

# **Projekt Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa 2025r.**

## **1. Wnioskodawca**

Karina Poźniak

## **2. Adres zamieszkania Wnioskodawcy**

Ul. Starego Dębu 38/15 31-355 Kraków

## **3. Adres e-mail oraz numer telefonu kontaktowego Wnioskodawcy**

E-mail: [pozniak.edukacjadowa@gmail.com](mailto:pozniak.edukacjadowa@gmail.com)

Numer telefonu: 882825787

## **4. Określenie charakteru zgłaszanego projektu**

Dzielnicowy - IV Dzielnica Biały Prądnik

## **5. Tytuł projektu**

"Drabina rozwoju dziecka – sprawność i poczucie rytmu"

## **6. Miejsce realizacji projektu**

Klub Kultury „Wena” , Filia Centrum Kultury „Dworek Białoprądnicki”

## **7. Termin realizacji projektu**

I-VI 2026 r.

## **8. Krótki opis projektu**

Projekt zakłada organizację cyklicznych zajęć terapeutycznych dla dzieci w wieku 5-7 oraz 8-10 lat, które wymagają wsparcia w zakresie rozwoju sensoryczno-motorycznego i poznawczego. W ramach zajęć wykorzystywane będą metody rytmikoterapii oraz terapii integracji sensorycznej (SI) w połączeniu z terapią ręki.

Głównymi jego celami są:

- rozwój koordynacji ruchowej, usprawnianie zdolności manualnych, regulacja napięć mięśniowych, poprawa koncentracji.
- poprawa funkcjonowania dzieci z deficytami rozwojowymi, zwiększenie ich samodzielności oraz wzmocnienie pewności siebie.

## **9. Szczegółowy opis projektu**

Projekt wynika z potrzeby wsparcia dzieci z różnorodnymi trudnościami rozwojowymi, które wpływają na ich codzienne funkcjonowanie, zdolność do nauki oraz interakcje społeczne. Deficyty w zakresie integracji sensorycznej, motoryki, koordynacji ruchowej czy umiejętności poznawczych mogą prowadzić do trudności w skupieniu uwagi, problemów z koordynacją ręka-oko, a nawet do wycofania się dziecka z relacji rówieśniczych. Wczesne wsparcie w postaci odpowiednio dobranej terapii znacząco zwiększa szanse na poprawę funkcjonowania dziecka i ułatwia jego rozwój.

Projekt „Drabina rozwoju dziecka – sprawność i poczucie rytmu”, stanowi odpowiedź na rosnące potrzeby dzieci wymagających wsparcia terapeutycznego w zakresie rytmikoterapii, terapii integracji sensorycznej (SI) w połączeniu z terapią ręki. Dzięki zastosowaniu interdyscyplinarnego podejścia, uczestnicy zajęć będą mieli możliwość wszechstronnego rozwoju, który obejmie zarówno sferę ruchową, jak i poznawczą.

## 10. Założenia projektu

W ramach projektu prowadzone będą zajęcia z:

- **Rytmikoterapii** – zajęć łączących muzykę, rytm i ruch w celu stymulacji integracji sensorycznej oraz koordynacji wzrokowo-słuchowo-ruchowej. Ćwiczenia rytmiczne wspierają koncentrację, rozwój zdolności poznawczych, regulację emocji oraz umiejętności społeczne. Poprzez świadome doświadczanie rytmu dzieci uczą się lepszego funkcjonowania w przestrzeni i w relacjach z otoczeniem.
- **Terapia SI z terapią ręki** – zajęć wspierających integrację sensoryczną oraz sprawność motoryczną dłoni i palców. Ćwiczenia dostosowane do indywidualnych potrzeb dziecka pomagają w poprawie koordynacji ruchowej, siły chwytu, precyzji ruchów oraz percepcji dotykowej. Połączenie terapii SI i terapii ręki wpływa na lepszą kontrolę ruchową, rozwój grafomotoryki oraz ułatwia wykonywanie codziennych czynności wymagających precyzyjnych ruchów rąk.

