

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „JUTRZENKA”  
W PIETRZYKOWIE NA ROK 2022**

**STYCZEŃ**

**I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Przypomnienie zasad obowiązujących w pracowni podczas zajęć oraz przyjętych reguł bezpiecznego i prawidłowego korzystania ze sprzętu.
2. Dokonywanie zmian, wprowadzanie aktualności na stronie internetowej ośrodka.
3. Rozwijanie zaradności w pracy z komputerem, przyswajanie nazw i oznaczeń komputerowych.
4. Gry i zabawy edukacyjne dostępne na stronie internetowej eduzabawy.
5. Wyświetlanie filmów za pomocą projektora.

**II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Wdrażanie zasad higieny osobistej poprzez wyrabianie nawyku częstego mycia oraz dezynfekcji rąk przed przystąpieniem do zajęć w pracowni, przed posiłkami, a także po wyjściu z toalety.
2. Pieczenie różnego rodzaju ciasteczek - podtrzymanie umiejętności obsługi piekarnika elektrycznego oraz odmierzania produktów sypkich. Zapoznanie z nowymi przepisami kulinarnymi.
3. Planowanie posiłków, układanie jadłospisów, tworzenie listy najpotrzebniejszych zakupów spożywczych - zwiększenie wiedzy kulinarnej, a także utrwalenie zasad zdrowego odżywiania i doskonalenie umiejętności gospodarowania środkami finansowymi.
4. Savoir - vivre – przypomnienie zasad prawidłowego zachowywania się przy stole – zwiększenie wiedzy dotyczącej estetycznego nakrywania do stołu oraz dekorowania potraw.
5. Zapoznanie z poszczególnymi gatunkami mięs – rozwijanie umiejętności smażenia, gotowania, duszenia oraz pieczenia na różne sposoby ( naczynie żaroodporne, rękaw do pieczenia itp.).

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Wykonanie drewnianych pojemników na butelki. Nauka prawidłowego odczytywania projektu i wdrażania go w realizację.
2. Wprowadzenie techniki łączenia drewnianych elementów przy pomocy wkrętarki i wkrętów do drewna.
3. Wykonanie półek na książki. Nabycie umiejętności dokładnej obróbki drewna oraz łączenia poszczególnych elementów poprzez zastosowanie gwoździków.
4. Nabycie umiejętności dopasowywania nożyków do rodzaju ciętego drewna oraz ich wymiany w wyrzynarce.
5. Nabywanie umiejętności posługiwania się pilnikiem oraz papierem ściernym podczas wykonywania ozdób ze sklejki.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Projektowanie i tworzenie dekoracji. Wykonywanie kompozycji ściennych - wykorzystanie techniki papieroplastyki przestrzennej.
2. Słuchanie muzyki, bajek, śpiewanie i granie na instrumentach - muzykoterapia.
3. Tworzenie zabawek sensorycznych z dostępnych artykułów spożywczych - wykorzystanie techniki łączenia materiałów.
4. Wykonywanie wieszaków na donice - doskonalenie techniki wiązania makramy.
5. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.
6. Malowanie obrazów o akcentach zimowych - wykorzystywanie różnych technik plastycznych (malowanie pastą do zębów, farbami, kredkami świecowymi).

### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Odpowiedni dobór metod i form prowadzenia zajęć indywidualnych dostosowanych do potrzeb uczestników.
2. Ćwiczenia bierne, czynno - bierne, wspomagane, ogólnorozwojowe, dynamiczno - rozciągające, czynne z oporem.
3. Zorganizowanie pomiędzy uczestnikami rozgrywek w unihokeja.

4. Gimnastyka korekcyjna - korekcja wad postawy, poprawa koordynacji ruchowej.
5. Gry zespołowe na sali gimnastycznej - piłka siatkowa, unihokej.
6. Prowadzenie zajęć muzyczno-ruchowych.
7. Trening higieniczny - nauka samodzielności i dokładności w czynnościach życia codziennego.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).
2. Psychoedukacja w zakresie higieny życia codziennego.

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening higieniczny - rozmowa na temat dbania o swój wygląd oraz higienę osobistą.
2. Gry planszowe oraz zabawy w grupie (kalambury, karaoke, piłkarzyki, boccie).
3. Formy aktywności fizycznej w okresie zimowym - omówienie znanych form.
4. Domowe sposoby radzenia sobie z przeziębieniami - pogadanki.
5. Wspominamy naszych dziadków - jakie cechy po nich odziedziczyliśmy.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Zorganizowanie zabawy karnawałowej dla uczestników naszej placówki.
2. Wyjazd do kina - poszerzenie wiedzy na temat cech poszczególnych gatunków filmowych.
3. Wyjazd do grotty solnej - korzystnie z inhalacji.
4. Spotkanie z proboszczem tutejszej parafii podczas Kolędy.

