Rozwijanie pozytywnych emocji, umiejętności współpracy w grupie, umiejętności radzenia sobie z porażką i zwycięstwem, przestrzeganie zasady fair play.</p> <p>Rozwijanie zainteresowania aktywnością fizyczną poprzez udział w grach i zabawach sportowych.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">▪ Poprawi swoją sprawność fizyczną i poszczególne cechy motoryczne.▪ Poprawi swoją koordynację wzrokowo-ruchową.▪ Zdobędzie podstawowe wiadomości i umiejętności z zakresu gier i zabaw sportowych.▪ Zdobędzie podstawowe umiejętności techniczno-taktyczne obejmujące gry i zabawy sportowe.▪ Pozna podstawowe przepisy gier i zabaw sportowych.	

GRY i ZABAWY SPORTOWE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 4 S. Giedroić	6 – 7 lat	16.50 – 17.35 Sala sportowa II p.			16.50 – 17.35 Sala sportowa II p./s. 329		
GRUPA 1 S. Giedroić	8 – 10 lat	17.40 – 18.25 Sala sportowa II p.					9.00 – 10.30 Sala sportowa II p.
GRUPA 2 S. Giedroić	9 – 12 lat	18.30 – 20.00 Sala sportowa II p.			17.40 – 18.25 Sala sportowa II p.		
GRUPA 3 S. Giedroić	12 – 16 lat				18.30 – 20.00 Sala sportowa II p.		

KULTURYSTYKA		Sławomir Maciejewski smaciejewski@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • skłony do przodu na ławce skośnej (max), • podciąganie na drążku (max) • pompki (max) 	Nauka techniki wykonywania ćwiczeń kulturystycznych i siłowych. Nabywanie wiedzy o metodyce treningu kulturystycznego. Nabywanie wiedzy o sportowym odżywianiu.

	<p>Grupy zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • skłony do przodu na ławce skośnej (max) • podciąganie na drążku (max) • pompki (max) 	<p>Nauka nowych ćwiczeń kulturystycznych i techniki ich wykonywania. Pogłębianie wiedzy o metodyce treningu kulturystycznego. Bezpieczne i samodzielne wykonywanie treningów.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wszechstronny i poprawa sprawności fizycznej. ▪ Osiągnięcie harmonijnego i proporcjonalnego wyglądu całego ciała. ▪ Systematyczna praca nad: <ul style="list-style-type: none"> – wzrostem siły i masy mięśniowej, – redukcją tkanki tłuszczowej. ▪ Udział w pokazach kulturystycznych w ramach imprez pałacowych. 	

KULTURYSTYKA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 1 S. Maciejewski	13 – 19 lat	16.55 – 17.40 Siłownia (s. 465)		16.55 – 18.25 Siłownia (s. 465)			
GRUPA 2 S. Maciejewski	13 – 19 lat	17.40 – 18.25 Siłownia (s. 465)		18.30 – 20.00 Siłownia (s. 465)			
GRUPA 3 S. Maciejewski	13 – 19 lat	18.30 – 19.15 Siłownia (s. 465)			16.55 – 18.25 Siłownia (s. 465)		
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 4 S. Maciejewski	13 – 19 lat	19.15 – 20.00 Siłownia (s.465)			18.30 – 20.00 Siłownia (s. 465)		

ROLKI

Joanna Łukaszewicz jlukaszewicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">ocena techniki jazdy do przodu i hamowania na wyznaczonym torze	Opanowanie prawidłowych wzorców ruchowych. Pogłębianie wiedzy z zakresu unihokeja na rolkach, freestyle slalomu, freesakte oraz skate crossa.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">ocena techniki jazdy do przodu, do tyłu hamowania i skręcania na wyznaczonym torze	Uczestnicy zajęć przygotowują się do udziału w zawodach oraz pokazach. Na zajęciach zdobywają szczegółową wiedzę i doskonałą umiejętności z zakresu jazdy szybkiej, freestyle salomu, freeskate oraz skate crossa
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Uczestnicy zajęć pogłębiają umiejętności z zakresu freestyle slalom, freeskate oraz skate crossa.Uczestnicy dążą do doskonalenia swoich umiejętności ruchowych.Budowanie pewności siebie.Uczestnicy zajęć biorą udział w zawodach i pokazach.	

ROLKI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 1 J. Łukaszewicz	7 – 14 lat			15.00 – 16.30 Sala sportowa II p.		15.00 – 15.45 Mała sala sportowa III p.	
GRUPA 4 J. Łukaszewicz	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.
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 Mistrzowska J. Łukaszewicz	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 2 J. Łukaszewicz	10 – 19 lat			17.30 – 19.00 Korytarz przy pływalni		17.25 – 18.10 Siłownia (s. 465)	11.50 – 12.35 Sala sportowa II p.

SURVIVAL

Sławomir Maciejewski smaciejewski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> rozmowa kwalifikacyjna 	Nabywanie teoretycznych i praktycznych umiejętności z zakresu survivalu i bushcraftu. Wyjazdy terenowe (tzw. mini wyprawy). Wszechstronne szkolenia w bazie survivalowej w Ośrodku Pałacu Młodzieży w Pieczarkach k/Giżycka. Podnoszenie ogólnej sprawności fizycznej.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnicy potrafią rozpalać ogniska przy użyciu krzesiwa, filtrować wodę, budować schronienia, organizować obozowiska. Potrafią planować wyprawy i dobierać niezbędne wyposażenie. Znają ofertę rynkową dotyczącą sprzętu i wyposażenia w survivalu i bushcraftie. Znają historię traperstwa. 	

SURVIVAL		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 S. Maciejewski	13 – 19 lat					17.15 – 18.45 Ogród zimowy	

SZERMIERKA

Sebastian Koziejowski skoziejowski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">bieg wahadłowy na czas z przenoszeniem piłeczek	Uczestnicy uczą się i doskonalą podstawy pracy nóg szermierczej (kroki w przód i w tył, wypady, sunięcia, rzuty). Uczą się techniki posługiwania floretem (trzymanie broni, podstawowe zasłony, pchnięcia). Uczestnicy zapoznają się z podstawowymi działaniami szermierczymi (natarcia, obrona). Przygotowują się do pojedynków - poznają zasady walki i bezpiecznego zachowania się.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">wykonanie wybranych elementów technicznych na poziomie dobrym.<ol style="list-style-type: none">Natarcie wypadem i sunięciem.Przyjmowanie zasłon: czwartej, szóstej i przeciw-szóstej.	Uczestnicy doskonalą umiejętności szermiercze poprzez ćwiczenia w parach i walki. Uczą się nowych elementów: zasłony dolne, okrężne, natarcia zwodzone. Poznają znaczenie taktyki podczas walki. Przygotowują się do udziału w zawodach na poziomie okręgowym. Uczestniczą w przygotowaniach do pokazów szermierczych.
	Grupa zaawansowana: <ul style="list-style-type: none">wykonanie wybranych elementów technicznych na poziomie zawodniczym.<ol style="list-style-type: none">Natarcie wypadem, sunięciem i rzutem.Przyjmowanie zasłon podstawowych jak i ich łączenie.	Uczestnicy doskonalą umiejętności techniczno-taktyczne podczas ćwiczeń w parach, walk i ćwiczeń z instruktorem (strumień). Poznają zasłony: pierwszą i piątą. Uczą się działań takich jak przeciwtempo i „linia”. Doskonalą swoje umiejętności w sędziowaniu. Przygotowują się do zawodów na poziomie okręgowym, ogólnopolskim i międzynarodowym.

Efekty:

- Uczestnik zna podstawowe zasady bezpieczeństwa walki szermierczej na florety (grupy początkujące).
- Uczestnik zna ogólne zasady walki szermierczej na florety i potrafi posługiwać się komendami obowiązującymi w walce (grupy średnio zaawansowane).
- Uczestnik potrafi wykonać natarcie proste i pojedyncze z wyboru tempa, potrafi analizować proste działania.
- Potrafi dostosować formę obrony pod przeciwnika (grupa zaawansowana).
- Poprawa ogólnej sprawności fizycznej (wszystkie grupy).

SZERMIERKA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 1 S. Koziejowski	8 – 10 lat	15.00 – 15.15 Sala sportowa II p.	.	16.55 – 17.40 Sala sportowa II p. /s. 329		
GRUPA 2 Kontynuująca S. Koziejowski	8 – 12 lat		17.30 – 18.15 Sala sportowa II p		15.30 – 16.15 Sala sportowa II p.	
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE						
GRUPA 3 S. Koziejowski	10 – 15 lat	15.50 – 17.20 Sala sportowa II p.			16.20 – 17.50 Sala sportowa II p.	
GRUPA 4 S. Koziejowski	10 – 15 lat	15.20 – 16.50 Sala sportowa II p.		18.20 – 19.50 Sala sportowa II p.		
GRUPA ZAAWANSOWANA						
GRUPA 5 Mistrzowska S. Koziejowski	12 – 19 lat	17.25 – 18.55 Sala sportowa II p.		15.20 – 16.50 Sala sportowa II p.	18.00 – 19.30 Sala sportowa II p.	

TENIS STOŁOWY

Magdalena Witkowska mwitkowska@pm.waw.pl
 Patryk Turek pturek@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • bieg wahadłowy 4 x 10 m na czas (gr. 5) • dokładność wykonania • jak najwięcej naprzemiennych odbić (bekhend-forhend) po środku stołu przez 30 sekund (gr. 1,6) 	Nauka prawidłowej postawy oraz podstawowych uderzeń w tenisie stołowym. Zapoznanie się z przepisami. Przygotowanie do turnieju kończącego rok szkolny oraz Mistrzostw Warszawy.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • dokładność wykonania • jak najwięcej naprzemiennych odbić (bekhend-forhend) po środku stołu przez 30 sekund (gr. 2,7) 	Doskonalenie podstawowych uderzeń w tenisie stołowym. Poznawanie techniki i taktyki gry. Przygotowanie do turnieju kończącego rok szkolny oraz Mistrzostw Warszawy.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • uzyskanie 100% wyniku • umiejętność gry wszystkimi uderzeniami (półwolej obustronny, top-spin obustronny, przebicie obustronne) na poziomie zawodniczym 	Doskonalenie techniki w zgodzie ze stylem gry. Rozwijanie umiejętności zmian i wszechstronności. Wzmacnianie mocnych stron oraz różnicowanie stylu gry. Przygotowanie do turniejów MZTS i PZTS.
Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczestnik zna podstawowe uderzenia gry. ▪ Potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze na punkty. ▪ Potrafi zagrać elementy techniki złożonej. ▪ Potrafi dostosować się do różnych przeciwników i warunków gry. ▪ Bierze udziału w zawodach: wewnętrznych, warszawskich, wojewódzkich i ogólnopolskich. 		

