



**Magiczny
Kraków**

Klub Dukat - Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta

2026-03-03

Klub zlokalizowany w Dzielnicy XVII Wzgórza Krzesławickie. W Klubie Dukat sala główna, o charakterze widowiskowo - konferencyjnym, jest wyposażona w scenę oraz sprzęt multimedialny, który może być wykorzystywany na potrzeby zajęć Klubu Rodziców. Klub posiada pełne zaplecze sanitarne oraz zaplecze kuchenne zgodne z wymogami SANEPID. Oprócz tego na terenie klubu znajdują się dwie sale z własnym zapleczem sanitarnym, dostosowane do pracy z dziećmi – w godzinach porannych funkcjonuje w nich filia przedszkola, natomiast w godzinach popołudniowych pozostają do dyspozycji Klubu Rodziców. Jest podjazd dla wózków. Na terenie przyległym do klubu znajduje się mały „ogródek jordanowski”. Działalność Klubu Dukat to głównie imprezy dla rodzin z dziećmi, imprezy patriotyczne, aktywnie działająca Klubowa Grupa Poetica i dziecięca grupa teatralna NETE.

Harmonogram zajęć Klubu Rodziców w marcu

MELOBOBAS

Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt i dzieci - wprowadzają maluchy w świat pełen dźwięków. Przy pomocy różnorodnej muzyki wykonywanej na żywo (śpiew, rytmizacja) dzieci odkrywają świat rytmów i skal. W spontaniczny sposób warsztaty prowadzone są w oparciu o Teorię Uczenia się Muzyki profesora E.E Gordona (MLT).

Termin: 4 marca 2026, godz. 17.00 - 17.50

ContaKids - rodzinne zajęcia bliskościowe

Ruchowe zajęcia, które opierają się na idei wykorzystania kontaktu fizycznego do rozwoju głębszej formy komunikacji między dorosłymi a dziećmi. Poprzez pracę z ruchem ciała dziecko może rozwijać swoje umiejętności motoryczne i pewność siebie, podczas gdy rodzic/opiekun buduje zaufanie zarówno do siebie, jak i do dziecka.

Dzięki tej metodzie przypominamy sobie o naturalnych, wrodzonych zdolnościach naszych ciał, ale przede wszystkim świetnie się bawimy. W programie: bieganie, skakanie, turlanie się, dużo wspólnej



**Magiczny
Kraków**

uważności i przyjemności.

Termin: 11 marca 2026, godz. 17.00 - 17.50

Ruchy Maluchy! - zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci z elementami sensoryki

Podczas zabawy są wykorzystywane różne rekwizyty i pomoce: materace, woreczki gimnastyczne, małe i duże piłki, piłki lekarskie, chusta animacyjna, tunel, małe piłeczki, kolorowe chusteczki, kamienie sensoryczne, lina i inne...

Wymagany wygodny strój oraz obuwie na zmianę dla dziecka i opiekuna.

Termin: 18 marca 2026, godz. 17.00 - 17.50

Samoobrona dla rodziców

Zajęcia pozwolą kursantom/rodzicom w kontrolowanych, bezpiecznych warunkach dowiedzieć się, jak reagować w sytuacjach zagrożenia. Wykorzystując metodykę treningu i techniki systemu Krav Maga, uczestnicy nauczą się m.in. uważności na otoczenie i unikania sytuacji niebezpiecznych, wykorzystania przestrzeni i przedmiotów wokół siebie do obrony, podstawowych ataków (jak się przed nimi bronić oraz jak wykorzystać je w obronie koniecznej), jak zachować się, gdy oprócz siebie obronić musimy także dziecko i wielu innych elementów systemu. Zajęcia dostosowane są do grupy - nie potrzeba ponadprzeciętnej sprawności, aby w nich uczestniczyć. Skierowane są do każdego, kto chce zadbać o bezpieczeństwo swoje swojego dziecka oraz aktywnie spędzić czas w grupie rodziców. Program zajęć został przygotowany w oparciu o wytyczne szkolenia dorosłych międzynarodowej organizacji Krav Maga Global.

Termin: 25 marca 2026, godz. 17.00 - 18.00

Informacje organizacyjne dotyczące zajęć:

*ilość miejsc ograniczona

*zapisy pod numerem telefonu 504418929 w godzinach pracy Klubu

*prosimy wziąć obuwie na zmianę, ponieważ poruszamy się w przestrzeni, w której dzieci raczkują.



**Magiczny
Kraków**

KONTAKT:

Klub Dukat - Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta

ul. Styczna 1, os. Grębałów, 31-764 Kraków

Tel.: 504 418 929

E-mail: dukat@krakownh.pl

www.krakownh.pl/oddzial/klub-dukat