## LUTY

### I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Zapoznanie z zasadami zgodnego z prawem wykorzystywania komputera (licencja, prawa autorskie, piractwo komputerowe).
2. Omówienia praktycznego zastosowania komputera w życiu codziennym.
3. Wykonywanie Walentynek (projekt, wykonanie).
4. Omówienie podstawowych składowych komputera i ich prawidłowego połączenia.
5. Dokonywanie zmian, aktualności na stronie internetowej.

### II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Gotowanie zup jarzynowo - mięsnych - doskonalenie umiejętności obróbki, mycia oraz krojenia warzyw w kostkę. Rozwijanie wzajemnej współpracy i pomocy.
2. Pieczenie tortu z okazji Walentynek - nauka pieczenia blatu bezowego. Podtrzymanie umiejętności korzystania z nowych przepisów kulinarnych oraz obsługi miksera ręcznego.
3. Dbanie o czystość i porządek w pracowni - zapoznanie z asortymentem i zasadami stosowania odpowiednich środków czystości.
4. Pieczenie pączków z okazji Tłustego Czwartku - podtrzymanie umiejętności smażenia na głębokim tłuszczu oraz nadziewania konfiturą. Zwiększenie wiedzy w zakresie technik i organizacji pracy podczas wypieków.
5. Wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej (tj. fartucha, czepka, rękawic) podczas wykonywania czynności kulinarnych w pracowni – zwrócenie uwagi na estetykę i czystość odzieży własnej.

### III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonanie budek lęgowych dla ptaków. Zastosowanie techniki cięcia desek pod kątem prostym przy pomocy piły ukosowej.
2. Wprowadzenie techniki obróbki drewna polegającej na wyrównywaniu powierzchni desek przy pomocy struga elektrycznego.

3. Tworzenie flamingów ze sklejki. Nabywanie umiejętności posługiwania się ręczną wyrzynarką do drewna.
4. Tworzenie ozdób wielkanocnych - nabycie umiejętności cięcia sklejki przy pomocy wyrzynarki włosowej - wycinanie kurczaków ze sklejki.
5. Nauka estetycznego dekorowania ozdób wielkanocnych poprzez malowanie i naklejanie gotowych elementów.

#### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Malowanie elementów porcelany ( butelki, doniczki, filiżanki) - zastosowanie techniki malarstwa na porcelanie.
2. Wykonywanie prac plastycznych o tematyce walentynkowej - wykorzystanie technik rysowania pastelami.
3. Szycie przytulank ze skrawków tkanin - doskonalenie techniki odwzorowywania, krojenia, szycia ręcznego.
4. Zdobienie przytulank - doskonalenie techniki ręcznego przyszywania drobnych elementów zdobiących (guziki, kokardki i inne aplikacje).
5. Nauka kaligrafii - rozwijanie starannego i estetycznego pisma, wzbogaconego artystycznie.
6. Wykonywanie kartek okolicznościowych na walentynki - doskonalenie techniki cięcia i zaginania papieru, wykorzystanie techniki kaligrafii.
7. Wykonywanie witraży z bibuły - doskonalenie techniki odwzorowywania, dokładności i estetyki wykonywanych zadań.

#### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Zapoznanie się z zasadami BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Kształtowanie umiejętności współdziałania w grupie poprzez gry zespołowe.
3. Zajęcia indywidualne dostosowane do potrzeb uczestników.
4. Ćwiczenia w ugięciu - z oporem, w zestawie bloczkowo ciężarkowym.
5. Kształtowanie cech motorycznych - zwinność, gibkość, szybkość.
6. Poprawa stabilności i mobilności w siadzie i staniu.
7. Zajęcia taneczno - ruchowe.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Zajęcia rozwijające koordynację wzrokowo - ruchową.
2. „Wally” - rozmowy o tym, co w życiu ważne.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Ruch to zdrowie - gimnastyki poranna.
2. Trening ekonomiczny - doskonalenie umiejętności gospodarowania własnymi środkami finansowymi.
3. Święto zakochanych - czy mamy swoją drugą połowę?
4. Czas karnawału, przeglądanie najciekawszych kreacji.
5. Skoki narciarskie - czy interesujemy się tym sportem i komu kibicujemy.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Zorganizowanie Walentynek - zabawa, konkursy.
2. Wspólne pieczenie pączków z okazji Tłustego Czwartku.
3. Wyjazd na kręgielnie - rozwijanie umiejętności gry i propagowanie „zdrowej” rywalizacji.