TENIS STOŁOWY		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 5 P. Turek	6 – 9 lat		14.30 – 15.15 Hala sportowa			16.35 – 17.20 Hala sportowa	
GRUPA 6 P. Turek	9 – 13 lat			14.30 – 15.15 Hala sportowa		17.25 – 18.10 Hala sportowa	
GRUPA 1 M. Witkowska	10 – 14 lat	16.30 – 18.00 Hala sportowa					
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 7 P. Turek	11 – 16 lat		15.20 – 16.50 Hala sportowa	15.20 – 16.50 Hala sportowa			
GRUPA 2 M. Witkowska	11 – 16 lat		16.55 – 18.25 Hala sportowa			15.00 – 16.30 Hala sportowa	
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 8 P. Turek	9 – 17 lat				15.20 – 16.50 Hala sportowa		9.30 – 11.00 Hala sportowa
GRUPA 9 Mistrzowska P. Turek	9 – 18 lat			16.55 – 18.25 Hala sportowa		18.15 – 19.45 Hala sportowa	11.05 – 12.35 Hala sportowa
GRUPA 3 M. Witkowska	10 – 18 lat	18.05 – 19.35 Hala sportowa			16.55 – 18.25 Hala sportowa		
GRUPA 4 Mistrzowska M. Witkowska	13 – 19 lat		18.30 – 20.00 Hala sportowa	18.30 – 20.00 Hala sportowa	18.30 – 20.00 Hala sportowa		

Pracownia Sztuk Pięknych

ARCHI:LAB ZAJĘCIA Z PODSTAW ARCHITEKTURY		Monika Lewandowska mlewandowska@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 19 lat	Grupa początkująca 1: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na wybrany temat 	Zajęcia architektoniczne, mające na celu: rozbudzenie wrażliwości na otaczającą przestrzeń, rozwijanie kompetencji manualnych, poznanie podstawowych pojęć związanych z architekturą i urbanistyką. Metodami pracy są: obserwacja, analiza, formułowanie pomysłów do stworzenia własnego projektu i makiety małych form architektonicznych.
	Grupa początkująca 2: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	Zajęcia mające na celu uwrażliwienie na otaczającą przestrzeń, rozwijanie kompetencji manualnych, rozumienie pojęć związanych z architekturą i urbanistyką. Uczestnicy wykonują rzuty i makiety architektoniczne w skali, poznają tajniki fotografii architektonicznej. W trakcie warsztatów rozmawiamy o sztuce i architekturze, zwiedzamy wystawy tematyczne.
	Grupa początkująca 3: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	Zajęcia architektoniczne mają na celu rozbudzenie wrażliwości na otaczającą przestrzeń. Uczestnicy przechodzą proces projektowy od fotografii architektonicznej, poprzez analizę, do stworzenia projektu oraz wykonują analogowe plany architektoniczne, układy funkcjonalne, szkice kolorystyczne i makiety form architektonicznych, rozwijając swój indywidualny styl. W trakcie zajęć rozmawiamy o sztuce i architekturze oraz zwiedzamy wystawy tematyczne.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Umiejętność planowania przestrzennego i wykonywania makiet architektonicznych. Uczestnik stosuje w praktyce zasady kompozycji, perspektywy, doboru kolorów, skalę. Uczestnik posiada podstawową wiedzę z dziedziny architektury architektury wnętrz i urbanistyki. Świadomość wpływu architektury na dobrostan, świadomość ekologiczna i odpowiedzialne projektowanie. Stworzenie indywidualnej postawy artystycznej. 	

ARCHI:LAB ZAJĘCIA Z PODSTAW ARCHITEKTURY		PONIEDZIAŁE K	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 Archi:Lab M. Lewandowska	9 – 12 lat				16.00 – 18.15 s. 330		
GRUPA 2 Archi:Lab M. Lewandowska	12 – 16 lat					16.00 – 18.15 s. 330	
GRUPA 3 Archi:Lab M. Lewandowska	13 – 19 lat	17.00 – 19.15 s. 330					

ART CRAFT		Dorota Możejko-Retmianiak dmozejko@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy na zadany temat 	Rozwijanie zdolności artystycznych i manualnych oraz konstruktywnego myślenia. Nauka technik szycia w rękę, wykonywanie prostych splotów na szydełku oraz przerabianie oczek prawych i lewych na drutach. Projektowanie przestrzennych prac.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy jednym, wybranym narzędziem 	Nauka haftu krzyżkowego oraz doskonalenie szycia w rękę i na maszynie. Nauka rozmaitych wzorów na druty i szydełko, a także myślenie i projektowanie przestrzenne oraz kompozycja na płaszczyźnie. Projektowanie własnej biżuterii.

Efekty:

- Uczestnicy potrafią zaprojektować biżuterię, elementy ubrania, płaskie i przestrzenne formy plastyczne.
- Uczestnicy potrafią obsługiwać się igłą i obsługiwać maszynę do szycia.
- Uczestnicy potrafią robić proste i zaawansowane formy haftów.
- Opanowanie wzorów na szydełko, rozmaite wzory na szydełko i druty i wykorzystanie w pracy.

ART. CRAFT		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 D. Możejko- Retmianiak	7 – 9 lat			16.00 – 17.30 s.304		16.00 – 17.30 s.304	
GRUPA 3 D. Możejko- Retmianiak	7 – 15 lat						10.00 – 12.15 s.304
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 D. Możejko- Retmianiak	10 – 19 lat		18.00 – 19.30 s.304		18.00 – 19.30 s.304		

BATIK I MALOWANIE NA TKANINIE

Eliza Cicha ecicha@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	<p>Grupy początkujące i średnio zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> rysunek linearny na zadany temat 	<p>Uczestnicy poznają technikę polegającą na nanoszeniu wosku i farbowaniu tkanin, zbliżoną do tradycyjnego batiku indonezyjskiego, a zajęcia urozmaicone są malowaniem różnymi farbami i markerami do tkanin.</p> <p>Powstają unikatowe prace malarskie i małe formy użytkowe, a okazjonalnie ozdabiamy własnymi projektami koszulki i płócienne torby.</p> <p>Uczestnicy realizują wyznaczone tematy, wypowiadają się w twórczości swobodnej oraz biorą udział w konkursach.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wykształcenie wyobraźni plastycznej. Umiejętność harmonijnego doboru barw i komponowania obrazu na formatach różnych kształtów i rozmiarów. Uczestnicy potrafią posługiwać się techniką batiku: samodzielnie nakładają wosk na tkaninę, barwią tkaniny na zimno i potrafią utrwalać swoje prace. Umiejętność swobodnego posługiwania się farbami i markerami do tkanin. Uczestnicy biorą udział w pałacowych wystawach i konkursach ogólnopolskich. 	

BATIK I MALOWANIE NA TKANINIE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA I ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 10 E. Cicha	10 – 19 lat					15.45 – 18.00 s.127	

CERAMIKA

Katarzyna Porczak kporczak@pm.waw.pl
Eliza Cicha ecicha@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">• chęć lepienia z gliny• zainteresowania twórcze• ulepienie naczynia z waleczków	Uczestnicy rozwijają umiejętność lepienia z gliny form użytkowych i małych form rzeźbiarskich. Uczą się szkliwienia i ozdabiania ceramiki oraz toczenia na kole garncarskim.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• chęć lepienia z gliny• zainteresowania twórcze• ulepienie naczynia z waleczków	Uczestnicy rozwijają umiejętność lepienia z gliny form użytkowych i małych form rzeźbiarskich. Uczą się szkliwienia i ozdabiania ceramiki oraz toczenia na kole garncarskim.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">▪ Świadome stosowanie technik ceramicznych — uczestnicy potrafią dobrać odpowiednią technikę lepienia, szkliwienia i dekoracji do zamierzonego efektu artystycznego.▪ Rozwijanie kreatywności i projektowania — uczestnicy samodzielnie projektują formy użytkowe i rzeźbiarskie, tworząc autorskie kompozycje.▪ Bezpieczna i świadoma praca z materiałem — uczestnicy znają zasady bezpiecznej pracy z gliną, szkliwami i narzędziami, w tym obsługę koła garncarskiego.▪ Analiza i ocena własnych prac — uczestnicy potrafią ocenić jakość wykonania, proporcje, estetykę oraz funkcjonalność swoich wyrobów.▪ Współpraca i kultura pracy w pracowni — uczestnicy uczą się organizacji stanowiska, dbałości o narzędzia i współdziałania w przestrzeni warsztatowej.	

CERAMIKA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 E. Cicha	9 – 13 lat			15.00 – 16.30 s.310 i 311			12.30 – 14.00 s.310 i 311
GRUPA 3 E. Cicha	9 – 15 lat		16.45 – 18.15 s.310 i 311		15.00 – 16.30 s.310 i 311		
GRUPA 7 K. Porczak	9 – 13 lat		15.00 – 16.30 s. 310		18.30 – 20.00 s. 310		
GRUPA 8 K. Porczak	9 – 13 lat			16.45 – 18.15 s. 310		15.00 – 16.30 s. 310	
GRUPA 9 K. Porczak	9 – 13 lat	15.00 – 16.30 s. 310		18.30 – 20.00 s. 310			
GRUPA 4 E. Cicha	10 – 19 lat		18.30 – 20.00 s. 310 i 311		16.45 – 18.15 s.310 i 311		
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2 E. Cicha	12 – 19 lat						10.00 – 12.15 s.310 i 311
GRUPA 5 K. Porczak	13 – 19 lat	16.15 – 19.00 s. 310					
GRUPA 6 K. Porczak	13 – 19 lat					16.15 – 19.00 s. 310	

FOTOGRAFIA

Robert Dejtrowski rdejtrowski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> na otrzymanych fotografiach należy określić rodzaj kompozycji: otwartą, zamkniętą, statyczną i dynamiczną 	Uczestnicy poznają podstawy klasycznej fotografii czarno-białej oraz fotografii cyfrowej. Poznają obsługę aparatów fotograficznych oraz podstawy pracy w programie Adobe Photoshop. Samodzielnie wykonują zdjęcia na różne tematy, wywołują negatywy, sporządzają odbitki w ciemni. Poznają elementy historii fotografii oraz twórczość różnych artystów.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Umiejętność wykonania poprawnych zdjęć analogowych czarno-białych (wywoływanie negatywów, wykonanie odbitek w ciemni). Umiejętność wykonania poprawnych zdjęć cyfrowych z uwzględnieniem zasad kompozycji. Umiejętność pracy w ciemni oraz studio. Umiejętność realizacji samodzielnych projektów fotograficznych. 	

