

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „NA SKARPIE” W GOZDOWIE NA ROK 2022

STYCZEŃ

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Kotyliony – tworzenie par różnych wzorów np. kapelusze, twarze, emotikony itp. przy wykorzystaniu różnych skrawków materiałów, wstążek, guzików – rozwijanie wyobraźni, pomysłowości.
2. Bałwanki z tkaniny skóropodobnej – kopiowanie poszczególnych części z arkusza wzorów na gruby papier, wycinanie, przykładanie do materiału papierowych szablonów i obrysowywanie cienkopisem, ponowne wycinanie, zszywanie, doklejanie pozostałych elementów – ćwiczenie cierpliwości i dokładności.
3. Zimowy krajobraz - rysunek kredkami ołówkowymi – umiejętność przedstawiania swojej wizji na papierze – stymulowanie zmysłu wzroku.
4. Śnieżynki – odwzorowywanie różnych kształtów śnieżynek, wycinanie, ozdabianie nimi gazetki – pobudzanie twórczej aktywności.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przypomnienie i utrwalenie zasad BHP podczas wykonywania posiłków.
2. Przypomnienie zasad obsługi i konserwacji sprzętu AGD dostępnego w pracowni.
3. Przyrządzanie sałatki na zimno z ryżem i tuńczykiem.
4. Poznanie rodzajów talerzy – deserowe, obiadowe oraz sztućców – widelców, noży, łyżek, łyżeczek.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. Figury konstrukcyjne- „Maski karnawałowe”: oklejanie balonów, malowanie, mocowanie.
2. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas obsługi gilotyny introligatorskiej: pogadanka, działania praktyczne.
3. Laurki na „Dzień Babci i Dziadka” – wykorzystanie materiałów terapeutycznych.
4. Nauka rysowania, temat „Zwierzęta zimą” – rysunki mające na celu ukazanie związków i zależności pomiędzy kolejnością wykonywanych czynności.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Przypomnienie i utrwalenie zasad obsługi maszyny do szycia i jej konserwacji - na podstawie instrukcji obsługi maszyny.
2. Anioł w zimowym płaszczu - uszycie aniołka z płótna, skrojenie płaszcza z polaru, zszycie, ubranie aniołka - wykorzystanie do pracy overlocka.
3. Kwiaty z juty na „Dzień Babci i Dziadka”- przygotowanie kółek z juty, obszycie ścięciem fastrygowym, odpowiednie uformowanie, zamocowanie na łożycze z drutu.
4. Serwetka z aplikacją – skrojenie, wycięcie elementów aplikacji, naszycie, rozprasowanie – wdrażanie do obsługi żelazka.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Powtórzenie regulaminu pracowni i zasad BHP – odczytanie poszczególnych punktów regulaminu, omawianie ich z uczestnikami.
2. Wbijanie gwoździ w deski w celu formowania określonych kształtów, przeplatanie wzorów niciami, praca z młotkiem – ćwiczenie precyzji i dokładności.
3. Wycinanie elementów ze sklejk, wygładzanie papierem ściernym, malowanie farbami,

łączenie płaszczyzn za pomocą wkrętów – doskonalenie umiejętności obsługi narzędzi, rozwijanie kreatywności.

4. Wypalanie wzorów w drewnie różnego rodzaju: sklejka, deski, plastry drewniane – ćwiczenie dokładności, cierpliwości.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wprowadzenie zasad bezpiecznej pracy z komputerem i drukarką dla wszystkich uczestników.

2. Utrwalanie zasad korzystania z pracowni komputerowej oraz zasad BHP podczas pracy.

3. Rozwijanie umiejętności pisania życzeń imiennych i przesyłania znajomych drogą mailową.

4. Poznanie zasad posługiwania się klawiaturą - tworzenie polskich znaków.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Wyrabianie orientacji przestrzennej – ćwiczenia z piłkami i szarfami.

2. Rozwijanie słuchu fonetycznego - zabawa „długie i krótkie dźwięki.”

3. Pobudzanie koordynacji wzrokowo - ruchowej – zgadywanki.

4. Rozwijanie orientacji przestrzennej - ćwiczenia z uwzględnieniem pojęć: z prawej, z lewej, na, pod, za, przed, obok.

VIII. INTEGRACJA

1. Bal karnawałowy zorganizowany na terenie naszego Domu.

2. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii - wyjazd do Czeszewa.

3. Zimowe spacery po lesie.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Walentynki - praca nad inscenizacją teatralno-muzyczną.

2. Zajęcia umuzykalniające: wykonywanie ćwiczeń oddechowych.

3. Zajęcia na lodowisku: podstawy jazdy na łyżwach.

4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: poznanie różnorodnych produktów do stylizacji włosów, wykonywanie prostych upięć włosów.

5. Zajęcia relaksacyjne: ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia połączone z elementami pilates.

6. Zajęcia z psychologiem: rozmowy indywidualne (udzielanie wsparcia, odreagowanie napięć, monitorowanie stanu psychicznego uczestników), psychoedukacja, zajęcia grupowe, rozwijanie umiejętności radzenia sobie z negatywnym napięciem.

7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające na przyrządach gimnastycznych, ćwiczenia z dużą piłką rehabilitacyjną, ćwiczenia czynne wolne w pozycji stojącej oraz siedzącej, ćwiczenia izometryczne kończyn górnych i dolnych, gry i zabawy rozwijające priopriorepcję wg metody Weroniki Sherborne, ćwiczenia oddechowe z wykorzystaniem balona, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, rozgrywki w piłkę siatkową, masaż leczniczy.

LUTY

I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Karnawałowe maski – wybór maski, odrysowywanie, wycinanie, ozdabianie piórkami, cekinami lub brokatem, mocowanie gumki – rozwijanie twórczej aktywności, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej.

2. Walentynkowy ozdoba – wykonanie z drutu serca, oklejanie z dwóch stron puzzlami,

przyklejanie kokardki i zawieszki – rozwijanie umiejętności wykorzystywania różnorodnych materiałów do pracy.

3. Kompozycje z szarego papieru – przypomnienie, doskonalenie znanych już umiejętności, wykonanie pracy z szarego papieru o różnej grubości i różnej fakturze – tworzenie kompozycji – ukazywanie możliwości wykorzystywania różnorodnych materiałów.

4. Cylinder – odrysowywanie poszczególnych elementów z karty wzorów, wycinanie, klejenie, ozdabianie wstążką – rozwijanie pomysłowości.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Smażenie faworków na „Tłusty czwartek” – dekoracja cukrem pudrem.

2. Pieczenie ciasta z okazji „Walentynek”.

3. Przygotowanie walentynkowych naleśników z nadzieniem truskawkowym.

4. Przygotowanie posiłków śniadaniowych- omlety, uszykowanie dodatków z owoców i posypek.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. Praca z wypalarką - „Zimowe krajobrazy”.

2. Przygotowanie kartek z okazji dnia ŚW. WALENTEGO - precyzyjne przycinanie papieru.

3. „Wycinanie amorków z tektury ” – malowanie, mieszanie barw podstawowych, tworzenie pochodnych, zdobienie, mocowanie sznureczków – strojenie pracowni, ośrodka.

4. Malarstwo figuralne – ludzie w określonej akcji, sceny rodzajowe- przypomnienie poznanej techniki.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Serce - zawieszka z czerwonej bawełny - skrojenie wg szablonu, zamocowanie tasiemki - zawieszki, przeszycie, wypełnienie watoliną.

2. Wierzbowy wianek z sercami z juty - przygotowanie szablonu serca, odrysowanie serduszek, uszycie na maszynie, zamocowanie ich na wianku.

3. Serduszko z jedwabiu - skrojenie, uszycie, wypełnienie watoliną, zamocowanie ozdobnego sznureczka.

4. Serce z czerwonej skóry - skrojenie wg szablonu, uszycie, wypełnienie watoliną, zamocowanie dżetów- rozwijanie umiejętności pracy ze skórą.

V. PRACOWNIA STOLARSKO – OGRODNICZA

1. Drewniane doniczki – zaprojektowanie doniczek, obliczenie wielkości boków i podstawy, połączenie konstrukcji w całość, malowanie – rozwijanie technik samodzielnego tworzenia elementów wystroju, rozwijanie umiejętności planowania i realizacji.