## 11. Cele projektu

Celem projektu jest stworzenie dostępnej, bezpłatnej przestrzeni terapeutycznej, w której dzieci otrzymają profesjonalne wsparcie dostosowane do ich indywidualnych potrzeb. Każde dziecko jest inne i wymaga spersonalizowanego podejścia – dlatego zajęcia będą prowadzone w niewielkich grupach, co pozwoli terapeutom dostosować program do możliwości i trudności uczestników. Zajęcia będą odbywać się w przyjaznym, odpowiednio wyposażonym środowisku, które sprzyja nauce poprzez ruch, zabawę i doświadczanie, w sposób dostosowany do potrzeb dzieci z trudnościami sensorycznymi i motorycznymi. W ramach spotkań wykorzystywane będą różnorodne narzędzia terapeutyczne, w tym sprzęt do integracji sensorycznej, instrumenty muzyczne oraz materiały wspomagające terapię ręki.

Projekt ten ma kluczowe znaczenie dla rodzin z dziećmi, które borykają się z ograniczoną dostępnością tego typu terapii. W okolicy brakuje wystarczającej liczby placówek, które oferują kompleksowe wsparcie dla dzieci z deficytami rozwojowymi. Rodzice często muszą czekać miesiącami na wolne terminy w publicznych poradniach lub ponosić wysokie koszty terapii prywatnej. Tymczasem wczesna interwencja jest kluczowa dla rozwoju dziecka – im szybciej rozpocznie się odpowiednie zajęcia, tym większe są szanse na wyrównanie deficytów i ułatwienie dalszej edukacji. W projekcie uwzględnione zostały koszty na zakup niezbędnych pomocy do prowadzenia atrakcyjnych i efektywnych zajęć dla dzieci.

## 12. Budżet projektu

Środki z budżetu obywatelskiego zostaną przeznaczone na:

- **Pokrycie kosztów wynagrodzeń dla specjalistów**, którzy poprowadzą zajęcia w ramach projektu,
- **Zakup niezbędnych materiałów terapeutycznych**, takich jak sprzęt do integracji sensorycznej, pomoce do terapii ręki i ćwiczeń rytmicznych,
- **Dostosowanie przestrzeni do potrzeb dzieci**, tak aby zajęcia odbywały się w komfortowych, bezpiecznych i atrakcyjnych dla dzieci warunkach.

W załączniku nr 1 (plik Excel) przedstawiono koszty planowanego projektu.

## 13. Uzasadnienie realizacji projektu

Inicjatywa odpowiada na rosnące potrzeby dzieci, dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, które zmagają się z trudnościami w zakresie integracji sensorycznej, motoryki, koordynacji ruchowej oraz zdolności poznawczych. Problemy te mogą objawiać się m.in. nadwrażliwością lub obniżoną wrażliwością na bodźce, trudnościami z koncentracją uwagi, problemami z koordynacją ręka-oko, opóźnieniem w rozwoju mowy czy niechęcią do wykonywania precyzyjnych ruchów rękami. Wiele z tych dzieci potrzebuje specjalistycznego wsparcia, które pomoże im w prawidłowym funkcjonowaniu, lepszym przyswajaniu wiedzy oraz integracji z rówieśnikami.

Wczesna interwencja terapeutyczna jest kluczowa dla wyrównania deficytów rozwojowych i ułatwienia dalszej edukacji dziecka. Rodziny, które poszukują pomocy dla swoich dzieci, napotykać na dwie główne bariery:

- Długie kolejki do specjalistów – publiczne placówki oferujące terapię integracji sensorycznej (SI), terapię ręki czy zajęcia wspierające rozwój poznawczy są oblegane, a czas oczekiwania na pierwszą wizytę często wynosi od kilku miesięcy do nawet roku. W tym czasie trudności dziecka mogą się pogłębiać, a opóźnienie w rozwoju będzie coraz trudniejsze do nadrobienia.
- Wysokie koszty terapii prywatnej – wiele rodzin nie może sobie pozwolić na odpłatne zajęcia terapeutyczne, które często wymagają regularnego uczestnictwa, aby przyniosły oczekiwane efekty. Koszt jednej wizyty u specjalisty może wynosić od kilkudziesięciu do kilkuset złotych, a pełna terapia obejmująca kilka różnych metod wsparcia to wydatek rzędu kilkuset lub nawet kilku tysięcy złotych miesięcznie. To sprawia, że dla wielu dzieci niezbędna terapia jest po prostu niedostępna.

Dzięki realizacji projektu dzieci z deficytami rozwojowymi otrzymają szansę na poprawę swoich umiejętności motorycznych, manualnych i poznawczych, co bezpośrednio przełoży się na ich większą samodzielność oraz lepsze wyniki w nauce. Ponadto, zajęcia pomogą im budować pewność siebie i integrować się z rówieśnikami, co jest niezwykle istotne dla ich ogólnego rozwoju i dobrostanu.