FOTOGRAFIA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 R. Dejtrowski	11 – 19 lat		16.30 – 18.45 s. 328				
GRUPA 2 R. Dejtrowski	10 – 19 lat			15.30 – 17.45 s. 328			
GRUPA 3 R. Dejtrowski	11 – 19 lat				16.30 – 18.45 s. 328		

FOTOKREACJA W MEDIACH

Monika Płusa mplusa@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie telefonem lub aparatem zdjęcia stworzonej samodzielnie kompozycji przedmiotów 	<p>Uczestnicy poznają zasady perspektywy, kompozycji, kadrowania, planów w fotografii. Sfotografują poprawnie człowieka i obiekty zwracając uwagę na światło i kolor. Zajęcia w formie wykładów, prezentacji i ćwiczeń praktycznych, które dają przestrzeń do własnej interpretacji zadań fotograficznych.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> kreatywne oświetlenie i wykonanie aparatem zdjęcia stworzonej samodzielnie kompozycji przedmiotów 	<p>Uczestnicy znają zasady podstaw fotografii wizerunkowej, produktowej i reportażowej oraz współpracy z modelem. Stworzą samodzielnie podstawową fotografię do artykułów, postów, ulotek, plakatów. Zajęcia w formie wykładów, prezentacji i ćwiczeń praktycznych, które dają możliwość poszerzania kompetencji z fotografii i realizacji własnych pomysłów.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie aparatem kreatywnej fotografii samodzielnie stworzonej i oświetlonej kompozycji przedmiotów 	<p>Uczestnicy znają i aktywnie wykorzystują zasady fotografii wizerunkowej i produktowej przy własnych projektach zdjęciowych. Potrafią pracować z modelem i wykonać reportaż fotograficzny z wydarzenia oraz myślą koncepcyjnie planując zdjęcia do mediów. Zajęcia w formie wykładów, prezentacji i złożonych ćwiczeń praktycznych pobudzających kreatywność.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Tworzenie zdjęć do mediów (do artykułów, postów, ulotek, plakatów). Myślenie koncepcyjne i fotografowanie produktu. Praca z modelem i wykonywanie mu poprawnych zdjęć wizerunkowych. Realizacja reportażu fotograficznego z wydarzenia. Swoboda w indywidualnej interpretacji tematu fotograficznego. 	

FOTOKREACJA W MEDIACH		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 7 M. Płusa	8 – 12 lat			15.00 – 16.30 s. 353			
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 4 M. Płusa	10 – 14 lat	15.00 – 17.15 s. 353					
GRUPA 6 M. Płusa	10 – 14 lat		16.00 – 18.15 s. 353				
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 5 M. Płusa	14 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 353		16.45 – 18.15 s. 353			

GRAFIKA ARTYSTYCZNA

Magdalena Wójcicka mwojcicka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na dowolny temat 	Uczestnicy poznają takie techniki jak: linoryt, sucha igła, kolografia, asamblaż, monotypia, frotaż, dekalkomania. Rysują, malują z natury i wyobraźni, uczą się przygotowywać matryce i uczestniczą w całym procesie drukowania. Uczą się podstaw rysunku, kompozycji, perspektywy.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	Uczestnicy wykonują prace w różnych technikach graficznych (linoryt, sucha igła, kolografia, asamblaż, monotypia, frotaż, dekalkomania). Rysują z natury i wyobraźni, stosują zasady kompozycji, perspektywy, przygotowują matryce i samodzielnie drukują na prasie graficznej.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnicy potrafią posługiwać się podstawowymi narzędziami graficznymi. Uczestnicy potrafią samodzielnie przygotować matrycę na różnych podłożach i wydrukować grafikę na prasie. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych. Uczestnicy znają podstawy historii sztuki. Uczestnicy stosują w praktyce zasady kompozycji i perspektywy. 	

GRAFIKA ARTYSTYCZNA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 M. Wójcicka	8 – 12 lat		15.15 – 16.45 s. 330			10.00 – 11.30 s. 330
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA 2 M. Wójcicka	13 – 19 lat		17.00 – 18.30 s. 330			11.45 – 14.00 s. 330

MALARSTWO

Robert Jankowski rjankowalski@pm.waw.pl
Saida Siczek ssiczek@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">wykonanie kreatywnej pracy plastycznejna zadany przez instruktora temat	Uczestnicy poznają takie techniki jak: malarstwo temperą, gwaszem, akwarelą, ecoliną, pastelami olejnymi. Malują i rysują z wyobraźni na tematy związane z przeżyciami, przyrodą, postaciami ludzi i zwierząt. Uczą się kompozycji i kolorystyki.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat	Uczestnicy 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.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat	Uczestnicy zajęć wykonują prace malarskie na zadany temat, przygotowują się do rekrutacji na uczelnie artystyczne i do szkół plastycznych. Praca na zajęciach obejmuje szerokie spektrum działań, poprzez szkice, rysunki i malarstwo (martwa natura, postać, portret, pejzaż) z obserwacji, wyobraźni, rozmowy oraz wykłady teoretyczne na temat historii sztuki, wyjścia do galerii i muzeów. Stawiamy na śmiałą ekspozycję własnej twórczości oraz utrwalanie indywidualnych postaw artystycznych wśród młodych twórców.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi ogólnego charakteru malowanych i rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń, oraz własna ich interpretacja.Budowanie indywidualnej postawy artystycznej.Uczestnicy znają podstawy historii sztuki.Uczestnik stosuje w praktyce zasady kompozycji, perspektywy i doboru kolorów.	

MALARSTWO		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 7 S. Siczek	7 – 9 lat		18.30 – 20.00 s. 305		16.00 – 17.30 s. 305		
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 8 S. Siczek	13 – 19 lat			17.45 – 20.00 s.305			
GRUPA 10 S. Siczek	10 – 16 lat	16.50 – 18.20 s.305		16.00 – 17.30 s.305			
GRUPA 11 S. Siczek	10 – 16 lat	18.30 – 20.00 s. 305				17.45 – 19.15 s. 305	
GRUPA 4 Awangarda R. Jankowski	14 – 16 lat	15.30 – 17.00 s. 418			15.30 – 17.00 s. 418		
GRUPA 5 Impresja R. Jankowski	14 – 16 lat		16.00 – 18:15 s. 418				
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 9 S. Siczek	10 – 15 lat				17.45 – 20.00 s. 305		
GRUPA 6 Hiper R. Jankowski	15 – 19 lat			17.15 – 19.30 s. 418			

PAPIEROPLASTYKA

Magdalena Wójcicka mwojcicka@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na dowolny temat 	<p>Uczestnicy poznają różne sposoby łączenia papieru, kartonu, tektury i wykorzystają je do tworzenia unikatowych modeli. W trakcie zajęć uczestnicy będą tworzyć własne projekty przestrzenne, zabawki, elementy dekoracyjne, przedmioty użytkowe, modele samochodów, samolotów i wiele innych.</p> <p>Uczestnicy poznają także techniki takie jak: origami, kirigami, pop-up, papier-mache, quilling.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	<p>Uczestnicy będą tworzyć obiekty przestrzenne, ruchome, zabawki, konstrukcje, przedmioty użytkowe, elementy dekoracyjne, na podstawie swoich projektów, modele samochodów, samolotów, elementów architektonicznych i wiele innych.</p> <p>Uczestnicy poznają także takie techniki jak: origami, kirigami, quilling, pop-up, papier-mache.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnicy potrafią zrealizować swój projekt od pomysłu i rysunku do formy przestrzennej. Uczestnicy potrafią wykorzystać zdobyte doświadczenia, by odpowiednio dobrać materiały do swojego projektu. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych. Uczestnicy znają przykłady z zakresu designu. 	

PAPIEROPLASTYKA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 M. Wójcicka	8 – 12 lat		15.15 – 16.45 s. 330				
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 M. Wójcicka	13 – 19 lat		17.00 – 18.30 s. 330				

PRZYGODA Z PLASTYKĄ

Anna Rudowska arudowska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 12 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie pracy pastelami olejnymi na zadany temat zainteresowanie plastyką i praca w grupie 	Tworzenie prac artystycznych w różnorodnych technikach plastycznych - rysunek pastelami, kolaż z papieru i tkanin, tusz, gwasz, papieroplastyka płaska i przestrzenna. Przygotowanie do odbioru sztuki i uczestnictwa w życiu kulturalnym. Poznanie zagadnień: kolory podstawowe i pochodne, bryła, linia, faktura, ruch i przestrzeń, kompozycja, podstawy perspektywy.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Uczestnicy swobodnie posługują się różnymi technikami plastycznymi. Uczestnicy mają rozwiniętą twórczą wyobraźnię i kreatywność. Zainteresowanie działaniami twórczymi związanymi z tworzeniem, rysowaniem, projektowaniem prac plastycznych. 	

PRZYGODA Z PLASTYKĄ		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 A. Rudowska	6 – 8 lat	16.00 – 17.30 s.309		16.30 – 18.00 s.309			
GRUPA 3 A. Rudowska	6 – 8 lat		16.00 – 17.30 s.309		16.00 – 17.30 s.309		
GRUPA 4 A. Rudowska	6 – 8 lat		17.45 – 19.15 s.309		17.45 – 19.15 s.309		
GRUPA 2 A. Rudowska	9 – 12 lat	17.45 – 19.15 s.309					
GRUPA 5 A. Rudowska	9 – 12 lat					16.00 – 17.30 s.309	

RYSUNEK

Robert Jankowski rjankowalski@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 18 lat	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	Uczestnicy 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: <ul style="list-style-type: none"> Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi ogólnego charakteru malowanych i rysowanych przedmiotów, zjawisk, wydarzeń, oraz własna ich interpretacja. Budowanie indywidualnej postawy artystycznej. Uczestnicy promują swoje indywidualne dokonania twórcze w internecie, prowadząc profile na Instagramie czy w serwisie YouTube. Uczestnicy znają podstawy historii sztuki. Uczestnik stosuje w praktyce zasady kompozycji, perspektywy i doboru kolorów. 	

RYSUNEK	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE						
GRUPA 1 Akademia R. Jankowski	12 – 18 lat	17.15 – 18.45 s. 418			17.15 – 18.45 s. 418	
GRUPA 2 Szkicownik R. Jankowski	12 – 18 lat		15.30 – 17.00 s. 418		15.30 – 17.00 s. 418	

RYSUNEK Z MALARSTWEM

Dorota Możejko-Retmianiak dmozejko@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie konkretnej pracy plastycznej na zadany przez instruktora temat 	Uczestnicy poznają takie techniki jak: malarstwo temperą, akwarelą, akrylem, pastelami olejnymi. Malują i rysują z wyobraźni na tematy związane z przyrodą, postaciami ludzi, zwierząt, malują i rysują martwe natury. Uczą się kompozycji, kolorystyki i światłocienia. Różnicują grubość linii w rysunku
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie kreatywnej pracy plastycznej na zadany temat, mając do pracy jeden kolor farby 	Uczestnicy robią szkice z natury, swobodnie przedstawiają kreską postacie ludzi i zwierząt, swobodnie posługują się plamą barwną. Uczestniczą w wyprawach do muzeów, pogłębiając swoją wiedzę z zakresu historii sztuki.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Umiejętność oddania różnymi technikami malarskimi i rysunkowymi charakteru postaci, przedmiotów, zjawisk, wydarzeń oraz własna ich interpretacja. Uczestnicy biorą udział w konkursach plastycznych. Uczestnicy znają podstawy historii sztuki. Uczestnicy stosuje w praktyce zasady kompozycji, perspektywy, linearność i plamę koloru. 	