2. Pudełeczka na drobiazgi – wycinanie ze sklejk równo odmierzonych części, wycinanie wgłębień przy pomocy frezarki, łączenie wszystkich elementów, przykręcanie zawiasów do wieczka szkatułki, ozdabianie wg własnych inwencji twórczych.

3. Walentynkowe prezenty – wycinanie z cienkiej sklejki małych serduszek, aniołków, kwiatów itp. za pomocą piły włosowej, wygładzanie, malowanie farbą akrylową, ozdabianie, pakowanie – doskonalenie umiejętności obsługi narzędzi, rozwijanie kreatywności.

4. Drewniane postacie – przenoszenie wybranych wzorów na sklejkę, wycinanie przy pomocy wyrzynarki, mocowanie do podstaw, malowanie farbą akrylową, ozdabianie – kreowanie ozdób otocznia, praca z narzędziami.

5. Praca z wiertarką- wykonywanie prostych ćwiczeń z dokładnym przewiercaniem otworków w materiałach drzewnych.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Poznanie programów zainstalowanych na komputerze, ich właściwości i sposobu uruchamiania.
2. Poznanie funkcji drukarki atramentowej i laserowej i wydruku dokumentów.
3. Edycja zdjęć w programie Fotoshop. Tworzenie pocztówek z wcześniej wykonanych zdjęć w plenerze.
4. Wprowadzenie do Internetu. Uruchamianie przeglądarki internetowej Google i wyszukiwanie treści o tematyce informatycznej.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Usprawnianie narządu mowy poprzez ćwiczenia języka, warg, podniebienia miękkiego, szczęki dolnej.
2. Rozwijanie logicznego myślenia z werbalnym i niewerbalnym uzasadnieniem poprzez rozwiązywanie rebusów, zagadek, krzyżówek.
3. Rozwijanie pojęcia dotyczącego kierunków w przestrzeni - zabawy po wytyczonych drogach utworzonych przy pomocy szarf.
4. Poznanie samego siebie – ćwiczenia pozwalające na poznanie własnych rąk (zaciskanie pięści, wyczuwanie ramion, łokci), wyczuwanie własnej głowy, nazywanie części ciała.

VIII. INTEGRACJA

1. Zabawa walentynkowa na terenie ŚDS – konkursy, zabawa taneczna.
2. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii – wyjazd do Czeszewa.
3. Wyjazd na lodowisko we Wrześni.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Zabawa z okazji Walentynek.
2. Zajęcia umuzykalniające: utrwalanie hymnu Polski.
3. Zajęcia z zumbą: podstawowe kroki.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: poznanie typów urody i ich cech charakterystycznych, przypomnienie zasad wykonywania makijażu wieczorowego, odpowiedni dobór podkładu, cieni itd. z uwzględnieniem typu urody.
5. Zajęcia relaksacyjne: muzykoterapia przy świecach o zapachu wg upodobań uczestnika.
6. Zajęcia z psychologiem: rozmowy indywidualne (udzielanie wsparcia, odreagowanie napięć, monitorowanie stanu psychicznego uczestników), psychoedukacja, zajęcia grupowe, rozwijanie kompetencji interpersonalnych.
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Gimnastyka poranna – ćwiczenia rozciągające oraz oddechowe, ćwiczenia samowspomagane, ćwiczenia rozluźniające mięśnie - brzuchaty łydki, prostownik grzbietu, m. pośladkowe, naświetlanie lampą Sollux, aerobik: nauka prostego układu tanecznego z uwzględnieniem ćwiczeń wzmacniających mięśnie nóg oraz brzucha, ćwiczenia z wykorzystaniem przyrządów (laska gimnastyczna, guma Theraband), relaksacja: ćwiczenia oddechowe połączone z elementami muzykoterapii.

MARZEC

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Origami - wykonywanie świątecznych motywów – wycinanie różnej wielkości oraz różnych kolorów kół, zaginanie ich oraz przyklejanie - ćwiczenie cierpliwości i dokładności.
2. Świąteczne stroiki – umieszczanie gąbek kwiatowych w wiaderkach oklejonych zrolowaną gazetą, utykanie w nich gałązek forsycji i bukszpanu, zawieszanie ozdobionych wydmuszek – rozwijane inwencji twórczej, rozwijanie kreatywności.

3. Baranki – wyklejanie pudełek po kremie kosmetycznym makaronem, malowanie białą farbą, kopiowanie, wycinanie głowy, doklejanie tych elementów – rozwijanie wyobraźni.
4. Wyklejanie obrazka o tematyce wiosennej plasteliną – wygniatanie, uciskanie masy plastycznej, dobór kolorów – stymulacja sensoryczna, ćwiczenie staranności i cierpliwości.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Pieczenie świątecznych ciast- babek, mazurków
2. Dekorowanie stołu Wielkanocnego- rozłożenie talerzy, sztućców, serwetek, kompozycji z pisanek i własnoręcznie wykonanych dekoracji.
3. Przygotowanie tradycyjnych potraw świątecznych- sałatka warzywna, biała kiełbasa, jaja.
4. Wykorzystanie młodych ziemniaków, sałaty masłowej- danie z gotowanymi ziemniakami, sałatą ze śmietaną oraz smażonymi jajkami.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. Zastosowanie gilotyny introligatorskiej – cięcie kolorowego brystolu, projektowanie kartek wielkanocnych – naklejanie, ozdabianie.
2. „Świece” – wykonanie kolorowych świec na stół wielkanocny.
3. „Obrazek z kawałków tkaniny” – temat: „Mój przyjaciel pies”, przygotowanie różnorodnych tkanin, wyklejanie motywu.
4. „Kolaż” – temat „Z czym kojarzy się „WIOSNA”- formowanie kompozycji z różnych materiałów i tworzyw (gazety, tkaniny, fotografie), łączenie z tradycyjnymi technikami plastycznymi np.: farbą olejną, farbą akrylową.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Kartka na Dzień Kobiet - przygotowanie karnetu, wykonanie aplikacji z bawełny podklejonej flizeliną, naszyte na karnet ścięciem zygzakowym.
2. Sukienka dla Marzanny - skrojenie prostokąta z podwójnie złożonej bawełny, zszycie.
3. Zajączek z polaru - skrojenie, zszycie, połączenie poszczególnych elementów, zamocowanie pisanki ze styropianu.
4. Kurka ze sztruksu – skrojenie poszczególnych elementów, zszycie, wypełnienie watoliną, zamocowanie kurki na brzoszowym pieńku.

V. PRACOWNIA STOLARSKO – OGRODNICZA

1. Wiosenne siewy – mieszanie i spulchnianie ziemi, wsypywanie do doniczek, wysiewanie nasion, podlewanie – uświadamianie roli przyrody w naszym otoczeniu, kształtowanie otoczenia.
2. Prace w ogrodzie – usuwanie starych liści, porządki wiosenne, podcięcie gałęzi, renowacja ławek – wyrabianie poczucia obowiązku, uświadamianie zajęć przypisanych do konkretnych pór roku.
3. Pielęgnacja kwiatów doniczkowych – podlewanie, oczyszczanie liści z kurzu, nawożenie – pielęgnacja otoczenia, wyrabianie nawyków dbania o żywe elementy otoczenia.
4. Wykonywanie wielkanocnych motywów – wycinanie elementów ze sklejki, wygładzanie papierem ściernym, łączenie elementów za pomocą kleju i wkretów, malowanie – praca z wyrzynarką i wiertarką.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Praca z programem Word – tworzenie marginesów wykonywanie nagłówków, ustawienia strony.
2. Zapisywanie zdjęć po edycji na dyskach wewnętrznych. Tworzenie folderów z nazwą

danego katalogu.

3. Tworzenie i zapisywanie dokumentów tekstowych na dyskach wewnętrznych.

4. Poznanie nowych gier i zabaw edukacyjnych na platformie internetowej.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Kształtowanie i pobudzanie analizatora słuchowego – ćwiczenia z nagraniami muzycznymi różnych odgłosów zwierząt.

2. Rozwijanie percepcji słuchowej i pamięci słuchowej poprzez rozróżnianie dźwięków z najbliższego otoczenia.

3. Rozwijanie motoryki dużej - ćwiczenia tułowia, skłony, skręty w różnych kierunkach.

4. Rozładowanie emocji – zajęcia z tworzywami przekształcalnymi.

VIII. INTEGRACJA

1. Obchody Dnia Kobiet.

2. Powitanie wiosny – wspólny spacer po Gozdowie z Marzanną, w poszukiwaniu wiosny.

3. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.

