

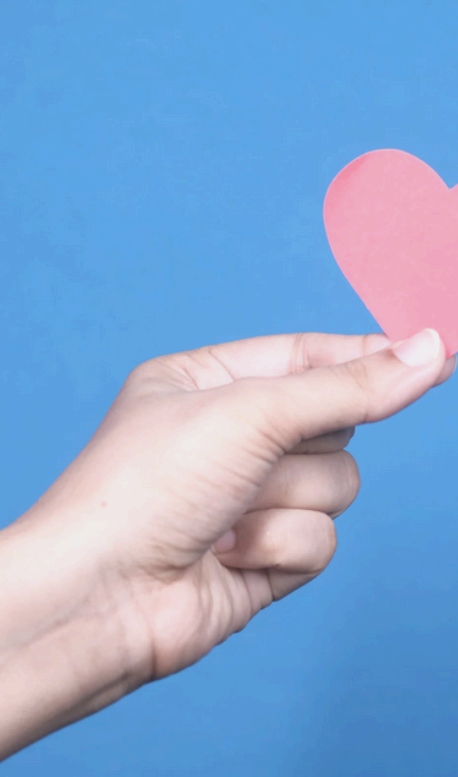
OFERTA NA ROK SZKOLNY 2025/2026



**Poradnia Psychologiczno-
Pedagogiczna nr 3**

w Krakowie





**INDYWIDUALNE
FORMY
POMOCY**



- diagnoza psychologiczno-pedagogiczna, opieka postdiagnostyczna*
- diagnoza logopedyczna*
- diagnoza gotowości szkolnej*
- konsultacje dla uczniów z podejrzeniem specyficznych trudności w nauce w klasach VII i VIII*
- psychoterapia indywidualna dla dzieci i młodzieży, konsultacje interwencyjne, konsultacje rodzinne, psychoedukacja*
- indywidualne zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci w wieku przedszkolnym*
- terapia pedagogiczna – zajęcia dla dzieci ze specyficznymi trudnościami w nauce (dysleksja, dysortografia, dysgrafia) - uczniowie SP i szkół średnich*
- zajęcia terapii pedagogicznej (dzieci szkół podstawowych) z włączeniem programu komputerowego „Neuroforma” *
- terapia dla dzieci ryzyka dyskalkulii- uczniowie szkół podstawowych kl. IV - V (II semestr)

- ćwiczenia logopedyczne dla dzieci z zaburzeniami mowy *
- konsultacje logopedyczne *
- zajęcia dla dzieci z zaburzeniami sprzężonymi (wada wymowy, dysleksja, dysgrafia)*
- Punkt Poradnictwa Zawodowego – indywidualne porady zawodowe dla uczniów kończących szkołę podstawową lub szkołę ponadpodstawową *
- ocena psychologiczna pod kątem ADHD (konieczne potwierdzenie diagnozą medyczną)*
- integracja sensomotoryczna (diagnoza i terapia)*
- terapia biofeedback *
- zajęcia ogólnorozwijające dla dzieci z klas „0”
- trening słuchowy metodą Warnkego*
- zajęcia ogólnorozwijające z elementami terapii ręki



GRUPOWE FORMY POMOCY DLA UCZNIÓW (NA TERENIE PORADNI)





ZAJĘCIA DLA DZIECI NIEŚMIAŁYCH W WIEKU PRZEDSZKOLNYM (SZEŚCIOLATKI)

Przeznaczone są dla dzieci w wieku przedszkolnym, które przeżywają trudności w kontaktach z rówieśnikami czy osobami dorosłymi. Jest to cykl 12 cotygodniowych zajęć w czasie których dzieci nabywają doświadczenia społeczne, uczą się nazywać swoje przeżycia. Podczas różnorodnych aktywności wyrażają swoje potrzeby, uczą się jak dokonywać wyborów, poznają swoje mocne strony.