RYSUNEK Z MALARSTWEM	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 4 D. Możejko- Retmianiak	7 – 15 lat		17.45-19.15 s.304			12.30 – 14.00 s.304
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA 3 D. Możejko- Retmianiak	10 – 19 lat	15.30 – 17.45 s.304				

Pracownia Tańca

TANIEC JAZZ FOLK		Anna Gilla-Małuj agilla@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, sprawności ruchowej (koordynacja, gibkość), orientacji w przestrzeni • sprawdzenie umiejętności odwzorowania i zapamiętania prezentowanego ruchu 	<p>Uczestnicy poznają technikę tańca jazzowego, a także elementy folkloru inspirowane muzyką z różnych części świata. Na zajęciach rozwijamy równowagę, elastyczność, skoczność, siłę i koordynację ruchowo-przestrzenną. Uczymy się poprawnej postawy, pozycji rąk i stóp, podstawowych figur przestrzennych i interpretowania muzyki ruchem, stawiając na współdziałanie z innymi.</p>
	Grupa średnio zaawansowana: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, sprawności ruchowej (koordynacja, gibkość) • sprawdzenie umiejętności wykonania ćwiczeń przestrzennych w technice tańca jazzowego • sprawdzenie umiejętności odwzorowania i zapamiętania prezentowanego ruchu w krótkiej sekwencji tanecznej 	<p>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. Ważna jest dla nas zarówno praca w grupie, jak i współdziałanie w partnerowaniach – wszystko po to, by jak najlepiej przygotować się do występów na scenie.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, sprawności ruchowej (koordynacja, gibkość) • sprawdzenie umiejętności wykonania ćwiczeń przestrzennych w technice tańca jazzowego • sprawdzenie umiejętności odwzorowania i zapamiętania prezentowanego ruchu w choreografii 	<p>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 ucząc się kilku choreografii w ciągu roku szkolnego, a także tworząc spektakle i widowiska taneczne. Grupy reprezentują Pałac Młodzieży na turniejach i festiwalach regionalnych i ogólnopolskich, biorą udział w warsztatach tanecznych i dodatkowych zajęciach doskonalących ich umiejętności, a także uczestniczą w obozach tanecznych, zimowiskach i projektach wyjazdowych.</p>

Efekty:

- Poprawa sprawności ruchowej, gibkości, siły, równowagi, wytrzymałości i koordynacji ruchowo-przestrzennej.
- Opanowanie podstaw techniki tańca jazzowego.
- Rozwinięcie wszechstronności młodych tancerzy i tancerek, muzykalności oraz opowiadania historii ruchem.
- Opanowanie umiejętności współdziałania w zespole, pracy w parach i w mniejszych grupach.
- Przygotowanie do pokazów i reprezentowania Pałacu Młodzieży w zmaganiach konkursowych.

TANIEC JAZZ FOLK	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 A. Gilla-Małuj	7 – 11 lat				16.45 – 18.15 s. 419	
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA 2 A. Gilla-Małuj	10 – 14 lat		16.00 – 17.30 s. 317			16.00 – 17.30 s. 419
GRUPY ZAAWANSOWANE						
GRUPA 3 MINI FOLK A. Gilla-Małuj	11 – 16 lat	16.00 – 18.15 s. 317				17.45 – 20.00 s. 419
GRUPA 4 NEW FOLK A. Gilla-Małuj	15 – 19 lat	18.30 – 20.00 s. 317			18.30 – 20.00 s. 419	

TANIEC JAZZOWY

Anna Bajer abajer@pm.waw.pl
Anna Kepal akepal@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> • wykonanie ćwiczeń na rozruch opartych na gibkości ciała, koordynacji ruchowej oraz orientacji przestrzennej • umiejętność odtworzenia ćwiczeń w ruchu przestrzennym oraz odtworzenia krótkiej sekwencji rytmiczno-tanecznej 	<p>Uczestnicy poznają podstawy tańca jazzowego, nowoczesnego i modern oraz uczą się pracy z muzyką. Rozwijają koncentrację, koordynację, prawidłową postawę i sprawność fizyczną, a także wyobraźnię, pamięć ruchową i umiejętność współpracy w grupie.</p> <p>Na zajęciach jest również chwila na zabawę i improwizację, co buduje pewność siebie i daje poczucie radości z własnych umiejętności i postępów.</p>
	Grupa średnio zaawansowana: <ul style="list-style-type: none"> • wykonanie ćwiczeń na rozruch opartych na gibkości ciała, koordynacji ruchowej, orientacji przestrzennej i rytmice • umiejętność odtworzenia ćwiczeń w ruchu przestrzennym oraz odtworzenia krótkiej sekwencji choreograficznej 	<p>Uczestnicy rozwijają umiejętności z techniki tańca jazzowego, klasycznego, modern, wyobraźnię ruchowo-przestrzenną oraz pamięć ruchową. Ważnym elementem zajęć są ćwiczenia na wzmacnianie ciała, pogłębianie gibkości, równowagi, siły i motoryki.</p> <p>Uczestnicy przygotowują się do pokazów przed publicznością, uczą się współpracy w grupie i kształtowania właściwych postaw wobec zdrowia, a także mają możliwość udziału w obozach tanecznych.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • wykonanie ćwiczeń na rozruch opartych na gibkości ciała, koordynacji ruchowej, orientacji przestrzennej i rytmice • umiejętność odtworzenia zaawansowanych ćwiczeń w ruchu przestrzennym oraz odtworzenia krótkiej sekwencji choreograficznej • znajomość nazewnictwa z techniki tańca jazzowego i klasycznego; doświadczenie taneczne 	<p>Uczestnicy rozwijają techniki tańca (jazz, klasyczny, modern, contemporary), elementy akrobatyki, partnerowania oraz zaawansowane choreografie grupowe, jednocześnie wzmacniając gibkość, siłę i motorykę oraz pracując nad wyrazem artystycznym i przekazem emocjonalnym.</p> <p>Doskonają się także w pokazach solo i duetach, uczą się współpracy w grupie oraz radzenia sobie w sytuacjach stresowych, reprezentując placówkę podczas pokazów i zawodów.</p> <p>Dodatkowo mają możliwość udziału w obozach tanecznych i zgrupowaniach śródrocznych.</p>

Efekty:

- Poprawa sprawności fizycznej (zwinność, równowaga, koordynacja).
- Wzrost pewności siebie oraz umiejętności współpracy w grupie.
- Rozwinięcie zamiłowania do tańca i aktywności ruchowej.
- Opanowanie podstawowych umiejętności i wiedzy z zakresu tańca.
- Przygotowanie do pokazów, reprezentowania PM w zawodach tanecznych.

TANIEC JAZZOWY		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 A. Kepal	7 – 11 lat		17.45 – 19.15 s. 317				
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 A. Bajer	11 – 16 lat		16.00 – 18.15 s. 412				
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 3 Mini Mirage A. Bajer	7 – 12 lat	16.00 – 17.30 s. 419		16.45 – 18.15 s. 317			
GRUPA 4 Mirage Junior A. Bajer	11 – 16 lat		18.30 – 20.00 s. 419		15.15 – 16.45 s. 329		
GRUPA 5 Mirage A. Bajer	14 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 419		18.30 – 20.00 s. 317			

TANIEC KLASYCZNY

Beata Staniek bstaniek@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none">• sprawdzenie gibkości ciała, rozciągnięcia, wykręcenia, poczucia rytmu oraz umiejętności skupienia uwagi	Uczestniczki poznają podstawy tańca klasycznego (pozycje rąk i nóg). Wzmacniają i uelastyczniają ciało ćwicząc na podłodze – barre au sol. Poznają nazewnictwo podstawowych ćwiczeń baletowych. Uczą się prostych kroków tanecznych. Rozwijają wrażliwość muzyczną.
	Grupa średnio zaawansowana: <ul style="list-style-type: none">• sprawdzenie gibkości ciała, rozciągnięcia, wykręcenia, poczucia rytmu oraz umiejętności skupienia uwagi• umiejętność wykonania prostej choreografii	Uczestniczki rozwijają swoje umiejętności baletowe, zaczynają ćwiczyć przy drążku, na środku sali oraz po przekątnej. Poznają elementy wariacji baletowych. Potrafią wykonać prostą choreografię grupową. Znają nazewnictwo podstawowych ćwiczeń baletowych.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">• sprawdzenie gibkości ciała, rozciągnięcia, wykręcenia, poczucia rytmu oraz umiejętności skupienia uwagi• umiejętność wykonania złożonej choreografii baletowej• umiejętność tańca w pointach	Uczestniczki wykonują lekcje tańca klasycznego według chronologii ćwiczeń. Znają nazwy ćwiczeń baletowych. Potrafią wykonać skomplikowane choreografie grupowe. Posiadają umiejętność tańca w pointach. Najzdolniejsze uczestniczki tańczą solowe partie baletowe.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">▪ Poprawa sprawności fizycznej (gibkość, równowaga, koordynacja).▪ Rozwinięcie osobowości artystycznej oraz umiejętności pracy w grupie.▪ Opanowanie umiejętności wykonywania ćwiczeń tańca klasycznego i posługiwania się nazewnictwem baletowym.▪ Rozwinięcie zamiłowania do tańca klasycznego, poznawanie repertuaru baletowego.▪ Przygotowanie do pokazów, reprezentowania PM w zawodach tanecznych i konkursach baletowych.	

TANIEC KLASYCZNY		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 B. Staniek	7 – 10 lat					15.00 – 16.30 s. 317	
GRUPA 2 B. Staniek	9 – 12 lat						11.30 – 13.00 s. 419
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 3 B. Staniek	12 – 16 lat					16.45 – 18.15 s. 317	
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA 4 Zespół NOVA B. Staniek	15 – 19 lat			17.45 – 20.00 s. 329			9.00 – 11.15 s. 419
GRUPA 5 B. Staniek	7 – 19 lat			16.00 – 17.30 s. 419			

TANIEC LATINO SOLO

Joanna Laskowska jlaskowska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 19 lat	Grupa średnio zaawansowana: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, muzykalności i koordynacji ruchowej • umiejętność odtwarzania prostych oraz bardziej złożonych sekwencji tanecznych • sprawdzenie znajomości podstawowych kroków i techniki tańców latynoamerykańskich • sprawdzenie umiejętności wyrażenia charakteru tańca 	<p>Zajęcia skierowane są do osób posiadających predyspozycje taneczne, oraz kontynuujących naukę tańców latynoamerykańskich, takich jak samba, cha-cha, rumba, jive, pasodoble czy bachata.</p> <p>Uczestnicy doskonalą koordynację i płynność ruchową. Uczą się poprawnej postawy, ustawień rąk, bioder i nóg, zwracając uwagę na dynamikę oraz charakter danego tańca. Kładziemy nacisk na wyraz artystyczny, świadomość ruchu oraz pracę w grupie.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rozwinięcie techniki tańców latynoamerykańskich. ▪ Poprawa koordynacji ruchowej i poczucia rytmu. ▪ Opanowanie umiejętności zapamiętywania i wykonywania złożonych choreografii. ▪ Wzrost świadomości ciała i ekspresji scenicznej. ▪ Przygotowanie do występów przed publicznością. 	