## **MARZEC**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Praca na edytorze grafiki - dobór narzędzi i kolorów z paska narzędziowego - wykonywanie pisanek wielkanocnych.
2. Omówienie przydatności urządzeń zewnętrznych zestawu komputerowego (drukarka, skaner).
3. Zapoznanie z podstawowym słownictwem związanym z pracą na komputerze w szczególności osób nowych w ośrodku.

4. Wykonywanie kartek wielkanocnych: opracowanie wzoru, wykonanie, drukowanie, zaginanie.
5. Wykonywanie ozdób wielkanocnych z wykorzystaniem komputera oraz Internetu.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Pieczenie drożdżówek z budyniem, kruszonką oraz konfiturą - rozwijanie umiejętności korzystania z książki kucharskiej. Przypomnienie zasad obsługi piekarnika elektrycznego ze szczególnym zwróceniem uwagi na dobór odpowiedniej temperatury pieczenia.
2. Wykonywanie surówek z kapusty kiszonej, modrej, pekińskiej oraz zwykłej - doskonalenie umiejętności krojenia nożem oraz szatkowania przy użyciu hebelka. Nauka łączenia poszczególnych składników - dobór odpowiedniego sosu.
3. Wypracowanie poczucia obowiązku, dokładności i systematyczności poprzez sprzątanie, wycieranie oraz dezynfekcję stołów po spożytych posiłkach - doskonalenie umiejętności praktycznych.
4. Przyrządzanie potraw z wykorzystaniem kaszy oraz ryżu - zwiększenie samodzielności podczas przygotowywania prostych dań oraz rozwijanie zainteresowań kulinarnych.
5. Wykonywanie dekoracji na stoły z okazji Dnia Kobiet - rozwijanie inwencji twórczej. Nauka dekorowania potraw oraz przypomnienie zasad estetycznego podawania posiłków.

## **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Wykonanie stelaża do marzanny z listwy. Zastosowanie techniki rozcinania drewna przy pomocy piły stołowej.
2. Tworzenie ozdób wielkanocnych - doskonalenie umiejętności wycinania elementów ze sklejki oraz usuwanie ubytków w drewnie poprzez nakładanie masy wypełniającej.
3. Tworzenie ozdób w postaci słoni na podstawie. Nabywanie umiejętności wykonywania cięć wyrzynarką ręczną po przygotowanym wzorze.
4. Doskonalenie umiejętności posługiwania się szlifierką mimośrodową podczas tworzenia podstawek do słoni.

5. Nauka klejenia drewna. Wprowadzenie techniki klejenia wikolem, butaprenem, klejem na gorąco.

#### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie kartek okolicznościowych na Wielkanoc - wykorzystanie techniki cięcia, zaginania, zdobienia metodą Scrapbooking.
2. Wyplatanie koszyków z wikliny papierowej - doskonalenie techniki wyplatania, rozwijanie motoryki małej.
3. Zdobienie koszyków techniką decoupage - doskonalenie techniki precyzyjnego wycinania serwetek, klejenia oraz lakierowania.
4. Wykonywanie pisanki na wypełnieniu plastikowym, akrylowym - wykorzystanie techniki szydełkowania.
5. Wykonywanie kwiatów z butelek plastikowych - zastosowanie techniki wycinania nożykiem introligatorskim, przypalania, łączenia klejem na gorąco.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

#### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Przypomnienie zasad BHP poprzez pogadankę.
2. Zajęcia indywidualne prowadzone z jedną osobą tego wymagającą.
3. Zorganizowanie pomiędzy uczestnikami rozgrywek w ping-ponga na terenie placówki.
4. Nauka prawidłowego chodu, wyrabianie odruchu prawidłowego ustawiania stóp podczas chodzenia.
5. Ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się - wyrabianie właściwego stereotypu chodu, poprawa równowagi i koordynacji ruchów.
6. Ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem sprzętu treningowego.
7. Trening higieniczny – utrzymywanie prawidłowej higieny osobistej.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Trening uważności i ćwiczenia relaksacyjne.
2. Zajęcia rozwijające koordynację wzrokowo - ruchową.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening umiejętności praktycznych - nauka wiązania butów, zapinania i przyszywania guzików.
2. Mity i fakty o kobietach - jakie naprawdę są kobiety?
3. Czy jesteśmy za zniesieniem zmiany czasu z zimowego na letni?
4. Planowanie wiosennych porządków w domu i ogrodzie.
5. Tworzenie humorystycznych scenek związanych z naszymi cechami charakteru. Czy potrafimy śmiać się z samego siebie?