**PROWADZĄCA:
MGR ELŻBIETA WURST**





ZAJĘCIA OGÓLNOROZWIJAJĄCE DLA DZIECI Z KLAS "0" ORAZ KLAS I SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Oferta zajęć skierowana jest do uczniów, którzy rozpoczynają swoją edukacyjną przygodę. Zajęcia mają na celu wszechstronny rozwój fizyczny, intelektualny i społeczny. Poprzez szereg aktywności dzieci rozwijają umiejętności motoryczne, kreatywność, koncentrację oraz umiejętność współpracy w grupie. Program zajęć dostosowany jest do potrzeb i możliwości najmłodszych, stawiając na radość z nauki i pozytywne doświadczenia w grupie rówieśniczej.

**PROWADZĄCA:
MGR ELŻBIETA WURST**





TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH (UCZNIOWIE KLAS I-III)

Dzieci w grupie rówieśniczej uczą się jak wymieniać się poglądami i informacjami z poszanowaniem drugiej osoby, jak współdziałać ze sobą i rozwiązywać konflikty, jakich granic nie należy przekraczać, jak być wrażliwym na uczucia innych. Poprzez wzajemne oddziaływania rozwijają samoświadomości własnych uczuć i potrzeb.

PROWADZĄCE:
MGR ELŻBIETA WURST
MGR BEATA SZCZEŚNIAK





ZAJĘCIA OGÓLNOROZWOJOWE

(DLA DZIECI W WIEKU 5-6 LAT)

Stymulacja rozwoju i gotowości szkolnej
u dzieci przedszkolnych.

Rozwijanie m.in.:

- koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- sprawności manualnej,
- uwagi,
- logicznego myślenia,
- orientacji przestrzennej.

PROWADZĄCA:
MGR KATARZYNA LITWA





**GRUPA TRENINGOWA DLA
UCZNIÓW SZKÓŁ
PONADPODSTAWOWYCH. „JAK
SIĘ DOGADAĆ? - SKUTECZNA
KOMUNIKACJA I RADZENIE
SOBIE W SYTUACJACH
KONFLIKTOWYCH”.**

**3 MIESIĘCZNY CYKL 1,5-GODZINNYCH
SPOTKAŃ (12 TRENINGÓW)**

Zajęcia przeznaczone dla grupy 10 uczniów z trudnościami komunikacyjnymi oraz obniżonym poczuciem własnej wartości.

W ramach grupy zwiększamy nie tylko wiedzę dot. komunikacji, granic, wykazywanych postaw, ale też trenować będziemy konkretne umiejętności z tego zakresu.

**PROWADZĄCE:
MGR AGNIESZKA DULIAN
MGR MARTA PADLIKOWSKA**





**GRUPA TRENINGOWA DLA
UCZNIÓW V-VI KL. SZKOŁY
PODSTAWOWEJ. „JAK SIĘ
DOGADAĆ? - SKUTECZNA
KOMUNIKACJA I RADZENIE
SOBIE W SYTUACJACH
KONFLIKTOWYCH”.**

**3 MIESIĘCZNY CYKL 1,5-GODZINNYCH
SPOTKAŃ (12 TRENINGÓW)**

Zajęcia przeznaczone dla grupy 10 uczniów z trudnościami komunikacyjnymi oraz obniżonym poczuciem własnej wartości. W ramach grupy zwiększymy nie tylko wiedzę dot. komunikacji, granic, wykazywanych postaw, ale też trenować będziemy konkretne umiejętności z tego zakresu.

**PROWADZĄCE:
MGR AGNIESZKA DULIAN
MGR MARTA PADLIKOWSKA**



WARSZTATY KL. IV-V I VI-VIII „TRENING ASERTYWNOŚCI Z ELEMENTAMI REGULACJI EMOCJI”



Uczestnicy poznają praktyczne techniki asertywności – jak wyrażać potrzeby, stawiać granice i mówić "nie" z szacunkiem. Nauczą się również, jak skutecznie rozpoznawać i regulować trudne emocje (złość, stres), co przełoży się na większą pewność siebie i lepsze funkcjonowanie w grupie rówieśniczej.