XI. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Akademia z okazji Dnia Kobiet – inscenizacja teatralno – muzyczna.

2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy rytmiczne- wykorzystanie naturalnych efektów np. klaskanie, uderzanie ręką o stół czy tupanie nogami w podłogę.

3. Nordic Walking: nauka i doskonalenie kroku klasycznego stosowanego w Nordic Walking.

4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: poznanie typów sylwetki kobiecej i określenie swojego, przegląd własnej garderoby, stylizacja na Dzień Kobiet.

5. Zajęcia relaksacyjne: relaks poprzez ćwiczenia izometryczne.

6. Zajęcia z psychologiem: rozmowy indywidualne (udzielanie wsparcia, odreagowanie napięć, monitorowanie stanu psychicznego uczestników), psychoedukacja, zajęcia grupowe, trening radzenia sobie ze stresem.

7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające poprawiające wydolność organizmu, ćwiczenia z zastosowaniem elementów metody PNF, nauka i doskonalenie chodu z kijkami Nordic Walking po okolicy Gozdowa, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kręgosłupa oraz mięśnie brzucha, ćwiczenia czynno-bierne, relaksacja: ćwiczenia ruchowo rytmiczne, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, naświetlanie lampą Sollux, masaż bańką chińską, gry i zabawy z użyciem woreczków oraz hula hop.

KWIECIEŃ

I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Bocian z wacików – tworzenie postaci bocianów przy użyciu wacików , papieru kolorowego – ćwiczenie dokładności oraz umiejętności odwzorowywania.

2. Obraz na płótnie – malowanie wiosennego krajobrazu – kształtowanie zdolności artystycznych.

3. Wiosenne kwiaty – szkice węglem drzewnym, operowanie różną grubością linii, próby tworzenia tła i cieni – przypomnienie techniki.

4. Tworzenie witraży o tematyce wiosennej przy użyciu farb witrażowych – planowanie, wybór projektu, jego wielkości, koloru, zaznaczanie brzegów farbą konturową, wypełnianie brzegów różnymi barwami, ozdabianie okien - kształtowanie dokładności.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Ukazanie różnych możliwości wykorzystania ryżu- danie chińskie.
2. Przygotowanie dania głównego – papryka faszerowana ryżem i mięsem.
3. Przygotowywanie prostych posiłków śniadaniowych – kanapki, tosty.
4. Pieczenie malinowych babeczek – wartości odżywcze malin w odżywianiu.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. „Kolorowe pisanki” – oklejanie wydmuszek kolorowym papierem, krepą lub plasteliną, mocowanie przywieszek, patyczków.
2. „Zajaczek wielkanocny” – przygotowanie butelki, oklejanie szarym papierem, mocowanie głowy, nóg, rąk, uszu – dekorowanie.
3. Tworzenie dekoracji wielkanocnych na podstawach brzożowych.
4. Pogadanka na temat świąt państwowych: 1 Maj –dzień pracy, 2 Maj – święto flagi, 3Maj – Konstytucja 3Maja - wykonanie chorągiewek.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Wielkanocna ikebana z pisankami z filcu - skrojenie pisanek, obszycie muliną, udekorowanie brzożowego konaru, ozdobienie chrobotkiem i piórkami.
2. Siatka na zakupy z wielkanocną aplikacją – wybór bawełny, skrojenie elementów aplikacji, naszywanie, zamocowanie uchwytów, rozprasowanie.
3. Ślimak z bawełny i polaru minky - skrojenie wg mustro, zszywanie poszczególnych elementów, połączenie, ozdobienie.
4. Flaga Polski - skrojenie z biało - czerwonego kuponu tkaniny, obszycie brzegów, wykonanie tunelu - sprowokowanie do rozmowy na temat rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Drewniane portrety – wypalanie w drewnie własnych zdjęć, wydrukowanych i przeniesionych na płaszczyznę za pomocą kalki – doskonalenie dokładności i cierpliwości.
2. Spacer w celu obserwacji zmieniającej się przyrody – zajęcia w plenerze, uwrażliwienie na piękno otaczającej nas przyrody.
3. Prace w ogrodzie – usuwanie gałęzi, grabienie trawników, posadzenie kwiatów – wyrabianie poczucia obowiązku, uświadamianie zajęć przypisanych do konkretnych pór roku.
4. Drewniane skrzynki – wymierzenie długości, pocięcie listewek, narożników, połączenie konstrukcji – doskonalenie umiejętności technicznych, warsztatowych.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Doskonalenie umiejętności pisania na komputerze w programie Word – życzenia imieninowe.
2. Wykonywanie zdjęć w oparciu o zbliżenie/oddalenie obiektywu, z użyciem lampy błyskowej i bez jej użycia.
3. Wykonywanie wydruku fotografii dokonanych na piknikach integracyjnych.
4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Doskonalenie percepcji i pamięci wzrokowej – wyodrębnianie i różnicowanie liter w wyrazach.
2. Kształtowanie motoryki narządów mowy. Ćwiczenia dotyczące prawidłowego wymawiania wyrazów.
3. Ćwiczenia oddechowe. Zajęcia relaksacyjne przy muzyce.

2. Kształtowanie płynności ruchów poprzez rysowanie na arkuszach papieru.

VIII. INTEGRACJA

1. Uroczyste Śniadanie Wielkanocne.
2. Wiosenne spacery po parku Hrabiny we Wrześni.
3. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Utrwalanie pojęcia teatru, roli teatralnej.
2. Zajęcia umuzykalniające: wykonywanie ćwiczeń oddechowych.
3. Zajęcia taneczne: prosty układ taneczny.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: nawilżanie włosów po zimie, podcinanie końcówek, delikatny makijaż świąteczny, poznawanie męskich fryzur i cięć.
5. Zajęcia relaksacyjne: masaż relaksacyjny z wykorzystaniem olejków do aromaterapii.
6. Zajęcia z psychologiem: sposoby radzenia sobie z obniżonym nastrojem; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia mięśni twarzy, mimika, nauka rozluźniania ust, policzków, języka, ćwiczenia oddechowe, torem przeponowym, brzuszny, nosem, ustami, ćwiczenia izometryczne z wykorzystaniem piłek szwajcarskich, kształtowanie poprawnych nawyków w życiu codziennym, chodzenie, schyłanie, podnoszenie, siedzenie, wstawanie, itp., gra w koszykówkę, ćwiczenia z piłkami zwiększające zakres ruchu w stawach, ćwiczenia równoważne i koordynacyjne przy drabinkach.

MAJ

I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Collage – kopiowanie bukietu bzów, wypełnianie poszczególnych elementów odpowiednio dobranymi pod względem kolorystyki barwnymi drobinkami gazet – wdrażanie do staranności, pobudzanie do samodzielności i staranności.
2. Baletnica z papilotek – kopiowanie postaci baletnicy na kartkę z bloku, doklejanie elementów stroju przy użyciu papilotek - ćwiczenie precyzji ruchów.
3. Tęczowa ramka – prezent dla mamy – wymierzanie, zaznaczanie, wycinanie, zwijanie bibuły w kuleczki, przyklejanie ich według kolejności występowania barw na tęczycy - rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej i kreatywności.
4. Obrazek z kawałków tkanin – przygotowanie szkicu pracy, wybór z pośród różnorodnych tkanin, docinanie, wyklejanie – pobudzanie do samodzielności, wdrażanie do estetyki pracy.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Poznanie sposobów parzenia kawy i obsługi ekspresu do kawy.
2. Przygotowanie kaszki manny z sokiem z jagód.
3. Pieczenie rogalików z ciasta francuskiego.
4. Omówienie sposobów parzenia herbaty oraz podania jej z syropami smakowymi.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. „Monotypia” - przygotowanie farb, tektury- nakładanie farby plakatowej średniej gęstości, na kartkę papieru, wykonanie rysunku patyczkiem lub ołówkiem, naciskanie w celu uzyskania ciemniejszej linii rysunku na odwrocie kartki. Wypełnienie konturów rysunku poprzez dociskanie papieru w wybranych miejscach palcami lub patyczkiem. Ściąganie odbitki z kartonu, suszenie.

