



Kraków

sezon
2021/22

OF
ER
TA

dla
młodzięży

www.nck.krakow.pl

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY • INSTYTUCJA KULTURY MIASTA KRAKOWA



nowohuckie
centrum
kultury

Zespół Pieśni i Tańca NOWA HUTA – gr. młodzieżowa**informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 15

Grupę tworzy młodzież ze szkół średnich. Program artystyczny prezentowany przez grupę obrazuje i propaguje piękno polskiej kultury ludowej i narodowej. W swoim repertuarze posiada pieśni i tańce różnych regionów kraju. Zajęcia mają charakter ogólnorozwojowy – budują wrażliwość artystyczną, wiążąc proces rozwoju fizycznego z poznaniem kultury narodowej. Zespół regularnie uczestniczy w wielu znaczących festiwalach i konkursach, zarówno w kraju, jak i poza jego granicami. Jest także laureatem wielu nagród i odznaczeń.

kierownik zespołu: Adam Śliwa**opieka artystyczna:** Sabina Szybka**instruktorzy tańca:** Anna Barańska, Tomasz Szaro, Marcin Stręk**przygotowanie wokalne:** Andrzej Cebulak**akompaniament:** Krystyna Stala**Zespół Góralski HAMERNIK****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zespół Góralski HAMERNIK jest zespołem amatorskim, który powstał w 1979 r. Jego członkami są osoby w wieku od 15 lat, pochodzące przeważnie z Podhala, a zamieszkane w Krakowie oraz krakowianie rozmitowani w folklorze podhalańskim. Do tej pory zespół dał ponad 1200 koncertów w kraju i za granicą, zdobywając uznanie publiczności i jury konkursów i festiwali folklorystycznych.

kierownictwo artystyczne: Anna i Kazimierz Lassakowie**Grupa Tańca Współczesnego FORMA****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa Tańca Współczesnego FORMA od przeszło 20 lat skupia w swoim gronie młodych tancerzy i środowisko zainteresowane nowoczesną formą ruchu, scenicznymi technikami wyrazu i teatralną formą tańca. Taniec jest w zespole naturalnym medium realizacji ambicji, rozwoju estetycznego i drogą do nieustannego odkrywania twórczej strony własnego życia.

instruktorka: Joanna Kremel**Grupa Baletowa ETIUDA****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa powstała w 2010 r. Podczas zajęć młodzi tancerze, ćwiczą technikę barre au sol, podstawy tańca klasycznego i jazzowego, rozwijają świadomość ciała, dynamikę ruchu i ekspresję. Zespół bierze udział w licznych konkursach choreograficznych, koncertach i festiwalach. Dorobek zespołu stanowią spektakle baletowe: „Anioły latają nisko” 2012, „Nieboskłon” 2013, „Urzekająca Panna Młoda” 2014, „Peregrino” 2015, „Schody do nieba” 2016, „Dwa światy” 2018, „Alicja w Krainie Czarów” 2019 i „Suita kosmiczna” 2021.

instruktorka: Katarzyna Stolarczyk-Skoczylas**Zespół Tańca Nowoczesnego KLIPS****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupę tworzy młodzież w wieku od 12 lat. Choreografie zespołu oparte są na technice tańca nowoczesnego z elementami funky i hip-hop, a wszystko to przy dźwiękach muzyki pop. Zespół prezentuje swoje umiejętności podczas imprez organizowanych przez Nowohuckie Centrum Kultury.

instruktorka: Katarzyna Trynka-Ropa**Amatorski Klub Tańca Towarzyskiego ENCEK****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Oferta adresowana do pojedynczych uczestników i par. Program obejmuje tańce standardowe (walce, tango, fokstrotty) oraz latynoamerykańskie (samba, chacha, rumba, paso doble, jive) w formie towarzyskiej i estradowej. Podczas zajęć wprowadzane są także elementy tańców narodowych (m.in. polonez, taniec grecki) oraz disco, sałsy i mambo. Członkowie klubu, oprócz rozwijania koordynacji ruchowej i techniki tańca na spotkaniach klubowych, biorą także udział w pokazach tanecznych dla publiczności.