PROWADZĄCE:
MGR AGNIESZKA DULIAN
MGR MARTA PADLIKOWSKA



ZAJĘCIA OGÓLNOROZWIJAJĄCE Z ELEMENTAMI TERAPII RĘKI REALIZOWANE W 2-3 OSOBOWYCH GRUPACH (DZIECI W WIEKU 6 LAT)

Celem zajęć jest wspieranie i stymulowanie potencjału rozwojowego dzieci 6 letnich w sferze poznawczej, manualnej oraz emocjonalno-społecznej.

Podczas spotkań stosowane są ćwiczenia rozwijające sprawność motoryczną ręki, percepcję wzrokową i słuchową, koordynację wzrokowo-ruchową, ćwiczenia wzbogacające słownik bierny i czynny. W ramach zajęć dzieci doskonalą umiejętność współpracy i komunikacji, uczą się dostrzegania swoich mocnych stron.

W miarę potrzeb dla rodziców dzieci uczęszczających na spotkania, oferujemy również udzielanie indywidualnych porad, instruktażu dotyczącego pracy z dzieckiem w domu.



PROWADZĄCA:
MGR ALDONA GWOŹDZIEWICZ-
BAZELA





TERAPIA RĘKI W UJĘCIU SENSOMOTORYCZNYM (DZIECI W WIEKU 5-6 LAT) GRUPY 2-3 OSOBOWE

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku 5-6 lat (grupy 2 osobowe).

- z trudnościami grafomotorycznymi,
- mających problem z nauką czynności samoobsługowych (ubieranie, wiązanie sznurowadeł, zapinanie guzików itp),
- niechętnie uczestniczących w zadaniach manualnych (malowanie, lepienie z plasteliny, wycinanie),
- nieprawidłowo trzymających przybory pisarskie, sztucce,
- mających problem z koordynacją obu rąk podczas czynności manipulacyjnych.

Zajęcia odbywają się na sali Integracji Sensorycznej i są prowadzone przez pedagoga, terapeutę SI