## **VIII. INTERGRACJA**

1. Wspólne przygotowanie marzanny - udział w obchodach pierwszego dnia wiosny.
2. Organizowanie krótkich pieszych wycieczek - szukanie pierwszych oznak wiosny.
3. Zorganizowanie rozgrywek w unihokeja dla uczestników placówki.
4. Zorganizowanie Dnia Kobiet - słodki poczęstunek, konkursy, część artystyczna.

## **KWIECIEŃ**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Doskonalenie umiejętności dostosowywania preferencji drukowania do jakości, grubości, struktury papieru.
2. Zaprojektowanie i wykonanie podkładów pod babeczki wielkanocne z logo ŚDS (wykonywanie grafiki i drukowanie jej na podkładach).
3. Wysyłanie wiadomości e - mail z załącznikami.

4. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa, jakie należy przestrzegać podczas zajęć w pracowni komputerowej.
5. Doskonalenie umiejętności korzystania z poczty elektronicznej.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Gotowanie zup warzywnych takich jak: ogórkowa, kalafiorowa, buraczkowa, fasolowa - doskonalenie umiejętności posługiwania się prostymi narzędziami kuchennymi (nożyk, tarka do warzyw, obieraczka). Nauka doboru odpowiednich przypraw do gotowanych zup.
2. Prowadzenie zeszytu kulinarnego - zachęcanie do systematycznego uzupełniania nowymi przepisami. Rozwijanie zainteresowań kulinarnych.
3. Pieczenie serników oraz bab wielkanocnych - doskonalenie umiejętności obsługi miksera ręcznego oraz dekorowania wypieków kolorowymi pisakami.
4. Przyrządzanie świątecznych potraw - żurek z białą kiełbaską, sałatka jarzynowa, ćwikła z chrzanem, pasztet, jajka faszerowane. Kultywowanie tradycji wielkanocnych oraz podtrzymanie umiejętności mielenia, krojenia oraz rozdrabniania poszczególnych składników.
5. Korzystanie ze sprzętów gospodarstwa domowego takich jak: piekarnik elektryczny, robot kuchenny, mikrofalówka, mikser ręczny, maszynka do mielenia, toster oraz czajnik elektryczny - rozwijanie umiejętności bezpiecznej obsługi urządzeń.

## **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Wykonywanie ozdób wielkanocnych w postaci zajaczków i jajek - doskonalenie techniki cięcia przy pomocy wyrzynarki elektrycznej.
2. Konserwacja mebli ogrodowych. Przygotowywanie stołów i ławek do sezonu letniego poprzez dokręcanie śrub i wkrętów.
3. Wykonanie skrzynek narzędziowych. Wprowadzenie techniki cięcia drewna wykorzystując ręczną pilarkę tarczową.
4. Wykonywanie zabawek z drewna w postaci traktorów. Wprowadzenie techniki cięcia pod kątem 30°, 45° i 60° przy pomocy piły ukosowej.

5. Praca z wiertarką. Nauka prawidłowego wykonywania otworów elementów przeznaczonych na koła traktora.
6. Zajęcia z młotowiertarką. Wykonywanie otworów w ścianie wiertarką wyposażoną w system udarowy.

#### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie pracy plastycznej z zastosowaniem techniki quiling.
2. Wykonywanie pisanek wielkanocnych - wyklejanie cienkimi rurkami z bibuły wdrażanie własnych pomysłów.
3. Wykonywanie stroików wielkanocnych w szkle - doskonalenie techniki łączenia elementów naturalnych, zdobnictwa ręcznego.
4. Szycie poduszek z tkanin - poznawanie techniki pikowania patchwork.
5. Wykonywanie ozdób z filcu - wykorzystanie techniki filcowania na sucho i na mokro.
6. Szycie ozdób z tkanin - doskonalenie techniki szycia maszynowego i ręcznego.
7. Tworzenie piasku kinetycznego - rozwijanie motoryki małej, zabawy sensoryczne.

#### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Zajęcia na sali gimnastycznej - utrwalanie umiejętności zasad gier zespołowych.
2. Prowadzenie zajęć muzyczno - ruchowych poprzez taniec.
3. Poprawa motoryki małej - poprawa sprawności dłoni i palców.
4. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
5. Dbłość o ogólną sprawność ruchową poprzez usprawnianie motoryczne, zwiększanie zakresu ruchu w stawach oraz redukcja napięć mięśniowych.
6. Prowadzenie różnych form aktywności ruchowej na świeżym powietrzu.
7. Ćwiczenia bierne, czynno - bierne, wspomagane, ćwiczenia w ugulu w odciążeniu.

#### **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Bliskość, intymność, seksualność - zajęcia dotyczące relacji romantycznych.

2. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - jakiego gatunku filmy preferujemy.
2. Zorganizowanie seansu filmowego.
3. Jakie znamy zwyczaje, tradycje wielkanocne?
4. Pogadanka na temat zdrowego odżywiania, tworzenie piramidy zdrowego żywienia.
5. Korzystanie z konsoli X - box.
6. Dzień Ziemi - jak dbamy o czystość naszej planety.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Uczestniczenie w rekolekcjach wielkopostnych.
2. Tworzenie plakatu promującego postawę proekologiczną dla Naszej Planety.
3. Wyjazd na Misterium Męki Pańskiej do Łądu.

## **MAJ**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Korzystanie z przeglądarki Google - wyszukiwanie informacji, grafiki, wideo.
2. Wykonanie prezentacji multimedialnej w programie Power Point.
3. Praktyczne używanie edytora tekstu - pisanie prostych tekstów oraz ich edytowanie.
4. Korzystanie z Internetu w celach rozrywkowych - wyszukiwanie treści na kanale YouTube.
5. Rozwijane zainteresowania książkami w postaci e - book, audiobook.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Zapoznanie z poszczególnymi gatunkami mięs - poznanie nowych technik gotowania, smażenia, duszenia oraz pieczenia.

2. Przyrządzanie pierogów na słodko i słono - kształtowanie umiejętności wykrawania, lepienia i faszerowania pierogów. Nauka mrożenia przygotowanych potraw.
3. Przygotowywanie słodkich poczęstunków - ciast bez pieczenia oraz deserów z wykorzystaniem dostępnych produktów - podtrzymanie umiejętności dekorowania. Nauka prawidłowego odmierzania poszczególnych składników.
4. Tworzenie bukietów z różnych kwiatów - nauka doboru odpowiednich wazonów. Poznanie technik suszenia kwiatów.
5. Wyrabianie nawyku dbałości o porządek w pracowni gospodarstwa domowego, utrzymanie w czystości sprzętów AGD oraz przyborów kuchennych - doskonalenie umiejętności doboru odpowiednich środków czystości.

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Tworzenie puzzli ze sklejki. Nabycie umiejętności wykonywania precyzyjnych cięć przy pomocy wyrzynarki włosowej.
2. Konserwacja altany - wprowadzenie techniki konserwacji drewna poprzez pokrywanie jej impregnatem.
3. Wykonanie donic na krzewy. Nabycie umiejętności tworzenia projektu donic, odczytywania projektu i pracy w oparciu o niego.
4. Doskonalenie umiejętności cięcia pod kątem 90°, oraz 45°. Przygotowywanie elementów na donice.
5. Doskonalenie umiejętności łączenia poszczególnych elementów donicy przy pomocy drewnowkrętów i wkrętarki.
6. Konserwacja donic poprzez nanoszenie na nie warstw impregnatu do drewna oraz lakierobejcy.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie plakatów promujących zdrowy tryb życia - doskonalenia techniki tworzenia prac z wydzieranek z kolorowych czasopism - kolage.
2. Wspólne wyjścia na spacer - zbieranie kwiatów polnych, tworzenie kompozycji kulistych i stożkowych.