instruktorka: Ada Wantuch

Formacja Taneczna FLESZ DANCE

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Grupa taneczna poruszająca się w obszarze tańca nowoczesnego i show dance, gdzie głównymi technikami tanecznymi są: funky, hip-hop, elementy tańca współczesnego, burleska, taniec towarzyski. Układy choreograficzne zespołu to zarówno krótkie, dynamiczne prezentacje, jak i nastrojowe, wolniejsze układy taneczne. Dodatkowo, zespół wykorzystuje w swoich prezentacjach ciekawą scenografię, rekwizyty oraz wzbogaca swoje występy działaniami teatralnymi. Zespół posiada duży dorobek artystyczny, bierze udział w licznych pokazach i przeglądach tanecznych organizowanych przez Nowohuckie Centrum Kultury. Efekty pracy zespołu można oglądać podczas autorskich koncertów z cyklu „Tańczę, więc jestem” oraz innych projektach realizowanych w NCK. Zespół uczestniczył w wielu realizacjach telewizyjnych oraz konkursach i festiwalach.

instruktorka: Katarzyna Trynka-Ropa

Hartownia

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 20

Grupa tańca współczesnego dla młodzieży w wieku 10-13 lat, będąca rozwinięciem pracy Małego Teatru Ruchu oraz propozycją dla osób chcących rozpocząć swoją taneczną drogę w Krakowskim Centrum Choreograficznym - miejscu dedykowanemu sztuce tańca.

Zajęcia – odbywające się dwa razy w tygodniu – bazują na technice tańca współczesnego, wspomaganej ćwiczeniami rytmicznymi, koordynacyjnymi, sprawnościowymi i rozciągającymi. W ramach programu uczestnicy pracują w profesjonalnej przestrzeni Studia KCC, przygotowując się do występowania na scenie – pod koniec sezonu organizowany jest taneczny pokaz.

Ideą przyświecającą grupie jest rzetelna praca nad techniką taneczną, dyscypliną oraz higieną zawodową tancerza, które służą hartowaniu zarówno ciała, jak i ducha. Młodzi tancerze uczą się zdrowego trybu życia, dbania o formę i kondycję. Ważnym elementem programu jest budowanie umiejętności pracy w grupie, radzenie sobie ze stresem oraz tworzenie koleżeńskich relacji.

instruktorka: Karolina Graca

Krakowskie Centrum Choreograficzne

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 20

Centrum specjalizuje się w technice tańca współczesnego. Zajmuje się działalnością artystyczną i edukacją taneczną, prowadząc grupy i regularne zajęcia na różnych poziomach zaawansowania, zarówno dla profesjonalistów, jak i amatorów.

Młodzieżowa grupa tańca współczesnego

Zajęcia od podstaw zaprogramowane dla osób początkujących, które są zainteresowane energetycznym i intensywnym ruchem w estetycznej oprawie. W trakcie lekcji pracujemy nad wspólnym rytmem i równym oddechem. Cardio Contemporary jest treningiem prowadzonym w trzymiesięcznych cyklach (start: wrzesień, styczeń i kwiecień) i może stanowić doskonały wstęp do podjęcia regularnej nauki tańca współczesnego w Pracowni. Zajęcia odbywają się dwa razy w tygodniu i są adresowane do osób powyżej 16. roku życia.

instruktorka: Aleksandra Honza



Discofox

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Kurs tańca użytkowego w parach – taniec dyskotekowy, popularnie nazywany „dwa na jeden” (2 na 1). Najbardziej uniwersalny sposób poruszania się na parkiecie, idealny dla osób w każdym wieku. Kroki, figury, połączenia nie wymagają szczególnych umiejętności tanecznych, a pozwalają swobodnie czuć się na parkiecie.

instruktorka: Ada Wantuch

Taniec towarzyski

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia prowadzone są systemem wielostopniowym z możliwością doskonalenia umiejętności tanecznych na kolejnych etapach. Program kursów tańca towarzyskiego obejmuje tańce standardowe, latynoamerykańskie oraz elementy disco.

instruktorzy: Renata Zajac, Karolina Jarzec, Marcin Sottys

Taniec brzucha

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taniec brzucha – znany też pod nazwą Belly Dance – to pradawny taniec kobiet starożytnego Egiptu, łączący kuszące ruchy bioder z subtelnym ruchem rąk, wyzwalający to, co najbardziej uwodzicielskie, zmysłowe i kobiece. Zapewnia przepływ czystej energii, sprzyja wewnętrznej harmonii, jest doskonałą formą ćwiczeń i relaksu dla każdej kobiety.

instruktorka: Adriana Tabaka „Sakina”