**PROWADZĄCA:
MGR ARLETTA MIGDA**





WARSZTATY DLA UCZNIÓW NA TERENIE SZKÓŁ

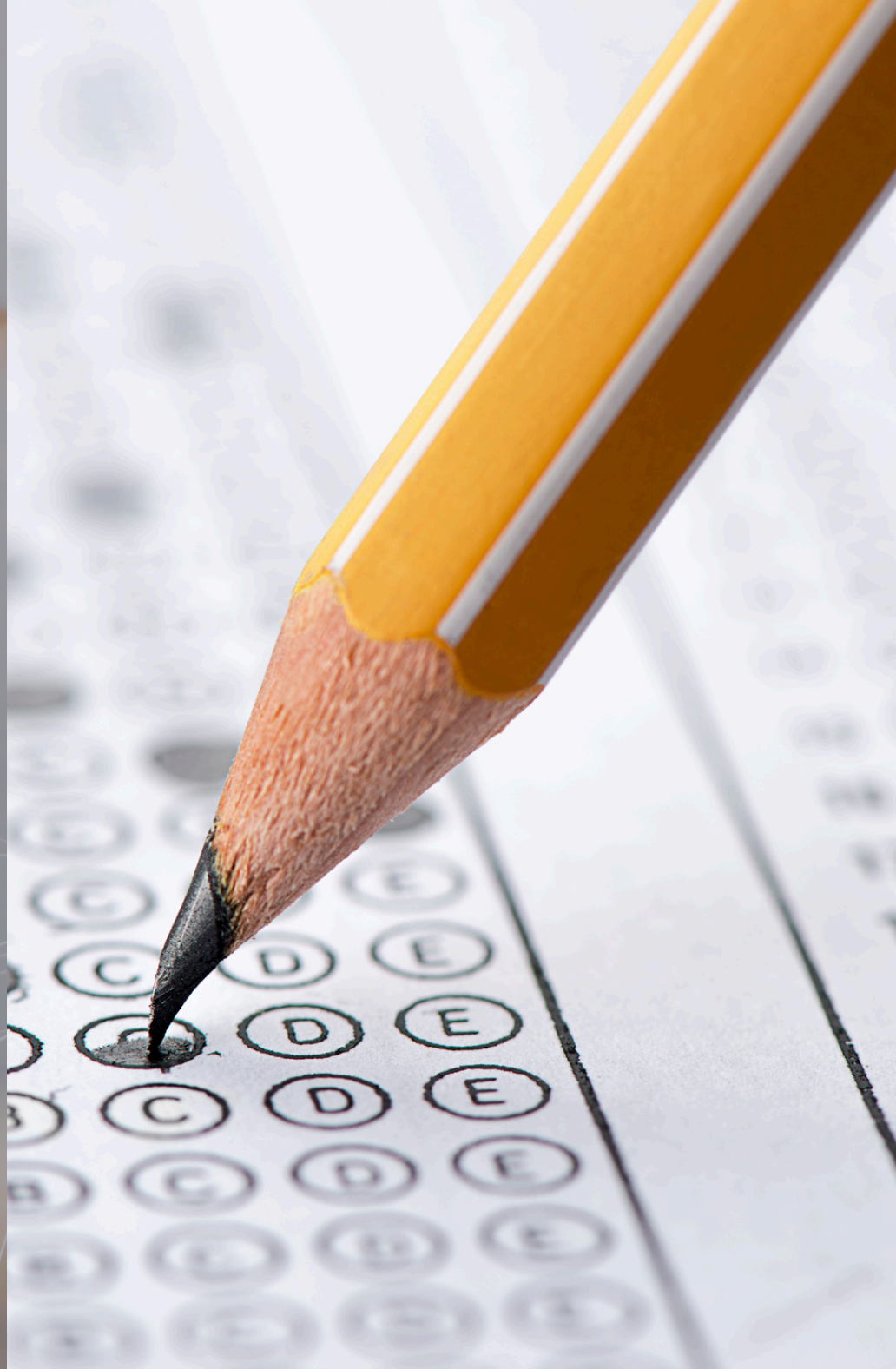




WARSZTATY ZAWODOZNAWCZE "PODEJMUJĘ DECYZJĘ" DLA KLAS VIII SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

Spotkanie mające na celu zapoznanie uczniów z możliwymi kierunkami kształcenia w szkołach ponadpodstawowych i uzyskanie przez nich informacji dotyczących rekrutacji i egzaminu ósmoklasisty.

**PROWADZĄCY:
MGR MACIEJ NATANEK**





**WARSZTATY
PRZEDSIĘBIORCZOŚCI
Z WYKORZYSTANIEM
GRY EDUKACYJNEJ
"CHŁOPSKA SZKOŁA
BIZNESU"
UCZNIOWIE KLAS VI,
VII SP**

Warsztaty mają na celu zapoznanie uczniów z pojęciem przedsiębiorczość oraz pozwolić im w warunkach szkolnych na sprawdzenie się w roli przedsiębiorcy rywalizującego z konkurentami na rynku.

**PROWADZĄCY:
MGR MACIEJ NATANEK**





WARSZTATY "TAJEMNICE SKUTECZNEJ NAUKI"

UCZNIOWIE KLAS IV SP

Warsztaty mają na celu zapoznanie uczniów z metodami zapamiętywania oraz wzmacniania koncentracji podczas nauki zarówno na lekcjach jak i w domu.

PROWADZĄCY:
MGR MACIEJ NATANEK





WARSZTATY "JAK SIĘ UCZYĆ"

UCZNIOWIE KLAS VII SP

Warsztaty mają na celu pomoc uczniom w wyborze optymalnych metod przyswajania wiedzy i informacji w obliczu wyzwań związanych z egzaminem ósmoklasisty.