TANIEC LATINO SOLO	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA J. Laskowska	12 – 19 lat				17.45 – 20.00 s. 329	

TANIEC THEATER JAZZ

Antonina Grupińska agrupinska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 15 lat	<p>Grupy początkujące:</p> <ul style="list-style-type: none"> sprawdzenie poczucia rytmu, sprawności ruchowej, koordynacji ruchowo-przestrzennej i zdolności zapamiętywania ruchu 	<p>Zajęcia skupiają się na rozwijaniu świadomości ciała, dynamiki ruchu oraz pracy z przestrzenią sceniczną, a uczestnicy uczą się podstaw techniki theater jazz wzbogaconej o elementy ekspresji aktorskiej i interpretacji muzyki.</p> <p>Podczas zajęć rozwijana jest gibkość, koordynacja ruchowa, równowaga oraz kontrola nad ciałem, a także praca nad mimiką, emocją i budowaniem krótkich form scenicznych oraz etiud ruchowych. Uczestnicy uczą się choreografii, pracy w grupie, synchronizacji, budowania pewności siebie na scenie oraz podstaw autoprezentacji scenicznej.</p>
		<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Poprawa sprawności fizycznej (siła, gibkość, koordynacja). Rozwinięcie poczucia rytmu i muzykalności. Wzrost pewności siebie w prezentacji scenicznej oraz umiejętności współpracy w grupie. Rozwinięcie świadomości ciała i umiejętności wyrażania emocji. Opanowanie podstawowych umiejętności i wiedzy z zakresu techniki tańca i form taneczno-aktorskich.

THEATER JAZZ		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 A. Grupińska	8 – 11 lat				16.00 – 17.30 s. 317		
GRUPA 2 A. Grupińska	12 – 15 lat				17.45 – 19.15 s. 317		

TANIEC TOWARZYSKI

Joanna Laskowska jlaskowska@pm.waw.pl
Rafał Matysiak rmatysiak@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, koordynacji ruchowej • sprawdzenie umiejętności powtórzenia elementów tanecznych 	Tańce standardowe: walc angielski, tango, walc wiedeński, quickstep. Tańce latynoamerykańskie: cha cha, samba, rumba, jive. Elementy tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych. Praca nad sylwetką i koordynacją ruchową. Przygotowanie do występów przed publicznością.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, koordynacji ruchowej • sprawdzenie umiejętności zatańczenia w rytmie kroków samby, cha cha, jive'a, walca angielskiego i walca wiedeńskiego 	Tańce standardowe: walc angielski, tango, walc wiedeński, quickstep. Tańce latynoamerykańskie: cha cha, samba, rumba, jive. Elementy tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych, elementów gimnastycznych. Praca nad sylwetką i koordynacją ruchową oraz podstawową techniką taneczną.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie poczucia rytmu, koordynacji ruchowej i pewności siebie podczas prezentacji • sprawdzenie umiejętności zatańczenia w rytmie prostych choreografii samby, cha cha, rumby, jive'a, walca angielskiego, walca wiedeńskiego, tango i quicksteпа 	Tańce standardowe: walc angielski, tango, walc wiedeński, slowfox, quickstep. Tańce latynoamerykańskie: cha cha, samba, rumba, paso doble, jive. Elementy tańców narodowych, tańców w kręgu, tańców świata, tańców latynoskich, form zespołowych, kontakt improwizacji, elementów gimnastycznych. Praca nad sylwetką i koordynacją ruchową oraz techniką taneczną.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Opanowanie podstawowych umiejętności i wiedzy z zakresu różnych tańców towarzyskich. ▪ Rozwinięcie techniki tanecznej odpowiedniej dla danego poziomu. ▪ Wzrost świadomości ciała i pewności siebie. ▪ Rozwinięcie umiejętności tańca w parze. ▪ Przygotowanie do pokazów i zaprezentowania się przed publicznością. 	

TANIEC TOWARZYSKI		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1 J. Laskowska	7 – 11 lat	15.00 – 16.30 s. 329					
GRUPA 2 R. Matysiak	10 – 14 lat				16.45 – 18.15 s. 412		
GRUPA 3 R. Matysiak	12 – 19 lat		18.30 – 20.00 s. 412				
GRUPA 4 R. Matysiak	14 – 19 lat				18.30 – 20.00 s. 412		
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 5 J. Laskowska	10 – 16 lat	16.45 – 18.15 s. 329				16.00 – 17.30 s. 412	
GRUPA 6 R. Matysiak	12 – 19 lat			18.30 – 20.00 s. 412		16.00 – 17.30 s. 329	
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 7 R. Matysiak	12 – 19 lat			16.00 – 18.15 s. 412		17.45 – 20.00 s. 412	

TANIEC WSPÓŁCZESNY TEATR TAŃCA

Wojciech Kałuża wkaluza@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
13 – 19 lat	<p>Grupa początkująca:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● sprawdzenie predyspozycji tanecznych: poczucia rytmu, słuchu muzycznego, gibkości, postawy, itp. 	<p>Uczestnicy poznają podstawowe elementy techniki tańca współczesnego. Poprzez ćwiczenia fizyczne poprawia się ich sprawność, gibkość i postawa.</p>
	<p>Grupa średnio zaawansowana:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● sprawdzenie predyspozycji tanecznych ● wykonanie fragmentu sekwencji tanecznej zaprezentowanej przez instruktora, składającej się z podstawowych elementów tańca współczesnego 	<p>Uczestnicy rozwijają umiejętności techniki tańca współczesnego i technik pokrewnych oraz zdobywają wiedzę na temat wykorzystywania ruchu w przestrzeni teatralnej. Każdy z nich kształtuje swoją osobność sceniczną, którą wykorzystuje w prezentacjach krótkich form choreograficznych przygotowywanych na zajęciach.</p>
	<p>Grupa zaawansowana:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● sprawdzenie predyspozycji tanecznych ● wykonanie sekwencji tanecznej zaprezentowanej przez instruktora ● sprawdzenie zdolności dramatycznych na podstawie odczytania wskazanego przez instruktora tekstu 	<p>Uczestnicy doskonalą umiejętności techniki tańca współczesnego i technik pokrewnych. Na zajęciach pracujemy nad interpretacją tekstów dramatycznych (ruchową i werbalną) oraz umiejętnością tworzenia własnych form choreograficznych, pojawiają się także zagadnienia z zakresu improwizacji ruchowej. Uczestnicy tworzą spektakl teatralny, oparty o wyżej wymienione umiejętności, w którym mogą zaprezentować swoją osobowość artystyczną.</p>
<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rozwinięcie techniki tańca współczesnego i elementów innych technik tanecznych. ▪ Rozwój indywidualnej osobowości scenicznego. ▪ Rozwinięcie umiejętności świadomego interpretowania tekstów dramatycznych. ▪ Nabycie wiedzy z podstawowych zagadnień z historii tańca i teatru. ▪ Przygotowanie do prezentacji swoich umiejętności na scenie. 		

TANIEC WSPÓŁCZESNY TEATR TAŃCA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 W. Kałuża	13 – 19 lat		16.00 – 18.15 s. 419				
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 W. Kałuża	13 – 19 lat	16.00 – 17.30 s. 412		16.00 – 17.30 s. 329			
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA 3 TEATR TAŃCA W. Kałuża	15 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 412		17.45 – 20.00 s. 419			

TECHNIKI RELAKSACYJNE

Rafał Matysiak rmatysiak@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 19 lat	Grupa początkująca: <ul style="list-style-type: none"> • sprawdzenie umiejętności skupienia 	<p>Zapoznanie z różnymi technikami relaksacyjnymi – od najprostszych do bardziej zaawansowanych, m.in. technikami oddechowymi, rozciąganiem oraz wykorzystaniem bodźców zewnętrznych, takich jak zapach i dźwięk.</p> <p>Poznanie mechanizmu powstawania i działania stresu oraz teorii i praktyki poszczególnych technik relaksacyjnych (np. progresywna relaksacja Jacobsona) do stosowania w różnych sytuacjach, z uwzględnieniem ich odmiennego wpływu (np. wyciszenie, koncentracja, poprawa nastroju). Nauka rozluźniania ciała, regulowania emocji, skupienia oraz zastosowania tych technik w praktyce.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wzrost wiedzy i znajomości różnych technik relaksacyjnych. ▪ Rozwinięcie świadomości czynników stresogennych i umiejętność radzenia sobie z nimi. ▪ Rozwinięcie umiejętności doboru odpowiedniej techniki do sytuacji. ▪ Rozwinięcie umiejętności opanowania stresu, zwiększonego napięcia. ▪ Opanowanie umiejętności lepszego skupienia i koncentracji. 	

TECHNIKI RELAKSACYJNE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA R. Matysiak	12 – 19 lat	18.30 – 20.00 s. 329					

Pracownia Teatru i Muzyki

AKADEMIA FILMOWA

Agata Grobel-Rospondek agobel@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	<p>Grupy początkujące:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktywny udział w zajęciach próbnych 	<p>Zapoznanie się z podstawami aktorstwa, z elementarnymi zadaniami i etiudami aktorskimi, specyfiką pracy w planie żywym i przed kamerą. Nauka sposobów kadrowania i budowania ujęcia, kreowania sytuacji scenicznych, filmowych oraz postaci. Praca z ciałem, ale też nad swobodą ruchów i pamięcią ciała, zdobywanie umiejętności pracy z rekwizytem oraz kreatywnej pracy z tekstem, rozbudzanie wyobraźni.</p>
	<p>Grupy średnio zaawansowane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktywny udział w zajęciach próbnych 	<p>Udoskonalanie wcześniej zdobytej podstawy aktorstwa w planie żywym i przed kamerą. Nauka samodzielnego wykorzystywania budowania przestrzeni, kadrów oraz ujęć w pracy kamery, kreacji sytuacji scenicznych, filmowych oraz postaci. Kontynuacja pracy z ciałem, z pamięcią ciała, udoskonalanie pracy z kostiumem i rekwizytem, pobudzaniem wyobraźni, kreacji, pracy z tekstem i poprawnej improwizacji.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 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, umiejętność samodzielnego występowania przed kamerą, ▪ rozróżnianie i biegłość w obu technikach gry aktorskiej (plan żywy i filmowy), ▪ samodzielne tworzenie scenariusza etiud filmowych oraz ich realizacja, ▪ prezentacja publiczna efektów pracy w placówce. 	

AKADEMIA FILMOWA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 A.Gobel- Rospondek	10 – 13 lat	15:00 – 17.15 s. 408					
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2 A.Gobel- Rospondek	10 – 14 lat					15:00 – 17.15 s. 408	
GRUPA 3 A. Grobel- Rospondek	14 – 19 lat					17.30 – 19.45 s. 408	

BAJKOTERAPIA Z RELAKSACJĄ

Beata Kalita bkalita@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 9 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> rozmowa, krótkie zadania lub scenki dramowe 	Połączenie elementów literatury z technikami relaksacyjnymi oraz dramą, innymi formami sztuki, jak malarstwo i muzyka, jak też różnego rodzaju grami. Podczas zajęć wykorzystywane są bajki terapeutyczne, które poruszają ważne tematy emocjonalne i społeczne. Wplecione techniki relaksacyjne pomagają dzieciom wyciszyć się i zredukować napięcie emocjonalne.