Latino solo

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Mieszanka gorących rytmów latynoamerykańskich. Proste układy taneczne w rytmie salsy, bachaty i cha-chy są zastrzykiem pozytywnej energii, a wykonywane figury świetnie wpływają na całą sylwetkę i ogólną postawę ciała. Program zajęć obejmuje rozgrzewkę, która wzmacnia poszczególne partie ciała (brzuch, talię, ramiona i barki), naukę kroków tanecznych i prostych choreografii, które angażują całe ciało oraz końcowe ćwiczenia relaksujące i rozciągające.

instruktorka: Karolina Jarzec



Break Dance

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Taniec z dużą ilością elementów siłowo-sprawnościowych oraz figur wykonywanych w „parterze”, często całym ciałem, na ziemi. Zajęcia rozpoczynają się od półgodzinnej rozgrzewki i rozciągania metodą stretching, po czym następuje opis i prezentacja sposobu wykonywania układu tanecznego oraz indywidualne ćwiczenie figury pod okiem instruktora.

instruktor: Dawid Dec „Decó”

Hip-Hop

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Hip-hop jest stylem tańca pełnym ekspresji i dynamiki. Rozwijają wszystkie cechy motoryczne: wytrzymałość, gibkość, zwinność, skoczność, szybkość. Jest tańcem dynamicznym, który operuje różnymi formami ruchu: waving (fale), popping (napinanie mięśni), locking.

instruktorka: Patrycja Bańbuła

Kubańska salsa

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Kurs obejmuje naukę salsy kubańskiej – stylu „casino”. Jest to gatunek tańca powstały w połowie XX wieku jako mieszanka różnych stylów, głównie eleganckiego sonu i dzikiej afrykańskiej rumbi. Istota tego tańca polega na nauce słuchania rytmu muzyki i interpretowania go ruchem ciała.

instruktor: Marcin Sottys



Nauka gry na instrumentach

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Praca z profesjonalnymi pedagogami gwarantuje szybką naukę i doskonalenie umiejętności gry na gitarze, fortepianie, skrzypcach, akordeonie i ukulele. Daje także możliwość zaprezentowania postępów w kształceniu muzycznym na organizowanych przez Nowohuckie Centrum Kultury cyklicznych Koncertach Młodych Muzyków.

instruktorzy: Kinga Banasik-Janik, Tomasz Kobiela, Szczepan Tesarowicz, Marta Brzoza, Bartosz Latus, Agnieszka Kapelan

Śpiew klasyczny

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla osób, które zawsze lubiły śpiewać, ale nigdy wcześniej nie miały możliwości rozwijania swojego talentu. Lekcje przeznaczone są dla amatorów, którzy dopiero rozpoczynają naukę śpiewu, jak również dla osób zaawansowanych. Swoje predyspozycje można doskonalić ćwicząc pod okiem pedagoga-wokalisty.

instruktorka: Dorota Stefańska

Studio Piosenki

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Propozycja skierowana jest do młodzieży, która chce rozpocząć przygodę ze śpiewem i rozwijać swoje zdolności wokalne. Program zajęć realizowany jest w oparciu o pracę indywidualną. W programie m.in. ćwiczenia emisji wokalne, trening oddechowy, interpretacja piosenki, praca z akompaniatorem, dobór repertuaru. Uczestnicy mają możliwość udziału w konkursach wokalnych oraz występów przed publicznością.

instruktorki: Joanna Grandys-Wnuk, Małgorzata Hyży-Wypart, Justyna Odon



SCENA AB INTRA – przystań teatru amatorskiego

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zapraszamy pasjonatów teatru, osoby indywidualne, jak również zespoły amatorskie do współpracy w ramach projektu, którego celem jest stworzenie wspólnej „Strefy teatralnej” – miejsca wymiany doświadczeń, twórczej pracy, tworzenia spektakli i projektów teatralnych. Celem działalności Sceny Ab Intra jest udostępnianie młodym miłośnikom sztuki szerokiego pola do rozwoju artystycznego, twórczych poszukiwań i konfrontacji z widzami. Trening aktorski obejmuje m.in.: dykcję i emisję głosu, podstawowe zadania aktorskie i improwizację, pracę nad plastyką i dynamiką ciała, ekspresję i ruch sceniczny, interpretację tekstów literackich, rozwijanie wyobraźni i budowanie świata scenicznego oraz pracę nad pełnym spektaklem. W ramach „Strefy teatralnej” działają zespoły:

Młodzieżowy Teatr EMPIRYK – młodzież 13-15 lat

Teatr Ab Intra – młodzież powyżej 16 lat i dorośli

instruktorka: Marlena Topolska

Indywidualne konsultacje aktorskie

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Propozycja skierowana jest do pasjonatów teatru. Do wszystkich osób, które chcą sprawdzić swoje umiejętności sceniczne, zdawać do szkoły teatralnej, bądź wykorzystać warsztat aktora w codziennym życiu. Program obejmuje między innymi: elementarne zajęcia aktorskie, interpretację tekstu, dykcję i impostację głosu, elementy improwizacji.

instruktorka: Marlena Topolska



Rysunek i malarstwo

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć poznają różne techniki rysunkowe, malarские, elementy kompozycji plastycznych i form dekoracyjnych. W twórczej i przyjaznej atmosferze będą mieli okazję doskonalić zdolności plastyczne, warsztat malarski i rysunkowy, uczyć się koncentracji, rozwijać swoją wrażliwość i zmysł obserwacji.

instruktorki: Bożena Szuflita, Jadwiga Magryś-Borowiec

Ceramika

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 26

Uczestnicy zajęć, po teoretycznym zapoznaniu się z procesem powstawania ceramiki, poznaniu podstaw techniki i narzędzi, będą wykonywać własne prace: nauczą się modelowania, szkliwienia i zdobienia. W przyjaznej atmosferze, będą mieli okazję rozwijać zdolności plastyczne i wyobraźnię przestrzenną.

instruktorka: Bożena Szuflita

Grafika warsztatowa

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 26

Zajęcia są okazją do zapoznania się z różnorodnością technik graficznych. Pod opieką artysty grafika uczestnicy poznają tajniki warsztatu graficznego: materiały i narzędzia, będą powielać swoje dzieła w technikach: linorytu, gipsorytu i monotypii. W wesolej i przyjaznej atmosferze, poprzez twórcze eksperymenty, będą mieli okazję rozwijać swoje zdolności plastyczne.

instruktorzy: Jan Bosak, Marta Wakuła-Mac

Autorska Pracownia Malarstwa i Rysunku

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 26

Prowadzący zajęcia artysta malarz i grafik, zakłada indywidualne podejście do każdego kursanta oraz elastyczny program zajęć dostosowany do kierunku zainteresowań uczestników. Pracownia realizuje podstawowe zasady akademickiego programu nauczania, kładąc nacisk na rozwijanie umiejętności malarskich i rysunkowych poprzez klasyczne studium martwej natury oraz studium postaci. Zajęcia dla osób powyżej 16 roku życia.

instruktor: Mariusz Dudek

Indywidualne warsztaty fotograficzne **nowość w NCK!**

informacje: tel. 12 644 02 66 wew. 30

Celem zajęć jest zaznajomienie uczestników z ogólną wiedzą na tematy fotograficzne i jej zastosowaniem w praktyce, a także estetyką, techniką studyjną oraz cyfrową edycją zdjęć. Uczestnik w zależności od swoich potrzeb, zainteresowań i umiejętności będzie mógł wykupić dowolną ilość godzin z instruktorem lub tylko wynająć profesjonalnie wyposażone studio. Warsztaty adresowane są głównie do fotoamatorów początkujących i średnio zaawansowanych.

instruktor: Adam Gryczyński



Akrobatyka

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Uczestnicy zajęć będą uczyć się podstawowych elementów akrobatycznych, takich jak przewroty, przerzuty, przejścia, stójki oraz pracować nad siłą i gibkością, które pomogą im w opanowaniu elementów trudniejszych, takich jak szpagaty czy stanie na rękach. Zajęcia poprawią ogólną sprawność uczestników, wzmocnią i uelastycznią ciało, a przede wszystkim będą dobrą zabawą.

instruktor: Łukasz Buczek

Cocktail Dance

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Dynamiczne zajęcia w rytmie tańców latynoamerykańskich, wyrabiające płynność i elastyczność ruchów. Tańcząc i powtarzając kroki podstawowe (m.in. do samby, salsy, merengue, cha-chy, rumbly, rock'n'rolla) można spalić kalorie, modelować sylwetkę, poprawić koordynację i świadomość własnego ciała oraz wyzwolić pozytywne emocje i pewność siebie. Propozycja dla wszystkich – bez względu na wiek, płeć i umiejętności.

instruktorka: Ewelina Tutka

Aerobik

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zajęcia dla pań obejmujące TBC, BPU, Body Toning i Stretching. Zasadniczym celem zajęć jest kształtowanie zdrowego, silnego organizmu. Uprawianie gimnastyki rozładowuje i łagodzi napięcia nerwowe oraz sprzyja dobremu samopoczuciu.