3. Wykonywanie tulipanów z materiału - doskonalenia techniki odwzorowywania, cięcia łączenia i szycia elementów.
4. Wyrabianie naturalnych mydeł - doskonalenie techniki łączenia i wykorzystania naturalnych surowców: mleko kozie, węgiel aktywny, воск pszczeli, susz kwiatowy, itp.
5. Szycie maskotek dziecięcych z bawełny - utrwalanie techniki szycia maszynowego, nauka możliwości wykorzystania łączenia różnych materiałów, dobór kolorów, projektowanie wzorów.
6. Czytanie i redagowanie czasopism, wybranych fragmentów książek - doskonalenie techniki głośnego czytania.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

## **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Kinezyterapia niedowładów i porażień połowicznych.
2. Odpowiedni dobór metod i form prowadzenia zajęć indywidualnych dostosowanych do potrzeb uczestników.
3. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych poprzez pogadankę.
4. Gry i zabawy zespołowe na świeżym powietrzu.
5. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.
6. Poprawa stabilności i mobilności w siadzie i staniu - ćwiczenia przy drabinkach.
7. Gimnastyka korekcyjna w grupie - korygowanie istniejących wad postawy.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Gry i zabawy integracyjne, pogłębianie relacji między uczestnikami.
2. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening higieniczny - wyrabianie nawyku systematycznego mycia zębów oraz umawiania się na wizyty do stomatologa.
2. Poznajemy nasze znaki zodiaku - co mówią o naszej osobowości?
3. Korzystanie z gier planszowych: chińczyk, warcaby, scrable.
4. Dzień Matki - jaką rolę w naszym życiu i rodzinie odgrywa Mama?

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjazd do kina „Trójka” we Wrześni
2. Współorganizowanie apelu z okazji Święta Konstytucji 3 Maja.
3. Zorganizowanie pikniku integracyjnego z okazji Dnia Matki.
4. Zorganizowanie rajdu rowerowego wytyczonym szlakiem rowerowym.

## **CZERWIEC**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Nabywanie nowych umiejętności w pracy w programem Microsoft Word - tworzenie i wypełnianie tabeli.
2. Wykorzystywanie muzykoterapii w celu wpływania na nastrój, samopoczucie i spokój.
3. Praca z programem Word - łączenie grafiki z tekstem.
4. Zakładanie kont w sklepach internetowych w celu umożliwienia dokonywania zakupów, zwrócenie uwagi na konsekwencje podawania swoich danych osobowych.
5. Doskonalenie umiejętności laminowania dokumentów o różnych wielkościach i grubościach.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Omówienie i przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć w pracowni.
2. Gotowanie zup z wykorzystaniem dostępnych warzyw sezonowych - zwiększenie samodzielności podczas czynności kulinarnych. Przypomnienie zasad racjonalnego odżywiania z uwzględnieniem warzyw w diecie.

3. Grillowanie warzyw na grillu elektrycznym - nabywanie umiejętności obsługi nowego grilla. Poznanie sposobu odpowiedniego przygotowania warzyw do grillowania.
4. Wykonywanie dżemów z dostępnych owoców sezonowych - rozwijanie umiejętności przygotowywania owoców do obróbki termicznej.
5. Gotowanie kompotów z dostępnych owoców sezonowych - doskonalenie umiejętności łączenia poszczególnych smaków.

### **III. PRACOWANIA STOLARSKA**

1. Odnawianie mebli ogrodowych. Usuwanie starej warstwy farby przy pomocy szlifierki oscylacyjnej.
2. Malowanie mebli ogrodowych wykorzystując technikę nanoszenie farby przy pomocy wałeczka.
3. Tworzenie koralików z drewna. Wykonanie otworów w drewnie o niewielkiej średnicy oraz naciąganie ich na sznurek.
4. Wykonywanie naszyjników z drewna sumaka, akacji oraz śliwy. Zastosowanie techniki korowania drewna przy pomocy noża.
5. Wprowadzenie techniki wykańczania naszyjników i ozdób z drewna poprzez lakierowanie i bejcowanie.
6. Wykonywanie wózków ze sklejki. Zastosowanie techniki cięcia drewna piłą tarczową. Nauka łączenia drewna gwoździkami, klejem i drewnowkrętami.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Zajęcia z elementami sensoplastyki - wykorzystanie piasku kinetycznego.
2. Przycinanie lawendy z uwzględnieniem techniki cięcia krzewów.
3. Dbanie o rośliny na terenie placówki, wykonywanie drobnych prac porządkowych.
4. Wykonywanie kartek okolicznościowych - doskonalenie technik zaginania, załamywania, cięcia papieru.
5. Malowanie ilustracji - doskonalenie technik malowania krajobrazów farbami olejnymi - uwrażliwienie na piękno otaczającego świata, wyostrenie zmysłu obserwacji.
6. Modelowanie zwierząt z plasteliny i modeliny - doskonalenie techniki modelowania w masach plastycznych, wdrażania własnych pomysłów.