2. „Wykonanie zakładki do książek” – przycinanie, wyklejanie, malowanie, rysowanie.
3. Laminowanie wcześniej wykonanych prac – przypomnienie zasad bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych- obsługa laminatora.
4. „DZIEŃ MATKI” - „Kwiatek dla mamy” – z przygotowanych materiałów: drucik, kolorowa bibuła, wata, gorący klej, guziki, tasiemki, formowanie kwiatka, ozdabianie kokardą, opakowywanie w celofan.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Słóń z bawełny - skrojenie wg mustro, zszywanie, wypełnienie silikonowym granulatem, zaszywanie, naszywanie muliną oczu, rozprasowanie - doskonalenie umiejętności obsługi żelazka.
2. Poduszka na krzesło ogrodowe - przygotowanie płócienną tkaniny, skrojenie, zszywanie boków, wypełnienie watą, zaszywanie, zamocowanie tasiemek.
3. Opaska fitness - skrojenie z bawełny paska o wym. 15cm x100cm, złożenie na połowę, zszywanie, przewrócenie na prawą stronę, rozprasowanie - doskonalenie umiejętności obsługi żelazka.
4. Kot z płótna w kropki - skrojenie, zszywanie boków, wypełnienie watolimą, zamocowanie ogonka oraz białej kokardki.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Drewniane kwiaty – wycinanie wyrzynarką elementów kwiatów, ścieranie papierem ściernym, malowanie farbami akrylowymi, mocowanie do podstawek, ozdabianie – podnoszenie sprawności stolarskich.
2. Porządkowanie pomieszczeń gospodarczych i ogrodu – układanie narzędzi ogrodniczych, segregowanie, czyszczenie, porządkowanie terenu wokół naszego ośrodka.
3. Ćwiczenia z obsługą narzędzi ręcznych (młotek, śrubokręty, obcęgi) – wbijanie gwoździ, wkręcanie śrub – doskonalenie nabytych umiejętności warsztatowych.
4. Prace w ogrodzie – pielęgnowanie grządek, pielenie, podlewanie – doskonalenie umiejętności wykonywania prac ogrodniczych.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Poznanie komunikatorów internetowych – Gadu-Gadu, Skype.
2. Zakładanie skrzynki e-mail na poczcie internetowej. Uruchamianie poczty, przesyłanie wiadomości do innych użytkowników.
3. Poznanie zasad odbierania załączników i zapisywania załączników w poczcie e-mail.
4. Utrwalanie pracy z programem Word. Pisanie tekstów, edycja dokumentów.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Rozwijanie małej motoryki – ćwiczenia konstrukcyjne.
2. Rozwijanie orientacji przestrzennej - ćwiczenia z uwzględnieniem pojęć: z prawej, z lewej, na, pod, za, przed, obok.
3. Rozwijanie zmysłu smaku - próbowanie wybranych substancji, określanie smaku: gorzki, słodki, słony, kwaśny.
4. Poznawanie doznań termicznych-zabawy i ćwiczenia z wodą: wdrażanie do zasad bezpieczeństwa podczas korzystania z wody.

VIII. INTEGRACJA

1. Rajd pieszy i rowerowy – ŚDS Gozdowo.
2. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
3. Majówka nad jeziorem.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: kształcenie prawidłowej wymowy artykulacji, intonacji.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy muzyczno- ruchowe.
3. Rajd pieszy i rowerowy: rozgrzewka, rajd, ćwiczenia rozciągające.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: zabiegi odżywcze na twarz, poznanie różnorodnych kremów z filtrem UV oraz ich składów, rozmowa na temat stosowanie kremów ochronnych.
5. Zajęcia relaksacyjne: słuchanie różnego rodzaju muzyki .
6. Zajęcia z psychologiem: zajęcia grupowe, integracyjne, rozwijające świadomość roli w grupie oraz pogłębiające relacje; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Fizykoterapia – lampa solux, ultradźwięki, masaż kręgosłupa oraz poszczególnych partii mięśniowych, zabawy kształtujące małą motorykę, ćwiczenia na matach z elementami jogi, ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha oraz pośladków, ćwiczenia koordynacyjne i równoważne na platformie wibracyjnej, ćwiczenia i zabawy korygujące wady postawy, jazda na hulajnogach, spacer, marsz, gra w piłkę nożną, zwiększenie wytrzymałości oraz wydolności organizmu, aerobik, ćwiczenia w rytm muzyki.

CZERWIEC

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Uczta dla zmysłów - zabawy sensoryczne – przygotowanie rekwizytów - rękawiczek wypełnionych ryżem, watoliną, mączką ziemniaczaną itp. oraz pudła sensorycznego; zabawy rozwijające zmysły.
2. Niciana papuga – zwijanie w pęczki bawełnianych nici, naklejanie ich na postać wyciętej z kartonu papugi – mobilizowanie do działań, doskonalenie spostrzegawczości.
3. Maki z bibuły– wycinanie elementów, owijanie, przyklejanie, łączenie ich – rozwijanie sprawności manualnej, pomysłowości.
4. Ryba koleczatka – tworzenie korpusu ryby z plasteliny, utykanie wykałaczek oraz doklejanie oczu z koralików.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Wykorzystanie owoców sezonowych w deserach – galaretki truskawkowe.
2. Poznanie różnych sposobów faszerowania schabu i podawania go.
3. Sezon ogórkowy – utrwalanie przepisu na ogórki małosólne – samodzielne zaprawianie tradycyjnych ogórków
4. Przyrządzanie koktajlu owocowego – ukazanie nowych sposobów wykorzystania owoców sezonowych.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. Orgiami - „ananas” – przygotowanie papierowych prostokątów, składanie papieru rozwijanie procesów myślowych.
2. Malowanie na płótnie malarskim – nauka dostrzegania piękna otaczającej nas przyrody.
3. „Wydzieranka” – przygotowanie motywu, kolorowego papieru, gazet - wydzieranie gotowych elementów np. słoneczka, chmurki, naklejanie na przygotowany projekt.
4. Masa plastyczna – praca z plasteliną, tworzenie figurek, broszek, misek itp.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Bukiet z filcowych róż – skrojenie kółek z filcu, odpowiednie wycięcie, uformowanie -

wdrażanie do samodzielności.

2. Piesek z bawełny - skrojenie wg mustro, zszywanie, wypełnienie silikonowym granulatem, zaszywanie, naszywanie muliną oczu, rozprasowanie - rozwijanie umiejętności obsługi żelazka.
3. Kosmetyczka dla taty - skrojenie z jeansu, wszywanie zamka, zszywanie boków - doskonalenie umiejętności wszywania zamka.
4. Jabłko z filcu - skrojenie jabłka, obszywanie ręcznym ściąganiem fastrygowym, zamocowanie zawieszki.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Drewniane ptaki - wycięcie z kawałków drewna plastrów różnej wielkości, stworzenie kształtu ptaka, doprawienie dzioba, oczu i innych detali - rozwijanie kreatywności, umiejętności warsztatowych.
2. Motyle - przygotowanie motywu motyla, naklejanie na deseczkę, wycinanie, wyklejanie kawałkami papieru, zaznaczanie konturów - kształtowanie estetycznego wykonania pracy.
3. Nauka barwienia i lakierowania drewna - malowanie drewnianych donic - praca w warsztacie.
4. Praca na skalniakach i rabatach - użyźnianie gleby, wysiewanie kwiatów, przycinanie krzewów, ozdobnych drzewek, grabienie, podlewanie.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Praca z Internetem - wyszukiwanie treści dotyczących informacji na stronach lokalnych. Zapisywanie treści na pulpicie.
2. Obróbka wykonanych zdjęć w plenerze i pomieszczeniu. Edycja kontrastu i jasności.
2. Poznanie funkcji aparatu fotograficznego. Wykonywanie zdjęć w pomieszczeniu i plenerze wychwytyjąc wiosenne krajobrazy.
3. Wprowadzenie nowych funkcji w programie Word. Edycja czcionki, kursywa, pogrubienie.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Poznanie różnych struktur powierzchniowych - ćwiczenia „czarodziejski worek”: wyszukiwanie przedmiotów, rozpoznawanie ich, wskazywanie na obrazku.
2. Rozwijanie percepcji wzrokowej - ćwiczenia manipulacyjne: dotykanie i manipulowanie przedmiotami.
3. Rozwijanie dużej motoryki - krążenia kończyn, całego ciała.
4. Rozwijanie zmysłu węchu - rozpoznawanie zapachów i identyfikowanie ich z produktem, zagadki zapachowe.