PROWADZĄCE:
MGR ELŻBIETA WURST
MGR KATARZYNA GRUSZCZYŃSKA



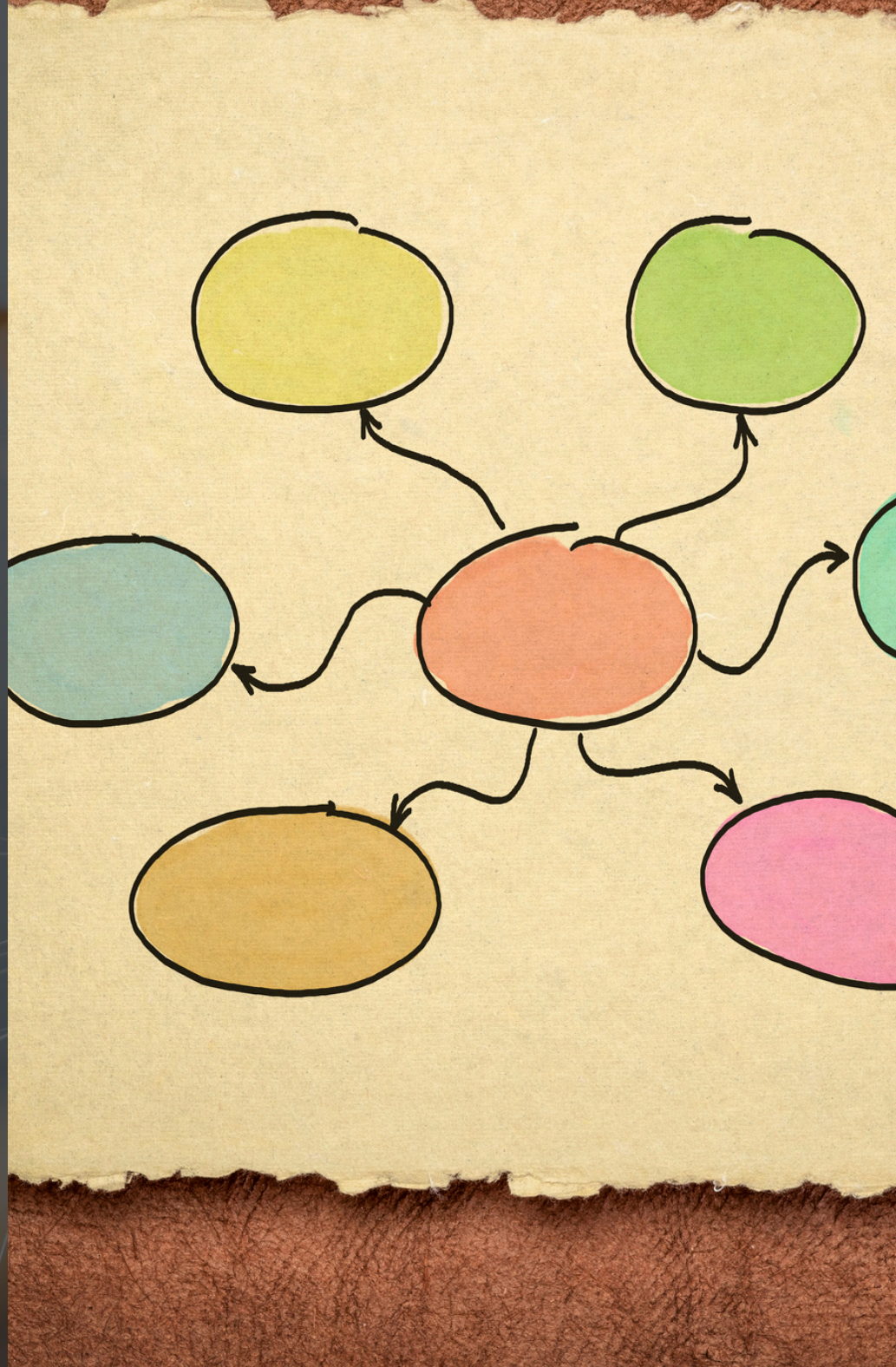


WARSZTATY "TECHNIKI SKUTECZNEJ NAUKI Z WYKORZYSTANIEM METODY MAP MYŚLI"

UCZNIOWIE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

Warsztaty mają na celu zapoznanie uczniów z metodami zapamiętywania oraz wzmacniania koncentracji podczas nauki zarówno na lekcjach jak i w domu ze szczególnym uwzględnieniem metody map myśli.