7. Wykonywanie ozdobnych pudełek z tektury - doskonalenie techniki odmierzania, cięcia nożykiem introligatorskim, wykładania i wyklejania tkaniną.

## **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Trening higieniczny - przypominanie oraz trenowanie umiejętności utrzymania czystości włosów, paznokci, jamy ustnej, ubioru oraz bielizny.
2. Zapobieganie przykurczom mięśniowym i deformacją stawowym.
3. Ćwiczenia przy wykorzystaniu sprzętu rehabilitacyjnego - rotor kończyn górnych i dolnych, rower treningowy, ergometr.
4. Zajęcia usprawniające na świeżym powietrzu - gry i zabawy ruchowe, bieganie, spacer.
5. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
6. Ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się, nauka siadu i stania, pionizacja.
7. Prowadzenie zajęć muzyczno - ruchowych poprzez taniec.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Ocena realizacji indywidualnych planów wspierająco - aktywizujących.
2. Trening umiejętności społecznych.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Zapoznanie się z mapą geograficzną świata.
2. Trening radzenia sobie ze stresem. Nauka organizacji czasu wolnego, który pozwoli nam na relaks.
3. Pogadanka na temat skutków nadużywania nikotyny oraz narkotyków.
4. Jakie formy aktywności pomogą nam zrzucić zbędne kilogramy?

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Rozgrywki szachowe na świeżym powietrzu (plansza terenowa).
2. Piesza wycieczka na Białe Góry - gra w piłkę plażową, ringo.
3. Zorganizowanie pikniku nad Wartą, rejs katamaranem.
4. Zorganizowanie wycieczki do ZOO w Poznaniu.

## **LIPIEC**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Zapoznanie z metodami wyszukiwania informacji na dany temat w Internecie.
2. Praca na edytorze grafiki - wykorzystanie gotowych elementów tj. koła, elipsy, okręgu, prostokąta).
3. Tworzenie plakatów, wizytówek w programie Microsoft Word.
4. Wykorzystanie edukacyjnych stron internetowych w celu wzbogacania doświadczeń zmysłowych w zakresie percepcji wzrokowej - wyświetlanie odpowiednich obrazów.
5. Doskonalenie umiejętności pracy z tłumaczem dostępnym w sieci.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Grillowanie szaszłyków warzywnych oraz mięsnych na grillu - nabywanie umiejętności nadziewania szaszłyków na specjalne patyczki. Nauka przyrządzania odpowiedniej marynaty.
2. Gotowanie zup owocowych - rozwijanie umiejętności oddzielania pestek, a także doboru odpowiednich składników.
3. Wykonywanie przetworów z owoców i warzyw (kompoty, przeciery, powidła) – kształtowanie umiejętności przetwarzania owoców i warzyw.
4. Kiszenie ogórków - zachęcanie do wykonywania zapraw na zimę oraz doskonalenie umiejętności kiszenia.
5. Poznanie nowych przepisów na szybkie dania obiadowe - rozwijanie zainteresowań kulinarnych poprzez podejmowanie samodzielnych prób przyrządzania potraw.

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Nabycie umiejętności prawidłowego sposobu posługiwania się kluczami oczkowymi, nasadowymi i imbusowymi.
2. Wykonanie drewnianych huštawek. Zastosowanie techniki wykonywania otworów w drewnie przy pomocy wiertarki i otwornicy.
3. Zajęcia z wiertarką. Doskonalenie umiejętności mocowania wiertel w uchwycie wiertarki oraz wykonywanie nawierceń.
4. Tworzenie mozaiki na drewnie z drewnowkrętów. Wprowadzenie techniki umieszczania wkrętów w drewnie tak, ażeby powstała mozaika.
5. Nauka posługiwania się kątomierzem nastawnym - zastosowanie metody odczytywania kątów oraz zaznaczania wskazanych wartości kątowych na drewnie.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wszywanie wzorów na tkaninie - doskonalenie techniki wyszywania ścięciem krzyżkowym.
2. Szycie woreczków zapachowych do lawendy - doskonalenie techniki szycia maszynowego ścięciem prostym.
3. Ozdabianie woreczków lawendowych - doszywanie ozdobnych wstążek, wyszywanie drobnych elementów.
4. Wykonywanie wieszaków do kwiatów - zastosowanie techniki wyplatania makramy.
5. Wspólne wyjścia na spacer - wyplatanie wianków, poznawanie mocy ziół i uroku polnych kwiatów.
6. Wykonywanie biżuterii ze sznurka woskowanego - nauka wyplatania, łączenia koralików, wiązania węzłów.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Kinezyterapia niedowładów i porażeń połowicznych.