instruktorka: Anna Kurzydło



Pilates – zdrowy kręgosłup

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Pilates jest uznaną na całym świecie, niezastąpioną metodą ćwiczeń fizycznych, która pozwala na osiągnięcie długotrwałego efektu silnej, smukłej i szczupłej sylwetki. Zajęcia kierowane są do osób w każdym wieku i na różnym poziomie sprawności ruchowej, które profilaktycznie chcą zadbać o swoją postawę i kręgosłup. Ćwiczenia wzmocniają mięśnie stabilizujące kręgosłup oraz rozluźniają ramiona, kark i szyję, nie obciążają stawów, bo nie zawierają podskoków i dynamicznych ruchów.

instruktorka: Anna Kurzydło

Zumba

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Zumba to pochodząca ze słonecznej Kolumbii dynamiczna forma taneczna, która łączy aerobik z tańcami latynoamerykańskimi. Choreografia zumby stanowi ekscytującą mieszankę rytmów latynoskich m.in.: merengue, salsa, cumbia, reggaeton, soca, mambo, rumba oraz elementów Bollywood, tańca brzucha i treningu siłowego.

instruktorka: Katarzyna Lichnowska

Dance & Shape

nowość w NCK!

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Energiczne zajęcia, które łączą fitness z tańcem, poprawiając kondycję, wytrzymałość oraz gibkość, a także rzeźbią newralgiczne partie ciała: brzuch, uda, pośladki i ramiona. Efektem regularnych treningów jest wysmuklenie sylwetki oraz poprawa jędrności skóry, a przede wszystkim doskonałe samopoczucie.

instruktorka: Agata Fatyga



Kalistenika**nowość w NCK!****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Trening siłowy zapewniający bezpieczny rozwój całego organizmu poprzez równomierne budowanie siły poszczególnych partii ciała, wzmocnienie stawów i kręgosłupa. Podczas treningu korzysta się z drabinek gimnastycznych, drążków i poręczy, wykorzystując masę własnego ciała jako obciążenie. Regularne ćwiczenia nie tylko poprawiają ogólną sprawność, ale przyczyniają się także do szybkiej utraty tkanki tłuszczowej.

instruktor: Łukasz Buczek**Capoeira****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 10

Capoeira to sztuka walki, która powstawała w XVIII i XIX wieku w Brazylii. Łączy w sobie elementy samoobrony, tańca i akrobatyki. Charakteryzuje się dynamizmem, płynnością ruchów oraz formami taneczno-akrobatycznymi. Treningom towarzyszy śpiew w języku portugalskim oraz muzyka, wykonywana na oryginalnych instrumentach.

instruktorzy: Łukasz Witecki, Kamil Smętek**Hatha Joga****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 35

Hatha joga to system pracy z ciałem, oddechem i psychiką oparty na wielowiekowej tradycji indyjskiej. Jest to uniwersalna sztuka pozwalająca odnaleźć równowagę, spokój i odprężenie.

instruktorka: Ewa Freindorf**Kursy dla młodzieży****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Uczniowie rozwijają umiejętności komunikowania się w mowie i piśmie, przyswajając i doskonaląc podstawowe środki językowe (leksykę, gramatykę, wymowę). Budują w sobie pewność i niezależność w posługiwaniu się językiem obcym.

języki: angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski**Kursy dla maturzystów
poziom podstawowy i rozszerzony****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Celem kursu jest usystematyzowanie najważniejszych aspektów w zakresie wymagań egzaminacyjnych, a także zapoznanie uczniów ze strukturą egzaminu, systemem oceniania oraz rodzajami zadań egzaminacyjnych. Kurs pozwala także na bieżące konsultacje z lektorem, umożliwiające wyjaśnienie wątpliwości dotyczących języka obcego.

języki: angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski**Kursy przygotowujące do egzaminów
Cambridge English (FCE, CAE)****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursy egzaminacyjne zawierają zagadnienia gramatyczne i słownictwo, systematycznie rozwijają sprawność pisania i rozumienia ze słuchu. Kładą także nacisk na umiejętność wypowiadania się w języku angielskim. Dużą uwagę przykładają się do poznania technik zdawania egzaminu: rozwiązywanie testów, osvajanie się z materiałami audio, poznawanie zasad pisania wypracowań, ćwiczenie spójności wypowiedzi ustnej z zadaniem. Daje to gwarancję biegłości we wszystkich dziedzinach sprawdzanych na egzaminie, a także umożliwia poznanie sposobu przeprowadzania samego egzaminu.

język: angielski**Lekcje indywidualne****informacje i zapisy:** tel. 12 644 02 66 wew. 40

Kursy „one to one” to oferta dla tych, którzy cenią sobie wygodę, indywidualne tempo nauczania i indywidualne podejście lektora do uczestnika kursu.

języki: angielski, niemiecki, francuski, hiszpański, włoski

Modelowanie 3D

nowość w NCK!