Efekty:

- rozwijanie umiejętności emocjonalnych i postaw prospołecznych,
- wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa,
- poprawa koncentracji i uwagi,
- kształtowanie umiejętności wypowiedzenia się,
- redukcja stresu i napięcia.

BAJKOTERAPIA Z RELAKSACJĄ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA Bajkoterapia z relaksacją B. Kalita	7 – 9 lat			18.30 – 20.00 s. 405		

CHARAKTERYZACJA TEATRALNA I FILMOWA

Zuzanna Kotara zkotara@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • wykonanie kreatywnej pracy plastyczno-makijażowej na facecharcie na dowolny temat 	Zajęcia wprowadzają uczestników w świat charakteryzacji od podstaw. Uczą się makijażu, efektów sfx, fryzjerstwa, techniki malowania twarzy, zasady modelowania twarzy i zmieniania rysów twarzy. Tworzą swoje projekty i wykonują je na sobie samym lub pracując w parach i trzyosobowych grupach.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • wykonanie kreatywnej pracy plastyczno-makijażowej na facecharcie na zadany przez instruktora temat oraz wykonanie prostego zadania makijażowego na sobie 	Zajęcia skierowane są do osób, które kontynuują swoją przygodę z zajęciami charakteryzacji w Pałacu Młodzieży lub mają już zdobyte podstawy i chcą rozwijać swoje umiejętności z zakresu makijażu, fryzjerstwa, charakteryzacji, efektów sfx, modelowaniu twarzy, pracy z profesjonalnymi materiałami oraz rzeźby. Uczestnicy realizują kreatywne i skomplikowane projekty tematyczne ucząc się planowania i tworzenia spójnych stylizacji.

Efekty:

- rozwój kreatywności, wyobraźni, cierpliwości i koncentracji,
- rozwój umiejętności wizażowych oraz charakteryzatorskich,
- budowanie indywidualnej postawy artystycznej i wyrażania siebie,
- umiejętność wykonania projektu na facecharcie i na modelce/modelu,
- znajomość historii makijażu, fryzjerstwa oraz charakteryzacji.

CHARAKTERYZACJA TEATRALNA I FILMOWA		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA							
GRUPA 1 Z. Kotara	10 – 13 lat	15.00 – 18.15 s. 103					
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA 2 Z. Kotara	14 – 19 lat			15.45 – 19.00 s. 103			

CHEERLEADERKI

Weronika Michałowicz wmichalowicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 15 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> poprawne wykonanie elementów po przekątnej oraz odtworzenie nauczonej choreografii 	Uczestnicy poznają podstawowe elementy techniki tańca oraz pozycje rąk i nóg wg techniki jazzowej. Uczą się ustawień rąk w cheerleadingu (arm motions) oraz podstawowych skoków cheer, a także choreografii tanecznych z ich zastosowaniem. Kształtowana jest każda cecha motoryczna z naciskiem na gibkość i skoczność.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> znajomość podstaw tańca jazzowego i doskonalenie cech motorycznych uczestników, znajomość ustawień rąk i skoków cheer, umiejętność bezbłędnego odtwarzania poznanej choreografii, wystąpienia na pokazach tanecznych. 	

CHEERLEADERKI	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE						
GRUPA 1 Cheerleaderki W. Michałowicz	7 – 10 lat		15.00 – 16.30 s. 408			
GRUPA 2 Cheerleaderki W. Michałowicz	11 – 15 lat		18.30 – 20.00 s. 408			

MAŁE MUSICALE

Magdalena Ciechańska mciechanska@pm.waw.pl
 Weronika Michałowicz wmichalowicz@pm.waw.pl
 Piotr Paszkiewicz ppaszkiwicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • brak przeciwwskazań zdrowotnych, • poprawność wymowy i interpretacja dowolnego wiersza • zaśpiewanie dowolnej piosenki w języku polskim i powtarzanie głosem dźwięków i wyklaskanie rytmu • koordynacja muzyczno-ruchowa, skoczność, gibkość, pamięć ruchowa 	<p>Interdyscyplinarny program edukacyjny dla dzieci. Łączymy TEATR- dialogi, scenki, kostiumy, maski, rekwizyty z MUZYKĄ- melodie nagrodzone „Oskarami”, tylko polskie teksty, piosenka aktorska i RUCHEM– taniec, ruch sceniczny, improwizacja, by powstały WIDOWISKA oparte o niezapomniane produkcje DISNEY’A i znane musicale o dzieciach, z dziećmi i dla dzieci.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • brak przeciwwskazań zdrowotnych, • poprawność wymowy i interpretacja dowolnego wiersza • zaśpiewanie dowolnej piosenki w języku polskim i powtarzanie głosem dźwięków i wyklaskanie rytmu • sprawdzenie pamięci ruchowej przez zapamiętanie kroków układu choreograficznego 	<p>Interdyscyplinarny program edukacyjny dla dzieci i młodzieży. Łączymy TEATR – dialogi, scenki, kostiumy, maski, rekwizyty z MUZYKĄ – melodie nagrodzone „Oskarami”, tylko polskie teksty, piosenka aktorska i RUCHEM – taniec, ruch sceniczny, improwizacja, by powstały WIDOWISKA oparte o niezapomniane produkcje DISNEY’A i znane musicale o dzieciach, z dziećmi i dla dzieci.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • brak przeciwwskazań zdrowotnych, • poprawność wymowy i interpretacja dowolnego wiersza lub prozy • zaśpiewanie piosenki z musicalu w języku polskim, powtarzanie głosem dźwięków i wyklaskanie rytmu 	<p>Interdyscyplinarny program edukacyjny dla i młodzieży. Łączymy TEATR z MUZYKĄ i RUCHEM, by powstały WIDOWISKA oparte o niezapomniane produkcje DISNEY’A i znane musicale młodzieżowe. Doskonalimy umiejętności z zakresu zadań aktorskich, możliwości wokalnych i tanecznych. Bierzemy udział w przeglądach teatralnych.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> znajomość podstaw techniki tańca, ćwiczeń na przekątnej, zapamiętanie i powtórzenie krótkiej choreografii 	
<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> uczestnicy potrafią współdziałać i pracować w grupie, są odpowiedzialni za powierzone role, rekwizyty i stroje, za poziom występu, dzięki połączeniu w/w dziedzin powstają barwne widowiska kostiumowe, Juniorzy – gr 1 i 2– zazwyczaj realizują widowisko oparte o fragmenty z różnych musicali, tak aby poznać jak najwięcej materiału muzycznego i tanecznego, Zespół – gr 3 i 4 pracuje nad jednym tytułem z repertuaru młodzieżowego, grupy prezentują się w PM, biorą udział w programach artystycznych pałacowych imprez, Zespół prezentuje się także poza placówką, bierze udział w festiwalach twórczości artystycznej dzieci i młodzieży. 		

MAŁE MUSICALE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 W. Michałowicz	10 – 13 lat	16.00 – 17.30 s. 408		16.00 – 17.30 s. 407		
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA 2 M. Ciechańska	11 – 14 lat	16.00 – 17.30 s. 407		16.00 – 17.30 s. 408		
GRUPY ZAAWANSOWANE						
GRUPA 3 W. Michałowicz	13 – 16 lat	17.45 – 20.00 s. 408		17.45 – 20.00 s. 407		
GRUPA 4 M. Ciechańska	15 – 19 lat	17.45 – 20.00 s. 407		17.45 – 20.00 s. 408		

PILATES NA MACIE

Magdalena Jelonek mjelonek@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
12 – 16 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> wykonanie podstawowych ćwiczeń prepilatesowych i pilatesowych na macie 	Pilates na macie jest formą treningu, łączącą ciało i umysł. Koncentruje się na wzbogaceniu mięśni głębokich, poprawie postawy oraz uelastycznieniu kręgosłupa. Regularna praktyka nie tylko rzeźbi sylwetkę i zwiększa jej sprawność, ale także skutecznie redukuje napięcia.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> Wzmocnienie mięśni całego ciała. Lepsza postawa ciała. Świadomość ciała. Redukcja stresu. 	

PILATES NA MACIE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA Pilates na macie 12 – 16 lat M. Jelonek					18.30 – 20.00 s. 317	

STREET DANCE

Weronika Michałowicz wmichalowicz@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 10 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> odtworzenie poznanej choreografii 	Uczestnicy poznają choreografie, które są w stanie odtworzyć. Uczą się podstawowych elementów techniki tańca oraz elementów akrobatycznych. Kształtują swoją gibkość, skoczność i wytrzymałość.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> uczestnicy znają podstawy techniki tańca, uczestnicy znają kilka choreografii w stylach street dance, uczestnicy poprawiają swoją gibkość, skoczność i wytrzymałość, uczestnicy biorą udział w pokazach tanecznych. 	

STREET DANCE	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA Street Dance W. Michałowicz	7 – 10 lat		16.45 – 18.15 s. 408			

SZACHY

Beata Kalita bkalita@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 13 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none">rozwiązanie zadań logicznych, na spostrzegawczość i orientację przestrzenną	Poznanie świata szachów, praw i zasad gry, kształtowanie postawy fair play oraz umiejętności przegrywania. Rozwijanie pamięci, wyobraźni orientacji przestrzennej. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek, realizacja twórczych działań inspirowanych królewską grą.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">rozwiązanie zadań szachowych lub rozegranie partii	Doskonalenie umiejętności gry w szachy. Rozwiązywanie zadań i łamigłówek. Przestrzeganie zasad fair play, radzenie sobie z porażką i wygraną.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none">rozwiązanie zadań szachowych lub rozegranie partii	Skupienie się na grze na poziomie zaawansowanym. Poznanie organizacji szachowych, słynnych szachistów i partii szachowych. Przygotowanie do turniejów szachowych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">znajomość podstawowych zasad turniejowych,poprawa spostrzegawczości i decyzyjności,umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami,udział w turniejach szachowych,znajomość szachowego uniwersum.	

SZACHY	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 Szachy B. Kalita 7 – 9 lat	15.00 – 16.30 s. 405					
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE						
GRUPA 2 Szachy z elementami jogi B. Kalita 7 – 10 lat		15.00 – 16.30 s. 405			15.00 – 16.30 s. 405	
GRUPA 3 Szachy B. Kalita 8 – 11 lat	16.45 – 18.15 s. 405			16.45 – 18.15 s. 405		
GRUPA ZAAWANSOWANA						
GRUPA 4 Szachy B. Kalita 10 – 13 lat		16.45 – 18.15 s. 405			16.45 – 18.15 s. 405	

ZAJĘCIA MUZYCZNE – GITARA

Andrei Kasianov akasianov@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • rozmowa kwalifikacyjna • powtórzenie głosem usłyszanych dźwięków i rytmu podanego przez instruktora 	<p>W programie grupy podstawowej: zapoznanie z podstawami gry na gitarze klasycznej, technikami akompaniowania, stylami i gatunkami muzycznymi, zapoznanie z podstawową wiedzą o muzyce.</p>
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • rozmowa kwalifikacyjna • powtórzenie głosem usłyszanej linii melodycznej • znajomość podstawy gry na gitarze • odczytywanie tabulatury • wykonanie wybranego utworu 	<p>W programie grupy kontynuującej: rozwój umiejętności technicznych i interpretacyjnych w zakresie gry na gitarze (różne techniki gry), rozwój wrażliwości muzycznej uczestników zajęć, przygotowanie do prezentacji.</p>
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • rozmowa kwalifikacyjna • umiejętność zagrania prostego utworu a vista (z nut i z tabulatur) i wybranego utworu z pamięci • umiejętność zagrania różnych akompaniamentów 	<p>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.</p>
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ uczestnik odczytuje tabulaturę i zapis nutowy, ▪ uczestnik potrafi zagrać wybrane utwory z pamięci, ▪ uczestnik gra akompaniament z wykorzystaniem poznanych akordów, ▪ uczestnik przygotowuje repertuar muzyczny, z którym może występować na koncertach i brać udział w konkursach. 	

