

Projekt Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa 2025r.

1) Wnioskodawca:

Karina Pożniak

2) Adres zamieszkania Wnioskodawcy:

Ul. Starego Dębu 38/15 31-355 Kraków

3) Adres e-mail oraz numer telefonu kontaktowego wnioskodawcy:

E-mail: pozniak.edukacjadowowa@gmail.com

Numer telefonu: 882825787

4) Określenie charakteru zgłaszanego projektu:

Dzielnicowy- IV Dzielnica Biały Prądnik

5) Tytuł projektu:

"Kompetentni rodzice i komunikatywne dzieci"

6) Miejsce realizacji projektu:

Klub Kultury „Wena” , Filia Centrum Kultury „Dworek Białoprądnicki”, Aleja 29 listopada 201,
31-401 Kraków

7) Termin realizacji projektu:

I-VI 2026r.

8) Krótki opis projektu:

Projekt otwarty jest na potrzeby **rodziny**, zarówno **rodziców** jak i **dzieci**.

Głównymi jego celami są:

- pedagogizacja rodziców, zwiększanie kompetencji rodzicielskich (ukierunkowanie działań wychowawczych i opiekuńczych) poprzez organizację prelekcji ze specjalistami zajmującymi się wspieraniem rozwoju małych dzieci,
- rozwijanie umiejętności społeczno-emocjonalnych i komunikacyjnych małych dzieci poprzez organizację zajęć treningu umiejętności społecznych (TUS).

9) Szczegółowy opis projektu.

Projekt wynika z potrzeby wsparcia **rodziców**, którzy często poszukują odpowiedzi na tematy związane z wychowaniem i opieką małych dzieci. Dzięki udziałowi w cyklicznych spotkaniach ze specjalistami, będą mogli pogłębiać swoją wiedzę z zakresu: pedagogiki, psychologii, logopedii i fizjoterapii oraz wymieniać się swoim doświadczeniem z innymi uczestnikami. To zdecydowanie wpłynie na unikanie złych nawyków wpływających niekorzystnie na kształtowanie się właściwego rozwoju dziecka. Edukacja i promowanie wśród rodziców działań profilaktycznych ma duży wpływ na ukierunkowane czynności najmłodszych (zgodnie z potrzebami i możliwościami rozwojowymi). W projekcie zaplanowano sześć spotkań dla zainteresowanych rodziców.

Drugim założeniem projektu jest rozwijanie umiejętności społecznych i komunikacyjnych małych dzieci podczas zajęciach terapeutycznych (TUS). Skierowane są one do dzieci w wieku 5- 10 lat, które zmagają się m.in. z: nieśmiałością, trudnościami w relacjach interpersonalnych, brakiem kontroli w sferze emocjonalnej, zagrożeniem niedostosowaniem społecznym lub też stwierdzono u nich zaburzenia w obszarze komunikacji. Zajęcia te, ze względu na swój charakter terapeutyczny będą prowadzone raz w tygodniu w trzech grupach wiekowych.

Liczebność każdej z grup może objąć od 3 do 6 osób.

Każdy cykl zajęć danej grupy będzie obejmował 8 obszarów tematycznych przez okres ok. 2 miesięcy.

Od I- VI 2026 r. zaplanowano 3 pełne cykle zajęć TUS dla najmłodszych, (od 9 -18 dzieci).

Dobór dzieci do każdej z grup jest zależny od trudności zgłoszonych dzieci i ich wieku. Jeśli w naborze na dany cykl spotkań TUS nie zgłosi odpowiednia liczba uczestników w danej grupie wiekowej, a w innej będzie ich więcej. Wnioskodawca może utworzyć dwie lub trzy grupy w tym samym przedziale wiekowym.

Program zajęć TUS obejmuje następującą tematykę:

Grupa 5 i 6 latków:

1. Poznajmy się- zabawy integracyjne.
2. Uczymy się słuchania i współdziałania.
3. Co wiemy o radości i smutku?
4. Czy gniew i złość idą w parze?
5. Czy strach ma wielkie oczy?
6. Bezpieczeństwo i zaufanie.
7. Bajkoterapia i sposoby na relaks.
8. Empatia. Zajęcia podsumowujące.

Grupa 7 i 8 latków:

1. Poznajmy się – zajęcia integrujące grupę.
2. Nasze zainteresowania i dobre strony.
3. Emocje, które nami kierują.
4. Asertywne zachowania i bezpieczeństwo.
5. Co robić kiedy nie radzimy sobie z emocjami?
6. Stres i relaksacja.
7. Jak radzimy sobie z porażkami?
8. Oceniamy zachowania swoje i innych. Podsumowanie zajęć.