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Piknik na Skarpie.
3. Wyjazd do Skorzęcina nad jezioro.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Spotkanie z poezją- czytanie wybranych wierszy Herberta.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy odprężające, relaksujące przy muzyce.
3. Zajęcia aerobik: doskonalenie kroków step touch i v-step.
4. Zajęcia fryzjersko - kosmetyczne: pielęgnacja stóp, sposoby na radzenie sobie z zrogowaciałym naskórkiem, wykonywanie prostego pedicure.
5. Zajęcia relaksacyjne: zabawa „Rozmyślanie”- ćwiczenia oddechowe.
6. Zajęcia z psychologiem: gry i zadania rozwijające pamięć, koncentrację, procesy

psychomotoryczne; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).

7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające, poizometryczna relaksacja mięśni, ćwiczenia korekcyjne, ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha, kręgosłupa i pośladków, naświetlanie lampą Sollux. Zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, masaż leczniczy, aerobik: przypomnienie podstawowych kroków, ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kończyn górnych i dolnych z gumą Thera - band i hantlami, ćwiczenia oddechowe, naświetlanie lampą Sollux, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, muzykoterapia, gimnastyka lecznicza.

LIPIEC

I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Lato – wydzieranki o tematyce letniej, szkic ołówkiem, wypełnianie powierzchni drobkami kolorowego papieru- rozwijanie twórczej aktywności.
2. Wesoła gromadka – postaci zwierząt ze starych gazet – wycinanie, wydzieranie poszczególnych elementów postaci: misia, myszki, koguta, przyklejanie – rozwijanie pomysowości.
3. Figurki z gipsu – zaprojektowanie figurki, przygotowanie masy gipsowej ze szczególnym uwzględnieniem dokładności wykonywanych czynności, ozdabianie koralikami, piórami, wełną itp. – rozwijanie zdolności manualnych.
4. Obrazki ze skorupki jajek – malowanie skorupki różnymi barwami, wykonanie ołówkiem szkicu np. motywu kwiatowego, naklejanie przy pomocy wykałaczki, utrwalanie barw lakierem bezbarwnym – usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej, mobilizowanie do działań.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przygotowywanie sałatek ze świeżych warzyw – rzodkiewki, sałaty, marchewki, pomidory.
2. Warzywa w codziennej diecie – motywowanie do regularnego spożywania warzyw – warzywa na patelni.
3. Wypiekanie babeczek ze świeżymi owocami – malinami, truskawkami, bananami, morelami.
4. Pieczenie ciasta drożdżowego z rabarborem.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. „Wyklejanki” - z plasteliny, kuleczek bibuły, temat: „Moje wymarzone wakacje”.
2. „Afrykańskie domki” – przygotowanie butelki, sznurka – oklejanie sizalowym sznurkiem, mocowanie dachu.
3. „Wiatrak z patyczków po lodach” – wycinanie figur konstrukcyjnych z tektury, formowanie kształtu mocowanie łyżeczek jako ramion wiatraka, malowanie, ozdabianie.
4. Decoupage z papieru – wykonanie kolorowych szkatulek.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Żyrafa - przytulanka - skrojenie z bawełny i polaru minky sylwetki żyrafy, zszycie całości, wypełnienie watoliną, zaszycie.
2. Letnia spódniczka - wybór bawełnianej tkaniny, skrojenie, zszycie boków, wykonanie tunelu, obrębianie boków, wciągnięcie gumki, rozprasowanie.
3. Motylek z wstążki - odpowiednie przycięcie wstążek, utrwalenie drucikiem schenille.
4. Poduszka dekoracyjna - skrojenie poduszki, przepikowanie, zamocowanie dżetów.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Tulipany – wycinanie ze sklejki poszczególnych elementów, wygladzanie, nawiercanie otworków w celu połączenia kwiatka z łodygą, malowanie – podnoszenie umiejętności warsztatowych.
2. Tworzenie letnich dekoracji – praca z wyrzynarką, ścieranie papierem ściernym, malowanie farbami – dbałość o estetyczny wygląd otoczenia, poznawanie nowych technik.
3. Koszenie trawy, grabienie, wykaszanie trawy wokół kamieni przy ognisku i skalniakach, wywożenie skoszonej trawy – wdrażanie do zgodnej współpracy i współdziałania w grupie.
4. Pielęgnacja pelargonii, przesadzanie w korytka, donice, odpowiednie nawożenie, podlewanie.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Poznanie zasad tworzenia przejścia slajdów, animacji i efektów specjalnych.
2. Poznanie zasad funkcjonowania programu Power Point. Przejścia slajdów, czas animacji.
3. Praca z przeglądarką internetową Google. Wyszukiwanie treści związanych z bezpieczeństwem podczas wakacji.
4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Rozładowanie emocji – zajęcia z tworzywami przekształcalnymi.
2. Doskonalenie umiejętności dodawania i odejmowania – ćwiczenia na podstawie przygotowanych scenek z zakupami w sklepie.
3. Rozwijanie spostrzegawczości słuchowej - wyklaskiwanie słyszanego prostego rytmu.
4. Rozwijanie małej motoryki – wymachy i krążenia kończyn górnych (stopniowo rąk, dłoni, palców).

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Wyjście na basen we Wrześni.
3. Wyjazd nad jezioro do Powidza.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: wcielanie się w różne postaci z bajek – reakcje emocjonalne.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy odprężające, śpiewanie piosenek biwakowych.
3. Zajęcia aerobik: doskonalenie kroków mambo i grapevine.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: samoopalacze – co warto wiedzieć aby zachwycać opalenizną, podstawowe zasady ich stosowania.
5. Zajęcia relaksacyjne: ćwiczenia oddechowe wg czytanego tekstu. Nauka oddychania torem pierśwymi oraz brzuszny.
6. Zajęcia z psychologiem: dokonanie podsumowania wydarzeń mijającego roku, jakie sytuacje najbardziej zapadły w pamięć, omówienie ewentualnych planów na rok następny; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające, gimnastyka poranna, ćwiczenia czynne w odciążeniu z oporem, ćwiczenia korekcyjne, ćwiczenia rozciągające mięśnie kulszowo - goleniowe, ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne, ćwiczenia izometryczne z użyciem piłki szwajcarskiej, ćwiczenia czynne wolne w pozycji stojącej, ćwiczenia rozluźniające mięśnie kończyn dolnych i górnych, ćwiczenia bierne oraz czynno - bierne, nauka i doskonalenie gry w koszykówkę, relaksacja przy muzyce.