## **14. Harmonogram działań związanych z realizacją projektu (styczeń 2026 – czerwiec 2026)**

Projekt będzie realizowany w kilku kluczowych etapach, obejmujących przygotowanie, rekrutację uczestników, prowadzenie zajęć terapeutycznych oraz ich ewaluację.

### **I. Etap przygotowawczy - styczeń 2026**

- Formalne rozpoczęcie projektu – podpisanie umów z terapeutami i specjalistami prowadzącymi zajęcia.
- Wynajem i dostosowanie sali terapeutycznej do potrzeb dzieci z deficytami rozwojowymi.
- Zakup niezbędnego sprzętu i materiałów do prowadzenia zajęć, w tym:
  - Wyposażenie do terapii integracji sensorycznej (materace, huśtawki, piłki rehabilitacyjne, ścieżki sensoryczne),
  - Narzędzia do terapii ręki (zestawy do ćwiczeń manualnych, pomoce grafomotoryczne),
  - Instrumenty muzyczne i sprzęt do rytmikoterapii,
- Stworzenie harmonogramu zajęć i dostosowanie go do potrzeb różnych grup wiekowych oraz zajęć indywidualnych.
- Kampania informacyjna i promocja projektu:
  - Publikacja informacji o projekcie w mediach społecznościowych.
  - Spotkania informacyjne dla rodziców zainteresowanych udziałem dzieci w zajęciach.
- Rekrutacja uczestników – przyjmowanie zgłoszeń i wstępna diagnoza potrzeb dzieci.
- Organizacja spotkań indywidualnych z terapeutami w celu opracowania planu zajęć dostosowanego do indywidualnych potrzeb dzieci.

### **II. Etap realizacji zajęć terapeutycznych (styczeń 2026 – czerwiec 2026)**

Zajęcia będą odbywać się cyklicznie, zgodnie z ustalonym harmonogramem. Dzieci zostaną podzielone na grupy wiekowe (5-7 lat oraz 8-10 lat), a każda grupa będzie uczestniczyła w zajęciach 1 razy w tygodniu.

## **Styczeń 2026 – czerwiec 2026**

- Rozpoczęcie zajęć terapeutycznych obejmujących:
  - **Rytmikoterapię** – zajęcia rozwijające koordynację, motorykę oraz zdolności komunikacyjne poprzez muzykę i ruch.
  - **Terapię integracji sensorycznej (SI) i terapię ręki** – ćwiczenia wspierające zdolność przetwarzania bodźców sensorycznych, motorykę małą i koordynację ruchową.
- Monitorowanie postępów dzieci – bieżąca analiza efektów terapii.
- Indywidualne konsultacje dla rodziców dotyczące postępów dzieci i dalszych rekomendacji terapeutycznych.

## **III. Etap podsumowujący i ewaluacja - czerwiec 2026**

- Organizacja spotkań podsumowujących dla rodziców i terapeutów w celu omówienia postępów dzieci.
- Ewaluacja efektywności projektu na podstawie:
  - Ankiet dla rodziców i opiekunów,
  - Raportów przygotowanych przez terapeutów,
  - Analizy porównawczej wyników dzieci przed i po zakończeniu terapii.
- Opracowanie raportu końcowego z realizacji projektu, zawierającego wnioski i rekomendacje na przyszłość.
- Przygotowanie dokumentacji w celu ewentualnego przedłużenia lub rozszerzenia projektu w kolejnych latach.
- Podsumowanie projektu w mediach społecznościowych i lokalnych mediach, informowanie o osiągniętych efektach.

## **15. Podsumowanie harmonogramu**

Projekt będzie realizowany w sposób systematyczny, z uwzględnieniem kluczowych etapów:

1. **Przygotowanie i organizacja (styczeń 2026)** – rekrutacja terapeutów, zakup sprzętu, promocja projektu i nabór uczestników.
2. **Realizacja zajęć terapeutycznych (styczeń 2026 – czerwiec 2026)** – regularne spotkania terapeutyczne w małych grupach lub indywidualnie.
3. **Ewaluacja i podsumowanie (czerwiec 2026)** – analiza efektów terapii, opracowanie raportów, przygotowanie planu na przyszłość.