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 35

Modelowanie 3D - czyli proces tworzenia przestrzennych obiektów przy użyciu odpowiedniego oprogramowania komputerowego - jest dynamicznie rozwijającą się dziedziną współczesnego projektowania, z której chętnie korzystają różne branże (architektura i budownictwo, inżynieria, medycyna, a także przemysł rozrywkowy itp.). Uczestnicy zajęć będą poznawać tajniki projektowania trójwymiarowych modeli, a także przygotowywania ich do wydruku na drukarce 3D. Warsztaty dedykowane uczestnikom powyżej 12. roku życia.

Trening szybkiego i efektywnego uczenia się

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 35

Interaktywne zajęcia, które ułatwią osiągnięcie sukcesów w szkole i poza nią. Celem treningu jest rozwój zdolności zapamiętywania i umiejętności koncentracji oraz poszerzenie wiedzy o metodach efektywnego uczenia się. W programie m.in.: szybkie czytanie, trening kreatywności, mnemotechniki, metody pracy grupowej, techniki radzenia sobie ze stresem. W trakcie zajęć uczestnicy dowiedzą się jak działa proces zapamiętywania oraz w jaki sposób go wspomagać, nauczą się stawiać sobie cele i planować swój czas.

instruktorka: Bernadeta Nogaj

Ze sztuką na ty

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 10

Cykl edukacyjny dla młodzieży szkolnej. Warsztaty tematyczne prowadzone w oparciu o różne dziedziny sztuki, dostosowane do wieku i potrzeb uczestników. Odpowiednio dobrany program pomoże w atrakcyjny sposób przybliżyć tajniki wiedzy z zakresu muzyki, teatru, tańca, plastyki i folkloru. Zajęcia dla grup zorganizowanych.

Warsztaty kreatywnego pisania

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 35

Program warsztatów obejmuje czternaście dwugodzinnych zajęć, w czasie których każdy uczestnik będzie miał możliwość zapoznania się z wieloma gatunkami literackimi po to, by znaleźć dla siebie dogodną formę wypowiedzi lirycznej lub narracyjnej. Zajęcia dają możliwość rozwijania tych umiejętności, które dają realne szanse na odniesienie sukcesu i samorealizację. W programie zajęć: pisanie tekstów, analiza, dyskusja.

instruktorka: Magdalena Węgrzynowicz-Plichta

Kurs kroju i szycia

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 35

Kurs uczy i prezentuje zasady projektowania ubioru, technik szycia i wykorzystania różnych rodzajów tkanin, dodatków krawieckich i pasmanterii.

instruktorka: Daria Rusek

Szachy - trening umysłu

nowość w NCK!

informacje i zapisy: tel. 12 644 02 66 wew. 35

Szachy to strategiczna gra planszowa uznawana przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski za dyscyplinę sportową. Ich historia sięga aż VI wieku naszej ery, a jako miejsce narodzin wskazuje się Indie. Szachy poprawiają umiejętności arytmetyczne, uczą analitycznego i krytycznego myślenia, a także poprawiają zdolności planowania i zwiększają IQ.

instruktor: Michał Nowek

BIBLIOTEKA

Biblioteka

informacje: tel. 12 644 02 66 wew. 39

W ciągle rozrastającym się księgozbiorze Biblioteki NCK można znaleźć: lektury szkolne, literaturę młodzieżową, kobiecą, najnowsze pozycje beletrystyczne, fantastykę i kryminały, a także klasykę historii i teorii literatury, krytyki literackiej oraz opracowania lektur szkolnych. Biblioteka prowadzi również kafejkę internetową, gdzie dodatkowo za niewielką opłatą można wydrukować, skserować i zeskanować.

moje notatki

[illegible]

NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY

al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków

tel. 12 644 02 66

nck@nck.krakow.pl

nck.krakow.pl