SIERPIEŃ

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Kartki okolicznościowe – tworzenie rozmaitych wzorów kartek przy zastosowaniu różnych technik pracy – mobilizowanie do działań.
2. Wazoniki ze sznurka – smarowanie klejem, przyklejanie sznurka; usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, uczenie dokładności.
3. Ażurowe obrazki – odrysowywanie z arkusza wzorów, ostrożne wycinanie przy pomocy nożyka i nożyczek do paznokci – rozwijanie dokładności i precyzji.
4. Breloczki do kluczy – odrysowywanie wzoru, wycinanie, ozdabianie koralikami, brokatem, guzikami, nawlekanie rzemyka – rozwijanie inwencji twórczej, wdrażanie do estetyki pracy.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przerabianie owoców – zaprawianie dżemów z wiśni i jabłek, mrożenie owoców – wiśni.
2. Przerabianie owoców- zaprawianie kompotów z truskawek i śliwek.
3. Wykonanie zapraw z ogórków z Cary – samodzielne zaprawianie ogórków.
4. Pieczenie ciast z wykorzystaniem owoców sezonowych- wiśnie, śliwki, truskawki.
5. Sporządzanie zakupów w sklepie spożywczym według wcześniej spisanej listy.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. Kontynuacja techniki „mokre w mokrym” – zwilżanie powierzchni wodą, malowanie akwarelą.
2. „Wyroby z gipsu” – przygotowanie masy, wypełnienie foremek masą gipsową.
3. „Wyszywanie na tekturze” – doskonalenie umiejętności nawlekania igły, dobór włóczek pod względem kolorów.
4. „Malowanie na szkle” – tematyka własna w celu rozwijania wyobraźni.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Miś z minky - skrojenie, zeszywanie, wypełnienie watoliną, ozdobienie tasiemką rypsovą.
2. Skrzat z juty – skrojenie, wypełnienie watoliną, zamocowanie zabawnych oczu i wąsów ze sznurka.
3. Obrazek z koronek - oklejenie tektury szarym płótnem, wycięcie z koronek kwiatków, listków, łodyżek, odpowiednie skomponowanie, naklejenie na płócienny podkład.
4. Igiełnik – jeź - przygotowanie formy z tektury, wycięcie dwóch kół z polaru, obszywanie ściąganiem fastrygowym, ściągnięcie nitki, wypełnienie watoliną, połączenie z tekturą.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Małpka z drewnianych patyków po lodach- układanie, sklejanie za pomocą kleju na gorąco, doklejanie detali- doskonalenie umiejętności obsługi pistoletu do kleju.
2. Koszenie trawy, grabienie, wykaszanie trawy wokół kamieni przy ognisku i skalniakach, wywożenie skoszonej trawy – wdrażanie do zgodnej współpracy i współdziałania w grupie.
3. Drewniane słoneczko - wyrzynanie elementów słońca, ścieranie, malowanie, łączenie za pomocą gwoździ i kleju.
4. Wypalanie w drewnie – tworzenie letniego krajobrazu, indywidualny wybór motywu, przeniesienie na deseczkę, wypalanie po liniach, malowanie farbami – doskonalenie umiejętności obsługi wypalarki, kształtowanie cierpliwości.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wstawianie tabel – formatowanie wierszy i komórek, wpisywanie danych w poszczególne wiersze i komórki.
2. Wybór tematu i przygotowanie materiałów do stworzenia prezentacji multimedialne.
3. Obróbka wykonanych zdjęć w plenerze i pomieszczeniu. Edycja kontrastu i jasności.
4. Praca z programem Word – jesienne wiersze. Przepisywanie tekstu.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Usprawnianie percepcji słuchowej poprzez rozróżnianie dźwięków z najbliższego otoczenia: darcie i zgniatanie papieru, potrząsanie kluczami, itp.
2. Usprawnianie percepcji wzrokowej - wypowiedzianie się na temat danego obrazka.
3. Kształtowanie umiejętności komunikowania się z otoczeniem – ćwiczenia poprzez udział w improwizowanych scenkach.
4. Rozwijanie równowagi własnego ciała – ćwiczenia ze skakanką.

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Wyjście na kręgielnie do Hotelu Kosmowski we Wrześni.
3. Wyjazd do Teatru w Poznaniu.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Zabawa z kukiełkami- tworzenie własnoręcznych kukielek z różnych bajek- odgrywanie krótkich scenek.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy interpretacyjne- naśladowanie odgłosów przyrody.
3. Nordic Walking: rozgrzewka, spacer, stretching.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: pielęgnacja dłoni i paznokci – wykonywanie manicure.
5. Zajęcia relaksacyjne: uczestnicy robią sobie wzajemnie masaż wg czytanego tekstu, poznawanie technik masażu.
6. Zajęcia z psychologiem: domowe sposoby na nudę; rozwijanie umiejętności planowania czasu wolnego i wykorzystywania go na aktywny wypoczynek; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia korekcyjne – płaskostopie, koślawość, szpotawość, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kończyn górnych – biceps i triceps, ćwiczenia z elementami metody Pilates, gry i zabawy ruchowe z elementami tańca przy różnych rodzajach muzyki, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, metodyka i nauczanie gry w tenisa stołowego.

WRZESIEŃ

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Kartki okolicznościowe – tworzenie rozmaitych wzorów kartek przy zastosowaniu różnych technik pracy – mobilizowanie do działań.
2. Wazoniki ze sznurka – smarowanie klejem, przyklejanie sznurka; usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, uczenie dokładności.
3. Ażurowe obrazki – odrysowywanie z arkusza wzorów, ostrożne wycinanie przy pomocy nożyka i nożyczek do paznokci – rozwijanie dokładności i precyzji.
4. Breloczki do kluczy – odrysowywanie wzoru, wycinanie, ozdabianie koralikami, brokatem, guzikami, nawlekanie rzemyka – rozwijanie inwencji twórczej, wdrażanie do estetyki pracy.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Zastosowanie jagód w deserach – babeczki z jagodami.

2. Wykorzystanie jabłek - pieczenie szarlotki.
3. Zaprawy na zimę – poznanie tradycyjnych smaków – wysmażanie powideł śliwkowych.
4. Wypiekanie ciasteczek z okazji Dnia Chłopca.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. Obsługa bindownicy – ukazywanie związków i zależności wykonywanych czynności.
2. Wykonanie obrazów w antyramach upiększających naszą pracownię i ośrodek – projektowanie obrazu, wycinanie wzorów, przyklejanie.
3. „Autoportret” – szkic, malowanie farbami węglem lub ołówkiem- operowanie światłem, cieniem.
4. Obraz ze światłem w tle – wykonanie witraża z papieru.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Poduszka na ślubne obrączki - skrojenie z atlasu poduszki o wym. 20x20cm, wszycie atlasowej tasiemki i bawełnianej koronki, zszywanie poduszki, wypełnienie watoliną, ozdobienie kwiatkiem z szyfonu.
2. Kartka urodzinowa z aplikacją - wykonanie aplikacji, naszywanie na karnet.
3. Aniołek na szczęście - skrojenie poszczególnych elementów, przesywanie, obrębianie przy użyciu overlocka, wypełnienie watą, zamocowanie serduszka z napisem „Aniołek na szczęście”.
4. Krasnal - zakładka do książki - narysowanie na tekturze i tkaninie sylwetki krasnala, wycięcie, obszywanie krasnala z tektury tkaniną, zamocowanie tasiemki (ok. 20cm) na górze czapki.

V. PRACOWNIA STOLARSKO – OGRODNICZA

1. Obrazy na drewnie – przygotowanie motywu, przeniesienie na sklejkę za pomocą kalki, malowanie farbami, przykręcanie zawieszki – rozwijanie umiejętności malarskich, praca nad precyzywnością i dokładnością.
2. Drewniane pieski – przerysowanie części psa na deskę, wyrzynanie, wygładzanie, malowanie białą farbą akrylową, ozdabianie psa muszką wykonaną ze wstążki – utrwalanie umiejętności obsługi wyrzynarki.
3. Pielęgnacja kwiatów doniczkowych i pelargonii – oczyszczenie, nawożenie, podlewanie.
4. Praca w ogrodzie – koszenie trawy, grabienie, usuwanie chwastów.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Praca z czytnikiem płyt CD. Przesłuchiwanie ulubionych piosenek w formacie audio.
2. Praca ze zdjęciami cyfrowymi. Zastosowanie gotowych ramek cyfrowych i tworzenie własnych projektów zdjęć w ramach. Tworzenie zdjęć w jesiennej aranżacji.
3. Poznanie gier edukacyjnych w Internecie. Pokonywanie kolejnych etapów gier.
4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Usprawnianie narządu mowy poprzez ćwiczenia języka, warg, podniebienia miękkiego, szczęki dolnej.
2. Kształtowanie i pobudzanie analizatora węchowego – ćwiczenia z różnymi perfumami, kwiatami, napojami oraz ciepłymi potrawami.
3. Rozwijanie orientacji przestrzennej - ćwiczenia z drugą osobą.
4. Pobudzanie koordynacji ruchowej – ćwiczenia naprzemienne w pozycji stojącej i leżącej.

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Dzień Chłopaka – obchody w ŚDS Gozdowo.
3. Wyjście do kina we Wrześni.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: przedstawienie akademii z okazji Dnia Chłopca.
2. Zajęcia umuzykalniające: rozpoznawanie piosenek po wysłuchaniu pierwszych dźwięków melodii.
3. Zajęcia kształtujące równowagę: gry i zabawy, tworzenie torów przeszkód.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: domowe SPA krok po kroku, jak przygotować domowe kosmetyki.
5. Zajęcia relaksacyjne: ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem elementów jogi i Pilates.
6. Zajęcia z psychologiem: relaksacja jako sposób na rozładowanie napięć; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Nauka poprawnego chodu, ćwiczenia czynne w odciążeniu z oporem – ugul, ćwiczenia bierne, ćwiczenia rozciągające mięśnie pośladkowe, ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha, aerobik: nauka układu tanecznego z uwzględnieniem ćwiczeń wzmacniających obręczy barkowej i kręgosłupa, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, nauka przyjmowania poprawnej postawy w siadzie.

