



O WARSZTATACH

Space4Classes czyli bezpłatne warsztaty dla młodzieży – Rozwijamy Kreatywność i Krytyczne Myślenie w przyjaznej przestrzeni Space4Youth. Pragniemy zaprosić Państwa oraz Waszych uczniów do udziału w serii warsztatów, które pomogą młodzieży rozwijać umiejętności kreatywnego i krytycznego myślenia.

Dla kogo?

Warsztaty Space4Classes są przygotowane **dla uczniów szkół podstawowych (VIII klasy) oraz ponadpodstawowych z Rzeszowa i okolic** - z myślą o inspiracji i wsparciu uczniów w odkrywaniu ich pełnego potencjału, poruszając przy tym ważne i ciekawe tematy oraz aktualne problemy.

Tematy warsztatów:

- Filmik od ręki - filmowanie i twórczość mobilna od podstaw
- Fakty i mity na temat psychologii
- Skuteczne techniki, które pomogą Ci w nauce
- Warsztaty z zakresu kompetencji społecznych

Dlaczego warto?

Warsztaty nie tylko rozwijają ważne kompetencje, ale także angażują uczniów w interaktywne i dynamiczne zajęcia, które uczą poprzez praktykę.

Jak się zgłosić?

Zachęcamy do zgłaszania swoich klas na wybrane tematy, które uznacie Państwo za najbardziej interesujące i wartościowe. Aby zgłosić klasę do udziału w warsztatach, prosimy o wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego pod linkiem: <https://forms.gle/aBvocfuegN3FBv5L8>

Regulamin warsztatów: [Link](#)

Warsztaty realizowane przed **Podkarpackie Stowarzyszenie dla Aktywnych Rodzin**, dzięki wsparciu **Międzynarodowej Organizacji ds. Migracji (IOM)**.

W razie jakichkolwiek pytań, prosimy o kontakt z koordynatorem projektu :



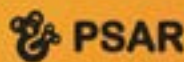
Maria Blat **Koordynatorka Space4Youth**
e-mail: m.blat@psar.pl
telefon: 726 720 500



SPACE4 CLASSES



WARSZTATY DLA SZKÓŁ



WTORKI 13:00 - 15:00

**Filmik od ręki -
filmowanie
i twórczość mobilna
od podstaw**

Pomysł na film. Dowiesz się, jak znaleźć inspirujący temat i stworzyć angażującą historię.

Sztuka opowiadania. Poznasz techniki narracyjne, które sprawiają, że Twoje video zaciekawi widzów.

Praktyka filmowa. Nauczysz się korzystać z dostępnych narzędzi, aby nagrać profesjonalny materiał.

Twój projekt. Stworzysz własne video i przeciwiczyś zdobyte umiejętności w praktyce.

ŚRODY 13:00 - 15:00

**Fakty i mity
na temat psychologii**

Mity o psychologii. Zdobędziesz wiedzę na temat popularnych mitów i nauczysz się rozpoznawać dezinformację.

Krytyczne myślenie w praktyce. Rozwiniesz umiejętność analizy informacji, co pomoże podejmować decyzje.

Zrozumieć zachowania ludzi. Poznasz błędne przekonania dotyczące zachowań, co pomoże Ci lepiej rozumieć siebie i innych.

CZWARTKI 13:00 - 15:00

**Poznaj skuteczne
techniki, które
pomogą Ci w nauce**

Terapia holistyczna. Poznasz metodę, która łączy pracę z ciałem, emocjami i umysłem.

Świadoma obecność. Dowiesz się, jak być bardziej tu i teraz, by lepiej rozumieć siebie.

Spotkanie z ekspertem. Warsztaty poprowadzi psychoterapeutka Core Energetics, dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem.

WTOREK - PIĄTEK

13:00 - 15:00

**Warsztaty z zakresu
kompetencji społecz-
nych + gry integrujące
klasę + karty
przyjaźni**

Komunikacja. Zajęcia skupiają się na kluczowych aspektach komunikacji interpersonalnej, takich jak zasady aktywnego słuchania oraz umiejętność formułowania komunikatów „ja”.

Rozwój osobisty. Omówione zostaną kluczowe zagadnienia dotyczące rozwoju kompetencji emocjonalnych i społecznych.

Konflikty: metody rozwiązywania, argumentacja i komunikacja. Zajęcia mają na celu rozwój umiejętności rozwiązywania konfliktów oraz skutecznej komunikacji w sytuacjach trudnych. Uczestnicy zapoznają się z różnymi metodami rozwiązywania konfliktów oraz uczą się, jak formułować argumenty w sposób racjonalny i konstruktywny.



Zgłoś swoją klasę poprzez formularz:
<https://forms.gle/aBvocfuegN3FBv5L8>

**SPACE
4 YOUTH**