**PROWADZĄCY:
MGR MACIEJ NATANEK**





WARSZTATY "CO TO JEST STRES?" UCZNIOWIE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

Co to jest stres? Czy stresu można się pozbyć? Czy jest dla Nas pomocny, a może kojarzy Nam się tylko z przykrymi sytuacjami oraz naszymi negatywnymi emocjami? Otóż, stres może być też Naszym małym przyjacielem, który pojawia się aby Nam pomóc. Sposób powstawania stresu jest bardzo ciekawym mechanizmem, a umiejętność radzenia sobie z nim - czymś co każdy z Nas chciałby mieć. Warsztat będzie opierał się na dyskusji na temat zdrowych i tych nie zdrowych sposobów radzenia sobie z negatywnym stresem oraz strategiach na wyciągnięcie z niego tego co dla Nas dobre. Takie rzeczy też tam są!

**PROWADZĄCA:
MGR ANNA JURCZAK**





WARSZTATY INTEGRACYJNE

(KLASY 1-8)

Zajęcia podczas których dzieci mają okazję do dowiedzenia się czegoś nowego o sobie nawzajem, lepszego poznania się, a także ćwiczenia współpracy.

PROWADZĄCA:
MGR KATARZYNA LITWA





WARSZTATY KREATYWNEGO MYŚLENIA (KLASY 4-8)

Podczas zajęć popracujemy wspólnie nad rozwijaniem wyobraźni, szukaniem niestandardowych rozwiązań, myśleniem poza schematami.

PROWADZĄCA:
MGR KATARZYNA LITWA





WARSZTATY „SKĄD SIĘ BIORĄ KONFLIKTY I JAK SOBIE Z NIMI RADZIĆ?” (UCZNIOWIE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH)

Zajęcia skupiają się na sposobach efektywnego i konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych oraz na tym jak uniknąć konfliktu w grupie rówieśniczej

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





„KRYZYS PSYCHICZNY” (UCZNIOWIE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH)

Warsztaty mające na celu uzbroić uczniów w metody i techniki higieny umysłu oraz dbania o własny dobrostan psychiczny zwłaszcza w obliczu napięć i niepokojów towarzyszących realiom codzienności.

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





“UŚMIECHNIJ SIĘ!” “GŁOWA DO GÓRY!” CZYLI O NASTOLETNIACH MENTALACH I DEPRESYJNYCH STANACH I O TYM CO MÓWIĆ BY ICH NIE POGLĘBIAĆ.

(WARSZTATY TRWAJĄ 4 GODZINY LEKCYJNE)

Z warsztatu dowiesz się:

- Czym jest depresja, jakie ma objawy i jakie kierunki leczenia warto podjąć w sytuacjach gdy podejrzewasz ją u siebie lub u bliskich.
- Jak rozmawiać z osobą która może mieć depresję, jak ją wspierać.
- Jak radzić sobie z obniżonym nastrojem.

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





**“CZEMU SIĘ TAK TRZĘSIESZ?”, “DAJ
SPOKÓJ CZEGO SIĘ TU BAĆ?!” O
NIEZROZUMIAŁYM LĘKU, KTÓRY W
GŁOWIE TRUDNO ZMIEŚCIĆ I O CIELE,
KTÓRE NIE CHCE SŁUCHAĆ.**

(WARSZTATY TRWAJĄ 4 GODZINY LEKCYJNE)

Z warsztatu dowiesz się:

Czym są stany lękowe czym różnią się od
ataków paniki.

Jak poradzić sobie z atakiem paniki.

Co robić by zmniejszać poziom napięcia w
ciele i obniżać tym samym lęk.

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





JEŚĆ CZY NIE JEŚĆ OTO JEST PYTANIE?!- CZYLI O ZAJADANIU KTÓRE POTRAFI UKOIĆ I GŁODÓWKACH NA GRANICY OBŁĘDU.

(WARSZTATY TRWAJĄ 4 GODZINY LEKCYJNE)

Z warsztatu dowiesz się:

Czym są zaburzenia odżywiania, jakie mają objawy, jak są leczone.

Jak dostrzec pierwsze objawy bulimii i anoreksji i co z nimi robić.