PAŹDZIERNIK

I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Skrzaty – malowanie farbą rolki po papierze toaletowym, wykonanie czapki skrzata z kartki, wykonanie z włóczki brody oraz doklejanie nosa - rozwijanie inwencji twórczej, wdrażanie do estetyki pracy.
2. Jesienne zbiory – malowanie patery z owocami; szkic ołówkiem, dobór barw, próby cieniowania – rozwijanie umiejętności plastycznych.
3. Grzyby z łupinek po orzechach włoskich – umiejętne rozłupywanie orzechów, wydobywanie orzechów, malowanie farbami, umieszczanie grzybków w pudełkach po zapałkach, wykonanie trawy z krepy – rozwijanie wyobraźni,
4. Tworzenie jesiennych kompozycji z gałązek, kory, liści, mchu, traw, szyszek – kształcenie umiejętności wykorzystywania różnorodnych materiałów do pracy.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Orzechy w jesiennej diecie – omówienie właściwości odżywczych orzechów.
2. Dyniowe inspiracje – wypiek ciasta z dynią.
3. Pieczenie ciasta z wykorzystaniem orzechów – snikers.
4. Przygotowanie zupy krem z dyni.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. Grafika - „jesienne stemple” – przygotowanie liści, nanoszenie farby, odciskanie, obmalowanie – tworzenie jesiennych kompozycji.
2. Wykorzystanie darów natury – jarzębina, szyszki, żołędzie, orzechy gałązki, kora, tworzenie kompozycji.
3. Rysowanie tuszem, lawowanie (patyk, piórko).
4. Pogadanka na temat dnia Wszystkich Świętych – odwiedzanie miejsc pamięci narodowej.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Jesienna ikebana – wykonanie słoneczników z pasków tasiemek, wykonanie skrzata z filcu, zamocowanie dekoracji na konarze drzewa, ozdobienie chrobotkiem.
2. Sowa w jesiennych barwach - przygotowanie tkanin bawełnianych w pomarańczowym i brązowym kolorze, przekalkowanie wykroju, wycięcie, przeszycie na maszynie, wypełnienie watoliną, ozdobienie żółtą wstążką.
3. Nietoperz z filcu – odrysowanie sylwetki nietoperza, zszycie, wypełnienie watoliną.
4. Dynia z bawełny - skrojenie, odpowiednie zszycie, zamocowanie listka z filcu.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Wykonywanie prac z odpadów drzewnych i korka – wykorzystanie darów natury, wprowadzenie pojęcia recyklingu.
2. Klonowe liście – przeniesienie motywu na sklejkę, wycinanie za pomocą wyrzynarki, mocowanie do podstawek, malowanie – usprawnianie manualne, kształtowanie dokładności oraz cierpliwości w doprowadzeniu pracy do końca.
3. Halloweenowe dynie – wycinanie kształtów dyni z drewna, malowanie, dorabianie detali – kształtowanie świadomości tradycji, doskonalenie umiejętności warsztatowych.
4. Grabienie liści – sprzątanie terenu wokół naszego Domu, przygotowanie terenu do zimy – doskonalenie dobrej organizacji pracy oraz wytrwałości.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Tworzenie kart ozdobnych i drukowanych kopert w programie Word.
2. Wykonywanie zdjęć w oparciu o zbliżenie/oddalenie obiektywu, z użyciem lampy błyskowej i bez jej użycia.
3. Zapisywanie gotowych prezentacji multimedialnych na dyskach wewnętrznych komputera.
4. Praca z przeglądarką internetową Google. Wyszukiwanie treści o różnej tematyce.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Rozwijanie małej motoryki – ćwiczenia dłoni.
2. Kształtowanie i pobudzanie analizatora dotykowego – ćwiczenia z workiem różności.
3. Rozwijanie percepcji wzrokowej - ćwiczenia manipulacyjne: dotykanie i manipulowanie przedmiotami.
4. Kształtowanie umiejętności komunikowania się z otoczeniem – ćwiczenia poprzez udział w improwizowanych scenkach.

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Wyjście do lasu w celu poznania jadalnych grzybów.
3. Wyjazd do pobliskiej Agroturystyki.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: przygotowania do akademii z okazji Dnia Niepodległości, recytacja wybranych wierszy.
2. Zajęcia umuzykalniające - śpiewanie pieśni patriotycznych przy akompaniamencie gitary.
3. Zajęcia z zumbą: rozgrzewka, doskonalenie kroków, rozciąganie.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: przypomnienie zasad pielęgnacji i farbowania włosów oraz dbania o skórę głowy.
5. Zajęcia relaksacyjne: spacer oraz ćwiczenia oddechowe.

6. Zajęcia z psychologiem: zapoznanie z aktywnymi formami spędzania czasu wolnego; ukazanie związku zdrowia fizycznego i psychicznego; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).

7. Zajęcia rehabilitacyjne: Gimnastyka poranna – ćwiczenia rozluźniające, ćwiczenia wzmacniające mięśnie przykręgosłupowe, zajęcia z wykorzystaniem gazet oraz lekkich piłek przy ćwiczeniach oddechowych torem brzuszny i piersiowy, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, naświetlanie lampą Solux, masaż w formie zabawy – masażyki, ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia rozciągające mięśnie klatki piersiowej, ćwiczenia korekcyjne- skoliozy, gry i zabawy pobudzające wyobraźnię.

LISTOPAD

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Liście – nakładanie na liście kartki papieru, odbijanie przy pomocy pasteli lub kredek świecowych – pobudzanie inwencji twórczej i wyobraźni.
2. Podstawki pod filiżanki – skręcanie sznurka, tworzenie okrągłej formy, łączenie jej przy pomocy igły i nitki – usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej.
3. Kawowy słoik – oklejanie ziarenkami kawy słoika - rozwijanie poczucia piękna, umiejętności manualnych.
4. Lisek - malowanie papierowego talerza z jednej strony pomarańczową farbą, suszenie, zaginanie, domalowywanie flamastrem oczu i nosa - wyzwalanie radości tworzenia, umiejętności manualnych.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Utrwalanie umiejętności obsługi pieca elektrycznego - dostosowanie odpowiedniej temperatury do rodzajów ciast.
2. Pieczenie rogali z makiem z okazji dnia „Św. Marcina”.
3. Przygotowywanie zupy grzybowej.
4. Wypiekanie kruchych ciasteczek z wróżbą z okazji „Andrzejek”.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. „Święto Niepodległości” – rozwijanie poczucia przynależności narodowej: przygotowanie gazetki okolicznościowej.
2. „Wykonanie puzzli” – naklejanie obrazka na tekturę, rysowanie przy pomocy linijki, przecinanie, układanie.
3. „Wydrapywanka”- przygotowanie kolorowej powierzchni za pomocą kredek pastelowych, malowanie powierzchni kartki farbą plakatową, po wyschnięciu wydrapywanie za pomocą nożyczek.
4. Wyplatanie gałązek wierzbowych w formie kół, zdobienie.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Godło Polski - wycięcie z białego filcu orła, przyszyć go ścięciem zygzakowym do czerwonego filcu - sprowokowanie do rozmowy o Święcie Niepodległości.
2. Skrzat świąteczny z filcu - skrojenie, wypełnienie watoliną, zamocowanie czapki z polaru i brody z futerka.
3. Kartka bożonarodzeniowa z aplikacją – skrojenie elementów aplikacji, naszyć, ozdobić brokatem i chrobotkiem.
4. Kalendarz adwentowy - skrojenie z filcu gwiazdy o wymiarach około 50cm, uszyć z płótna 24 woreczków, zamocowanie ich na gwiazdce.