ZAJĘCIA MUZYCZNE – GITARA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPA POCZĄTKUJĄCA						
GRUPA 1 (ABCD) 9 – 16 lat Gitara A. Kasianov			15.00 – 15.45 gr 1A 15.45 – 16.30 gr 1B 19.05 – 19.50 gr 1C s. 352			13.05 – 13.50 gr 1D s. 352
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA						
GRUPA 2 (ABCD) 9 – 19 lat Gitara A. Kasianov			17.25 – 18.10 gr 2A s. 352			10.40 – 11.25 gr 2B 11.25 – 12.10 gr 2C 12.20 – 13.05 gr 2D s. 352
GRUPA ZAAWANSOWANA						
GRUPA 3 (ABCD) 9 – 19 lat Gitara A. Kasianov			16.40 – 17.25 gr 3A 18.20 – 19.05 gr 3B s. 352			09.00 – 09.45 gr 3C 09.45 – 10.30 gr 3D s. 352

ZAJĘCIA MUZYCZNE – KEYBOARD

Krzysztof Szczęśniak kszczesniak@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 16 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • badanie poczucia rytmu – powtarzanie • wyklaskiwanych rytmów • badanie słuchu – powtarzanie głosem na sylabie „la” zagrzanych dźwięków 	Technika gry- ustawienie ręki, pozycja przy instrumencie, wprawki palcowe, nauka podstawowych zasad muzyki połączona z praktyką – czytanie nut, nauka obsługi instrumentu i zastosowania tej wiedzy w praktyce, gra oburącz prostych utworów w tonacji C-dur.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • badanie poczucia rytmu – powtarzanie • wyklaskiwanych rytmów • badanie słuchu – powtarzanie głosem na sylabie „la” zagrzanych dźwięków 	Czytanie nut, gra oburącz utworów w tonacjach C-dur, G-dur, F-dur, a-moll, e-moll, d-moll, zasady muzyki. Obsługa różnych funkcji instrumentu i zastosowanie tej wiedzy w praktyce. Treści odpowiednie do stopnia zaawansowania uczestników.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> ▪ uczestnik zajęć potrafi czytać nuty w różnych tonacjach, ▪ uczestnik zajęć potrafi grać oburącz utwory, ▪ uczestnik zajęć potrafi obsługiwać funkcje keyboardu i wykorzystywać je podczas gry. 	

ZAJĘCIA MUZYCZNE – KEYBOARD		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA 1A Keyboard K. Szczęśniak	7 – 16 lat	15.00 – 15.45 s. 352					
GRUPA 1B Keyboard K. Szczęśniak	7 – 16 lat	15.45 – 16.35 s. 352					
GRUPA 1C Keyboard K. Szczęśniak	7 – 16 lat	16.40 – 17.25 s. 352					
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2A Keyboard K. Szczęśniak	8 – 16 lat	17.30 – 18.15 s. 352					
GRUPA 2B Keyboard K. Szczęśniak	8 – 16 lat	18.20 – 19.05 s. 352					
GRUPA 2C Keyboard K. Szczęśniak	8 – 16 lat	19.10 – 19.55 s. 352					

ZAJĘCIA TEATRALNE

Ewelina Stepanczenko-Stolorz estepanczenko@pm.waw.pl
 Kornelia Raniszewska kraniszewska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> dowolny wiersz lub fragment prozy nauczony na pamięć rozmowa z instruktorem, odważne wykonywanie jego instrukcji 	Poza zabawami aktorskimi rozwijającymi świadomość emocjonalną i uważność na drugiego człowieka, uczestnicy będą pracować nad prawidłową wymową i emisją głosu. Stworzymy grupę, w której postaramy się zaszczepić miłość do teatru i kultury oraz wrażliwość na słowo. Razem spróbujemy stworzyć pokaz sceniczny, w którym uczestnicy zaprezentują wypracowane w ciągu roku umiejętności aktorskie.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> dowolny wiersz lub fragment prozy nauczony na pamięć wykonanie zadań aktorskich wyznaczonych przez instruktora 	Zbudujemy zespół złożony z młodzieży o podobnych zainteresowaniach, który będzie pracował nad umiejętnościami aktorskimi, poprawną wymową i wyrazistością ruchu. Dzięki odpowiednio dobranym ćwiczeniom aktorskim, uczestnicy poszerzą świadomość emocjonalną i nauczą się szukać odpowiednich środków wyrazu scenicznego. Razem stworzymy spektakl, który podsumuje roczną pracę i zaprezentujemy go gościom i społeczności Pałacu Młodzieży.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> dowolny wiersz lub fragment prozy nauczony na pamięć wykonanie zadań aktorskich wyznaczonych przez instruktora 	Zbudujemy zespół złożony z młodzieży o podobnych zainteresowaniach, który będzie pracował nad umiejętnościami aktorskimi, poprawną wymową i wyrazistością ruchu. Dzięki odpowiednio dobranym ćwiczeniom aktorskim, uczestnicy poszerzą świadomość emocjonalną i nauczą się szukać odpowiednich środków wyrazu scenicznego. Razem stworzymy spektakl, który podsumuje roczną pracę i zaprezentujemy go gościom i społeczności Pałacu Młodzieży.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none"> wiedza z zakresu fonetyki, fleksji i składni języka polskiego, poznanie budowy i działania aparatu artykulacyjnego, prawidłowa emisja głosu, świadome budowanie roli, praca nad spektaklem we wspierających warunkach i integracja z grupą o podobnych zainteresowaniach. 	

ZAJĘCIA TEATRALNE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA Teatrzyk Logopedyczny K. Raniszewska	8 – 10 lat	14.45 – 16.15 s. 402					
GRUPA 1 Kreatywne aktorstwo E. Stepanczenko-Stolorz	8 – 10 lat		15.15 – 16.45 s. 329				
GRUPA Horyzont K. Raniszewska	12 – 15 lat			15.00 – 17.15 s. 407			
GRUPY ŚREDNIO ZAAWANSOWANE							
GRUPA 2 Kreatywne aktorstwo E. Stepanczenko-Stolorz	11– 14 lat	15.00 – 16.30 s. 407					
GRUPA Kurtyna K. Raniszewska	13– 16 lat	16.30 – 18.45 s. 402					
GRUPA Kulisy II K. Raniszewska	14 – 19 lat				15.00 – 17.15 s. 402		
GRUPY ZAAWANSOWANE							
GRUPA Kulisy I K. Raniszewska	15 – 19 lat			17.30 – 19.45 s. 407			
GRUPA Studio aktorskie E. Stepanczenko-Stolorz	15 – 19 lat	16.45 – 19.00 s. 407	17.00 – 18.30 s. 329				

ZAJĘCIA WOKALNE

Sandra Hohlfeld-Sykulska shohlfeld@pm.waw.pl
 Sylwia Palma spalma@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 19 lat	Grupy początkujące: <ul style="list-style-type: none"> • dobór repertuaru i wykonanie piosenki a' capella w j. polskim • powtórzenie dźwięków i melodii • powtórzenie zakładanego rytmu • diagnoza emisji głosu • sprawdzenie dykcji (fragment wiersza) 	Grupa podstawowa rozwija aparat głosowy poprzez proste ćwiczenia emisyjne, oddechowe i dykcyjne, dostosowane do poziomu początkującego. Zajęcia obejmują również elementy ruchu scenicznego, pomagające w swobodnym poruszaniu się na scenie i budowaniu pewności siebie. Uczestnicy uczą się podstaw interpretacji piosenek, oswiają się z występami i emocjami oraz rozwijają umiejętność współpracy i wewnętrznej dyscypliny.
	Grupy średnio zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • dobór repertuaru i wykonanie piosenki a' capella w j. polskim • powtórzenie dźwięków i melodii • powtórzenie zakładanego rytmu • diagnoza emisji głosu • sprawdzenie dykcji (fragment wiersza) 	Grupa średnio zaawansowana doskonali aparat głosowy poprzez bardziej zaawansowane ćwiczenia emisyjne, oddechowe i dykcyjne, rozwijające technikę wokalną i świadomość głosu. Uczestnicy pogłębiają umiejętność interpretacji utworów, pracują nad wyrazem artystycznym z elementami ruchu scenicznego oraz pewnością siebie podczas występów. Zajęcia rozwijają także odpowiedzialność za wspólne brzmienie zespołu, wewnętrzną dyscyplinę oraz umiejętność świadomej pracy nad własnym rozwojem.
	Grupy zaawansowane: <ul style="list-style-type: none"> • dobór repertuaru i wykonanie piosenki a' capella w j. polskim • powtórzenie dźwięków i melodii • powtórzenie zakładanego rytmu • diagnoza emisji głosu • sprawdzenie dykcji (fragment wiersza) 	Grupa zaawansowana skupia się na świadomym i precyzyjnym doskonaleniu techniki wokalnej poprzez indywidualnie dobrane ćwiczenia emisyjne, oddechowe i artykulacyjne. Uczestnicy rozwijają dojrzałą interpretację utworów, pracują nad ekspresją sceniczną oraz swobodą i pewnością podczas występów. Zajęcia kształtują wysoką kulturę muzyczną, odpowiedzialność za brzmienie zespołu oraz umiejętność samodzielnej, świadomej pracy nad własnym warsztatem.

Efekty:

- prezentacja osiągnięć i dokonań artystycznych 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).

ZAJECIA WOKALNE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
GRUPY POCZĄTKUJĄCE							
GRUPA FLOW S. Hohlfeld-Sykulska	7 – 9 lat	15.20 – 16.50 s. 413			15.20 – 16.50 s. 413		
GRUPA PopCorn S. Hohlfeld-Sykulska	10 – 14 lat			15.20 – 16.50 s. 413		15.20 – 16.50 s. 413	
GRUPA Lumi S. Hohlfeld-Sykulska	13 – 18 lat		16.45 – 18.15 s. 413				
GRUPA ŚREDNIO ZAAWANSOWANA							
GRUPA VocaLush S. Hohlfeld-Sykulska	10 – 14 lat	17.05 – 18.35 s. 413		16.55 – 18.25 s. 413			
GRUPA ZAAWANSOWANA							
GRUPA KLANG S. Hohlfeld-Sykulska	14 – 19 lat		18.30 – 20.00 s. 413	18.30 – 20.00 s. 413			

Pracownia Współpracy i Działań Środowiskowych

PAŁACOWA AKADEMIA UMIEJĘTNOŚCI

ANGIELSKI NA WESOŁO

Adrianna Przydatek aprzydatek@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 7 lat	<ul style="list-style-type: none"> powtarzanie za instruktorem słów, ruchów, rytmu. Odtworzenie prostego układu do anglojęzycznej piosenki 	Nabywanie oraz poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie języka angielskiego oraz krajów anglojęzycznych. 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.
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Nabywanie oraz poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie języka angielskiego oraz krajów anglojęzycznych. Budowanie bazy do opanowania kolejnych umiejętności językowych. Rozwój pomysłowości oraz współpracy grupowej. 	