Grupa 9 i 10 latków:

1. Poznajmy się – budujemy pozytywne relacje z innymi.
2. Nazywamy emocje, które odczuwamy.
3. Asertywność, czyli wyznaczamy swoje granice.
4. Wyrażamy swoje myśli w sposób akceptowalny społecznie.
5. Co robić kiedy pojawi się brak zrozumienia lub konflikt?
6. Jak ujarzmić stres?
7. Bezpieczeństwo i zaufanie w domu i szkole.
8. Współdziałanie w grupie. Podsumowanie zajęć.

W projekcie uwzględnione zostały koszty na zakup pomocy dydaktycznych do zajęć oraz literatura dla terapeuty i rodzica.

10) Uzasadnienie realizacji projektu

Inicjatywa odpowiada na rosnące potrzeby dzieci, które wymagają specjalistycznych zajęć rozwijających umiejętności społeczne i komunikacyjne. W poradniach psychologiczno – pedagogicznych bardzo często specjaliści, z uwagi na zaobserwowane trudności, zalecają uczestnictwo w zajęciach TUS, które przyczyniają się do lepszego funkcjonowania dziecka w domu rodzinnym, przedszkolu, czy klasie szkolnej. Szanse rodzica, aby mógł zapisać swoje dziecko na bezpłatne zajęcia TUS na terenie miasta Krakowa są niewielkie. Rodzice często nie decydują się na nie ze względu na ograniczoną liczbę miejsc w danej instytucji publicznej (poradnia psychologiczno-pedagogiczna/ przedszkole/ szkoła) oraz zawyżone koszty oferowane przez gabinety prywatne. Uruchomienie projektu "Kompetentni rodzice i komunikatywne dzieci" daje dzieciom szansę na otwartość wobec drugiego człowieka i poprawę w relacjach interpersonalnych, a rodzicom zwiększenie świadomości w podejmowanych decyzjach i działaniach opiekuńczych i wychowawczych, które wpływają na rozwój dziecka.

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



11) 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 – czerwiec 2026)

Styczeń 2026

- Formalne rozpoczęcie projektu – podpisanie umów z terapeutami i specjalistami prowadzącymi zajęcia.
- Wynajem i dostosowanie sali.
- Zakup niezbędnego sprzętu i materiałów do prowadzenia zajęć, w tym:
 - Literaturę i materiały potrzebne do przeprowadzenia zajęć TUS.

- Stworzenie harmonogramu zajęć i dostosowanie go do potrzeb różnych grup wiekowych.
- Kampania informacyjna i promocja projektu:
 - o Publikacja informacji o projekcie w mediach społecznościowych.
 - o Spotkania informacyjne dla rodziców zainteresowanych udziałem dzieci w zajęciach.
- Rekrutacja uczestników – przyjmowanie zgłoszeń.
- Organizacja spotkań indywidualnych z terapeutami w celu opracowania planu zajęć.

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

Rozpoczęcie zajęć terapeutycznych obejmujących:

- TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH

- Monitorowanie postępów dzieci – bieżąca analiza efektów zajęć
- Konsultacje dla rodziców dotyczące postępów dzieci

Styczeń 2026 – czerwiec 2026

- Rozpoczęcie zajęć terapeutycznych obejmujących:
 - o Trening umiejętności społecznych – rozwijanie umiejętności społeczno-emocjonalnych i komunikacyjnych małych dzieci
- Rozpoczęcie zajęć z rodzicami obejmującymi spotkania ze specjalistami, w celu pogłębiania wiedzy z zakresu: pedagogiki, psychologii, logopedii i fizjoterapii oraz możliwości wymiany doświadczeniami z innymi uczestnikami
- 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

Czerwiec 2026

- Organizacja spotkań podsumowujących dla rodziców i instruktorów w celu omówienia postępów dzieci.
- Ewaluacja efektywności projektu na podstawie:
 - o Ankiet dla rodziców i opiekunów,

- o Raportów przygotowanych przez instruktorów,
 - o Analizy porównawczej wyników dzieci przed i po zakończeniu zajęć.
- 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.

12) IV. Podsumowanie harmonogramu

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

- 1. Przygotowanie i organizacja (styczeń 2026)** – rekrutacja instruktorów, zakup materiałów, promocja projektu i nabór uczestników.
- 2. Realizacja zajęć (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.