V. PRACOWNIA STOLARSKO – OGRODNICZA

1. Przygotowanie do przedstawienia z okazji Dnia Niepodległości – kształtowanie postaw patriotycznych.
2. Sowy – wyrzynanie poszczególnych elementów, zbijanie przy użyciu młotka lub wiertarko-wkrętarki, malowanie, ozdabianie – doskonalenie umiejętności technicznych.
3. Drewniane anioły – przygotowanie odpowiedniego drewna, wyrzynanie, wygładzanie malowanie, ozdabianie, utrwalanie lakierem bezbarwnym.
4. Baletnice – przerysowywanie wszystkich części baletnicy na deskę, wyrzynanie, wygładzanie, malowanie białą farbą akrylową, ozdabianie czapczką wykonaną na szydełku – utrwalanie umiejętności obsługi wyrzynarki.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Tworzenie i przegrywanie płyt CD z ulubionymi piosenkami.
2. Zapisywanie gotowych plików na dysku zewnętrznym – pendrive i drukowanie ich.
3. Utrwalanie zasad prawidłowego podłączenia drukarki. Podłączenie przewodowe i bezprzewodowe.
4. Skanowanie komputera i naprawianie błędów w rejestrze za pomocą programu antywirusowego.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Doskonalenie analizy i syntezy słuchowo – wzrokowej – ćwiczenia na bazie głosek i liter.
2. Rozwijanie motoryki dużej – zabawy bieżne.
3. Rozwijanie małej motoryki – wymachy i krążenia kończyn górnych (stopniowo rąk, dłoni, palców).
4. Rozwijanie wrażliwości słuchowej - różnicowanie i rozpoznawanie głosów zwierząt.

VIII. INTEGRACJA

1. Uczestnictwo w zajęciach z hipoterapii w Czeszewie.
2. Wyjazd do Poznania na obchody Świętego Marcina.
3. Andrzejki – zabawa taneczna na terenie ŚDS.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: akademie z okazji Dnia Niepodległości. Praca nad jasełkami, utrwalanie wierszy, ról, przygotowywanie rekwizytów.
2. Zajęcia umuzykalniające: śpiewanie piosenek patriotycznych, przypomnienie kołęd i pastorałek.
3. Zajęcia taneczne: nauka prostego układu tanecznego.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: rozmowa na temat dbania o skórę twarzy i dłoni w okresie jesienno-zimowym, poznanie kremów ochronnych dla twarzy i dłoni, zwrócenie uwagi na ich skład.
5. Zajęcia relaksacyjne: masaż głowy, szyi i twarzy.
6. Zajęcia z psychologiem: wprowadzenie w tematykę nadchodzących wakacji; rozmowa na temat planów i form spędzania czasu wolnego informowanie o zasadach bezpieczeństwa; rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia ogólnousprawniające – na przyrządach gimnastycznych, ćwiczenia na matach z elementami jogi, ćwiczenia wzmacniające koniczyny górne z gumą Thera band, ćwiczenia synergistyczne- kontrałatelarne oraz ipsilateralne Aerobik: nauka układu tanecznego z wykorzystaniem piłki rehabilitacyjnej, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, ćwiczenia rozciągające ścięgno Achillesa przy drabinkach.

GRUDZIEŃ

I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO

1. Świąteczne lampiony – oklejanie szklanych naczyń kolorową bibułką – rozwijanie wyobraźni i poczucia piękna.
2. Aniołek – składanie w harmonijkę pergaminowego papieru, przewlekanie przez górny brzeg igły z nitką (szata aniołka), do styropianowej kulki doklejanie włosów z wełny, rysowanie flamastrem buzi, doklejanie wysuszonego plastra pomarańczy jako aureoli oraz piórek jako skrzydeł – wyzwalanie radości tworzenia.
3. Choinka z gałązek – wykonanie stożka z bristolu, oklejanie go od dołu przyciętymi gałązkami, malowanie zieloną farbą w spray, suszenie, ozdabianie – ćwiczenie sprawności manualnej.
4. Ramka ze świątecznym motywem – odmierzanie, wycinanie z tektury ramki, oklejanie jej mchem oraz świątecznymi elementami własnoręcznie wykonanymi - doskonalenie spostrzegawczości i rozwijanie wyobraźni, ćwiczenie koordynacji wzrokowo – ruchowej.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Pieczenie świątecznych pierników.
2. Przygotowywanie pierogów z kapustą i grzybami.
3. Pieczenie tradycyjnych ciast świątecznych – makowce, serniki, placki z piernikami
4. Przygotowanie dwunastu dań na wigilijny stół – zapoznanie z tradycyjnymi potrawami - karp, pierogi z kapusta i grzybami, kluski z makiem, kompot z suszu.

III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA

1. „Świece” – wykonanie kolorowych świec na stół wigilijny.
2. Techniki mieszane: „Choinki”- przygotowanie stożków, oklejanie szarym papierem, kawą, szyszkami, zbożem.
3. Tworzenie figur – konstrukcje „Mikołaj”, oklejanie wełną, szarym kręconym papierem, zdobienie.
4. Pogadanka na temat przeżywania świąt Bożego Narodzenia – wykonanie torebek na prezenty, kartek okolicznościowych.

IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Kartka bożonarodzeniowa z aplikacją – skrojenie elementów aplikacji, naszytie, ozdobienie brokatem i sizalem.
2. Bałwanek na hulajnodze - skrojenie poszczególnych elementów, zeszytie, połączenie, wykonanie hulajnogi ze sklejki, zamocowanie na niej bałwanka.
3. Bożonarodzeniowa ikebana – uszytie miniaturowych skrzatów z filcu, ozdobienie nimi brzoźowego konaru, udekorowanie chrobotkiem i brokatem.
4. Choinka z futerka – skrojenie przy pomocy nożyka do tapet, zeszytie boków, wypełnienie watoliną, zamocowanie na brzoźowym pieńku.

V. PRACOWNIA STOLARSKO - OGRODNICZA

1. Gwiazda betlejemska- wyrzynanie ze sklejki różnej wielkości gwiazd, wygładzanie krawędzi, malowanie , nawiercanie otworków – dbałość o tradycję, kreowanie świątecznej aury.
2. Stroiki świąteczne – doskonalenie umiejętności układania kompozycji, obróbka ręczna, podnoszenie umiejętności stolarskich.

3. Renifery i bałwany – wycinanie reniferów wg szablonu, wygładzanie, malowanie ozdabianie czerwonym nosem i kokardką.
4. Drewniane choinki – odmierzanie litewek, frezowanie rowków, łączenie dwóch elementów za pomocą wiertarko-wkrętarki, przyklejanie drewnianych ozdób, lakierowanie – praca z frezarką, przypomnienie zasad obsługiwaną sprzętu.

VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Utrwalanie pracy z programem Word – pisanie wierszy ulubionego autora.
2. Obróbka zdjęć – kontrast, jasność, redukcja efektu czerwonych oczu.
3. Tworzenie wydruków zimowych w programie Power Point.
4. Zapisywanie życzeń i wierszy świątecznych na dysku zewnętrznym – pendrive.

VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE

1. Rozwijanie małej motoryki – malowanie ręką dużych powierzchni.
2. Kształtowanie i pobudzanie analizatora słuchowego – ćwiczenia z nagraniami muzycznymi różnych odgłosów zwierząt.
3. Rozwijanie motoryki dużej - ćwiczenia tułowia, skłony, skręty w różnych kierunkach.
4. Usprawnianie percepcji słuchowej poprzez rozróżnianie dźwięków z najbliższego otoczenia: darcie i zgniatanie papieru, potrząsanie kluczami, itp.

VIII. INTEGRACJA

1. Wyjazd do Poznania na Jarmark Bożonarodzeniowy.
2. Mikołajki – ubieranie choinek w pracowniach.
3. Spotkanie wigilijne wraz z zaproszonymi gośćmi.

IX. ZAJĘCIA DODATKOWE

1. Zajęcia teatralne: Jasełka - przedstawienie przygotowanej inscenizacji.
2. Zajęcia umuzykalniające: zapoznanie się z nowymi piosenkami bożonarodzeniowymi.
3. Zajęcia na lodowisku: doskonalenie umiejętności jazdy na łyżwach.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: wykonywanie makijaży i stylizacji fryzur z rozróżnieniem na świąteczne i sylwestrowe.
5. Zajęcia relaksacyjne: Relaks poprzez ćwiczenia rozluźniające.
6. Zajęcia z psychologiem: Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z negatywnymi emocjami (złość, agresja). Rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).
7. Zajęcia rehabilitacyjne: Ćwiczenia rozluźniające w rytm muzyki tanecznej, ćwiczenia z elementami metody Bobath, ćwiczenia na ławce gimnastycznej, ćwiczenia na przyrządach gimnastycznych – bieżnia, orbitrek, rower stacjonarny, atlas, zumba do muzyki świątecznej, doskonalenie gry w kręgle, metodyka skoku w dal oraz rzutu piłką lekarską.

Sporządzone:

Kierownik
Środowiskowego Domu Samopomocy
Na Skupie
Dorota Szykówna

STAROSTA

Dionizy Jaśniewicz