BARWY FOLKLORU

Magdalena Szilke mszilke@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 11 lat	<ul style="list-style-type: none"> 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.
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wycinanie i klejenie niewielkich konstrukcji przestrzennych. Poznanie zasad kompozycji prac plastycznych. Nabywanie umiejętności wykorzystania materiałów z recyklingu. 	

BILARD		Katarzyna Gromek-Sieczkowska kgromek@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
10 – 15 lat	<ul style="list-style-type: none"> wbijanie bil do łuz, odwzorowanie prawidłowej postawy przy stole 	<p>Nauka gry w bilard, poznanie zasad gry, postawy przy stole bilardowym. Nauka podstawowych uderzeń i ich doskonalenie.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Znajomość zasad gry w bilard. Prawidłowa postawa przy stole bilardowym. Umiejętność wykonania podstawowych uderzeń. 	
KRAINA EMOCJI		Monika Kołodziejska mkolodziejska@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 9 lat	<ul style="list-style-type: none"> przygotowanie historyjki obrazkowej inspirowanej utworem literackim. 	<p>Kraina emocji to zajęcia plastyczne dla najmłodszych, z elementami Treningu Umiejętności Społecznych (TUS). Na zajęciach uczestnicy poznają różne techniki i formy plastyczne – tworząc samodzielnie prace. Trening Umiejętności Społecznych ma na celu wsparcie rozwoju emocjonalnego i społecznego uczestników.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wsparcie aktywności twórczej dzieci. Rozwijanie kreatywności i wyobraźni. Nabywanie umiejętności wyrażania własnych potrzeb i emocji. Nauka umiejętności społecznych poprzez zabawę. 	

KRAINA WYOBRAŹNI		Monika Kołodziejska mkolodziejska@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 9 lat	<ul style="list-style-type: none"> przygotowanie pracy plastycznej na zadany temat 	<p>Kraina wyobraźni to zajęcia plastyczne dla najmłodszych, z elementami terapii ręki. Na zajęciach uczestnicy poznają różne techniki i formy plastyczne – tworząc samodzielnie prace. Ćwiczenia w formie zabawy wspierają dzieci z trudnościami grafomotorycznymi, zaburzeniami koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz problemami w nauce pisania.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wsparcie aktywności twórczej dzieci. Rozwijanie kreatywności i wyobraźni. Poprawa sprawności manualnej. Rozwój umiejętności grafomotorycznych. 	
KRAMIK Z POMYSŁAMI		Anna Chrościcka achroscicka@pm.waw.pl
WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
8 – 13 lat	<ul style="list-style-type: none"> wykonanie kompozycji z otrzymanych materiałów 	<p>Poznawanie technik plastycznych, poszukiwanie inspiracji w książkach o tematyce hobbystycznej. Korzystanie z szablonów, opisów, pokazujących etapy wykonywania prac i kompozycji przestrzennych. Poznawanie zagadnień dotyczących sztuki, kultury, nauki – powiązanych z tematyką prac.</p>
	<p>Efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rozwijanie kreatywności uczestników. Nabywanie umiejętności planowania pracy. Nabywanie staranności i dokładności. 	

KULINARNE PRZYGODY

Danuta Trawińska dtrawinska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
7 – 9 lat	<ul style="list-style-type: none">omówienie kolejnych kroków przyrządzania wskazanej potrawy	Stymulowanie doświadczeń sensorycznych poprzez różnorodne działania edukacyjne. Rozwijanie twórczego myślenia i kreatywnego rozwiązywania problemów. Rozwijanie kompetencji społecznych.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Dziecko potrafi współpracować w grupie, jest aktywne, otwarte na nowe doświadczenia.Doskonali swoją kreatywność i samodzielność.Ma wzbogacony zasób wiedzy o żywieniu i przepisach kulinarnych.	

OD POMYSŁU DO KOMIKSU

Joanna Czerwińska jczerwinska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 12 lat	<ul style="list-style-type: none">ułożenie opowiadania z wylosowanych kostek Story Cubes, a następnie zwizualizowanie go w formie komiksu	Nauka tworzenia autorskich komiksów od podstaw. Nauka umiejętności planowania historii, opracowywania postaci i budowania napięcia w opowieści.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Rozwój umiejętności planowania pracy własnej.Umiejętność rysowania postaci w różnych układach.Znajomość podstaw kompozycji i narracji w komiksie.	

ZAGRAJ GŁOSEM

Agnieszka Michalska amichalska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
9 – 14 lat	<ul style="list-style-type: none">prze czytanie krótkiego tekstu, przygotowanego przez instruktora	Zajęcia podczas których pracujemy nad dykcją, świadomym używaniem głosu oraz interpretacją tekstu. Uczestnicy uczą się budowania postaci i tworzenia roli, a także biorą udział w ćwiczeniach aktorskich rozwijających wyobraźnię i współpracę.
	Efekty: <ul style="list-style-type: none">Wyraźna dykcja i świadome używanie głosu.Większa pewność siebie w mówieniu, lepsza koncentracja i współpraca w grupie.Umiejętność interpretacji tekstu i wyrażania emocji.Rozwój wyobraźni i kreatywności.Konkretny efekt to mini słuchowisko lub inne formy nagrań lektorskich.	

ZAJĘCIA KREATYWNE

Ewa Zaborska ezaborska@pm.waw.pl

WIEK	BADANIE UZDOLNIEŃ KIERUNKOWYCH	OPIS ZAJĘĆ
6 – 8 lat	<ul style="list-style-type: none">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: <ul style="list-style-type: none">Dziecko jest gotowe szukać lepszych, nowych, oryginalnych rozwiązań, ma bogatą wyobraźnię twórczą, jest spontaniczne, otwarte na pomysły i inspiracje, aktywne i zaradne życiowo.	

WSPÓŁPRACA I DZIAŁANIA ŚRODOWISKOWE		PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
PAŁACOWA AKADEMIA UMIEJĘTNOŚCI							
ANGIELSKI NA WESOŁO A. Przydatek	6 – 7 lat	17.00 – 18.00 s. 354					
BARWY FOLKLORU M. Szilke	7 – 11 lat	17.00 – 18.00 s. 365					
BILARD K. Gromek- Sieczkowska	10 – 15 lat			16.30 – 17.30 początkująca 17.40 – 18.40 zaawansowana s. 358			
KRAINA EMOCJI M. Kołodziejska	7 – 9 lat			15.00 – 15.45 grupa 1 15.50 – 16.35 grupa 2 s. 365		grupa 1 i 2 14.30 – 16.00 s. 365	
KRAINA WYOBRAŹNI M. Kołodziejska	7 – 9 lat					16.15 – 17.45 s. 365	
KRAMIK Z POMYSŁAMI A. Chrościcka	8 – 13 lat		17.30 – 18.30 s.352		16.30 – 17.30 s. 352		
KULINARNE PRZYGODY D. Trawińska	7 – 9 lat						11.00 – 12.00 s. 103

OD POMYSŁU DO KOMIKSU J. Czerwińska	9 – 12 lat						12.30 – 13.30 s. 365
ZAGRAJ GŁOSEM A. Michalska	9 – 14 lat					16.00 – 17.15 s. 407	
ZAJĘCIA KREATYWNE E. Zaborska	6 – 8 lat				17.00 – 18.00 s. 365		

KLUB MŁODZIEŻOWY

A. Przydatek A. Michalska D. Trawińska	6 – 19 lat	14.30 – 20.15 s. 358	14.30 – 20.15 s. 358	14.30 – 20.15 s. 358	14.30 – 20.15 s. 358	14.30 – 20.15 s. 358	09.00 – 14.00 s. 358
--	------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

Klub Młodzieżowy to miejsce do którego zapraszamy wszystkich uczestników zajęć Pałacu Młodzieży. Stała opieka instruktorów oraz wyposażenie sali sprzyjają bezpiecznej zabawie oraz umożliwiają rozwój umiejętności fizycznych, intelektualnych a przede wszystkim społecznych. Na wyposażeniu znajdują się gry planszowe, materiały plastyczne, stoły do gry w bilard i piłkarzyki oraz dywan interaktywny Funfloor.

BIBLIOTEKA

M. Kołodziejska A. Chrościcka	6 – 19 lat	14.30 – 19.30 s. 332	14.30 – 20.00 s. 332	14.30 – 20.00 s. 332	14.30 – 20.00 s. 332	14.30 – 20.00 s. 332	I, II sobota mies. 09.30 – 13.30 s. 332
----------------------------------	------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	--

Biblioteka jest dostępna dla wszystkich uczestników zajęć Pałacu Młodzieży, którzy założą konto czytelnicze na podstawie aktualnej legitymacji PM. W trakcie roku szkolnego instruktorzy biblioteki udostępniają materiały na zajęcia oraz wypożyczają książki i audiobooki do domu. W sali 332 znajduje się również nowoczesny, przyjazny kącik czytelniczy, sprzyjający rozwijaniu pasji czytelniczych i spędzaniu czasu z książką.

MŁODZIEŻOWE CENTRUM DORADZTWA ZAWODOWEGO

A. Pałczyńska	13 – 19 lat		15.00 – 19.00 s. 252	15.00 – 19.00 s. 252	15.00 – 19.00 s. 252	15.00 – 18.00 s. 252	9.00 – 11.30 s. 252
---------------	-------------	--	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------

Doradca zawodowy udziela indywidualnych konsultacji uczniom warszawskich szkół, identyfikuje ich predyspozycje i preferencje zawodowe oraz pomaga w wyborze dalszej ścieżki edukacyjnej. Uczestnicy pogłębiają wiedzę o zawodach, planują swoją karierę, poznają ofertę edukacyjną oraz kryteria przyjęcia do szkół.

PSYCHOLOG

A. Nowosielska-Tiurn	6 – 19 lat	14.30 – 20.00 s. 252	14.30 – 20.00 s. 252	14.30 – 20.00 s. 252	14.30 – 20.00 s. 252		
----------------------	------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	--	--

Psycholog Pałacu Młodzieży oferuje konsultacje psychologiczne dla uczestników oraz ich rodzin. Wspiera w rozwiązywaniu bieżących trudności, pokonywaniu problemów emocjonalnych i społecznych, a także w sytuacjach wymagających indywidualnej pomocy. Pomaga w rozwijaniu umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz w budowaniu pozytywnego obrazu siebie i wzmacnianiu poczucia własnej wartości.