Jaką rolę w naszym życiu odgrywa jedzenie.

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





NEURORÓŻNORODNI- CZY TO NORMALNE?- CZYLI JAK UJARZMIĆ CHAOS W MOJEJ GŁOWIE.

(WARSZTATY TRWAJĄ 4 GODZINY LEKCYJNE)

Z warsztatu dowiesz się:

Czym jest neuroróżnorodność, jak się objawia i czy w ogóle się ją leczy.

Co to znaczy że ktoś jest osobą ze Spektrum Autyzmu i czym się różni od osoby z ADHD i czy można mieć jedno i drugie.

Jak wspierać osoby ze spektrum w środowisku szkolnym.

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





JAK OGARNAĆ TEN BAJZEL? - W CHAOSIE NOWYCH POCZĄTKÓW - CZYLI O ZARZĄDZANIU SWOIM CZASEM.

(WARSZTATY TRWAJĄ 4 GODZINY LEKCYJNE)

Z warsztatu dowiesz się:

Jak unieszkodliwić “złodziei czasu” - i kim
oni tak naprawdę są.

Jak wyznaczać sobie priorytety.
Jak określać cele.

Jak planować sobie wprowadzanie
nowych aktywności w życie (np. zacząć
biegać, systematycznie się uczyć).

**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**



**WARSZTATY DLA UCZNIÓW SZKÓŁ
PONADPODSTAWOWYCH „POGADAJMY O
LĘKU”**

(UCZNIOWIE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH)

Masz dość, gdy lęk odbiera Ci pewność siebie przed sprawdzianem lub prezentacją? Na tych warsztatach zrozumiesz mechanizmy lęku i zdobędziesz skuteczne, codzienne narzędzia do jego opanowania. Zamiast unikać wyzwań, nauczysz się zarządzać niepokojem i przekształcać go w motywację.



**MGR MARTA PADLIKOWSKA-
PEDAGOG SPECJALNY,
PSYCHOTERAPEUTA W TRAKCIE
SZKOLENIA.**





**GRUPOWE/INDYWIDUALNE
FORMY POMOCY DLA
RODZICÓW**





„SPOSÓB NA TRUDNE DZIECKO”

Prelekcja połączona z prezentacją slajdów i dyskusją po zakończeniu. Oferta kierowana do rodziców jednej klasy lub grupy nauczycieli. Sprawdza się jako sposób rozwiązywania konfliktów lub jako forma poszerzania wiedzy.

**PROWADZĄCA:
MGR MARIA MOSTOWIK**





„SZKOŁA DLA RODZICÓW”

Cykl systematycznych spotkań z rodzicami o charakterze psychoedukacyjnym. Motywacją są najczęściej trudności wychowawcze lub chęć bycia dobrym, skutecznym rodzicem. Cykl zajęć obejmuje 7 cotygodniowych spotkań. Grupa liczy około 8 rodziców. Rodzice mogą również skorzystać z indywidualnych konsultacji, przed każdym spotkaniem w grupie. Rodzice będą otrzymywać pomocne materiały po każdym spotkaniu. Zachęcam do wzięcia udziału w szkole dla Rodziców, bo warto. Umiejętności, które tutaj zdobędziecie będą bezcenne w procesie wychowania.





GRUPA WSPARCIA DLA RODZICÓW NASTOLATKÓW

Bycie rodzicem nastolatka to wyzwanie pełne zmian, emocji i nowych konfliktów. Grupa wsparcia to bezpieczna przestrzeń do wymiany doświadczeń, szukania skutecznych rozwiązań i dzielenia się wątpliwościami. Będziemy rozmawiać o trudnościach w komunikacji, wyznaczaniu granic, budowaniu samodzielności oraz wspieraniu młodzieży w obliczu presji rówieśniczej i wyzwań edukacyjnych. Celem jest wzmocnienie kompetencji rodzicielskich i odzyskanie spokoju oraz radości w relacji z dorastającym dzieckiem.

PROWADZĄCE:

**MGR KATARZYNA MIGDAŁ,
MGR AGNIESZKA DULIAN**