3. Zajęcia na świeżym powietrzu - spacer, zabawy grupowe, jazda rowerem.
4. Rozluźnianie patologicznych napięć mięśniowych oraz zwiększanie zakresu ruchu w stawach.
5. Zorganizowanie dla uczestników rozgrywek w badmintona na świeżym powietrzu.
6. Kształtowanie ruchu poprzez zajęcia taneczne.
7. Kształtowanie prawidłowego chodu o kuli i przy balkoniku.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. „Ja i moje emocje” - nauka identyfikowania i nazywania emocji.
2. Zajęcia rozwijające koordynację - wzrokowo ruchową.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Omawianie bieżących potrzeb i spraw uczestników.
2. Pogadanka na temat bezpiecznego poruszania się po drogach miejskich, przejściach dla pieszych oraz chodnikach.
3. Zasady bezpiecznego wypoczynku nad wodą.
4. Pogadanka na temat chronienia się przed upałami.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjazd nad jezioro do Przybrodzina.
2. Zorganizowanie podchodów na terenie ośrodka.
3. Zorganizowanie rozgrywek sportowych na świeżym powietrzu.
4. Wyjazd do Groty solnej w Czeszewie.

## **SIERPIEŃ**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Nauka dbania o czystość sprzętu komputerowego.
2. Przypomnienie zasad bezpiecznego korzystania ze sklepów internetowych, logowania i wylogowywania się.
3. Praca na edytorze grafiki - operacje na elementach graficznych (wycinanie, kopiowanie, przesuwanie, usuwanie błędów).
4. Doskonalenie umiejętności obsługi bindownicy - łączenie kartek papieru, dostosowywanie odpowiednich grzbietów do ilości stron.
5. Tworzenie animacji, przejść slajdów, efektów specjalnych przy tworzeniu prezentacji multimedialnych.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Zaprawianie buraków na zimę - kształtowanie umiejętności rozdrabniania buraków przy użyciu tarki oraz maszynki elektrycznej. Nauka doboru odpowiednich przypraw do zaprawiania.
2. Przyrządzanie sałatek do grilla z dostępnych warzyw sezonowych - zapoznanie z nowymi przepisami. Nauka doboru odpowiednich proporcji składników.
3. Grillowanie różnego rodzaju mięs, kiełbasek oraz kaszanki - poznanie nowych sposobów grillowania. Doskonalenie umiejętności smażenia na ruszcie.
4. Gotowanie zup warzywnych – rozwijanie umiejętności obróbki warzyw oraz krojenia w kostkę.
5. Pieczenie ciast z owocami - podtrzymanie umiejętności obsługi piekarnika elektrycznego oraz odmierzania składników zgodnie z przepisem.

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Zajęcia z frezarką górnoprzecionową - wykonywanie żłobień i rowków w sklejce metodą frezowania.

2. Wykonywanie zwierzątek z drewna. Doskonalenie umiejętności wycinania, obróbki i malowania drewnianych elementów.
3. Doskonalenie umiejętności ślusarskich. Nauka wymiany zamków w drzwiach.
4. Wykonywanie karmników dla ptaków z palików brzoźowych. Cięcie palików przy pomocy piły ręcznej.
5. Nabycie umiejętności łączenia elementów karmnika przy pomocy młotka i gwoździków.

#### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie łapaczy snów - doskonalenie umiejętności szydełkowania wykorzystanie prostych oczek.
2. Układanie puzzli - doskonalenie umiejętności ćwiczenie cierpliwości, spostrzegawczości, pamięci oraz umiejętności skupienia.
3. Wykonywanie obrazów z wykorzystaniem surowców naturalnych - sznurek, chrobotek - doskonalenie techniki łączenia surowców.
4. Tworzenie figur z masy papierowej - wykorzystanie techniki papieroplastyki przestrzennej.
5. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

#### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Odpowiedni dobór metod i form prowadzenia zajęć indywidualnych dostosowanych do potrzeb uczestników.
2. Gimnastyka korekcyjna - wyrabianie odruchu prawidłowej postawy ciała, zapobieganie płaskostopiu, wzmacnianie osłabionych grup mięśniowych.
3. Prowadzenie zajęć na świeżym powietrzu - bieganie, spacer, gry zespołowe.
4. Gimnastyka relaksacyjna i odprężająca przy muzyce.
5. Wyrównywanie zaburzeń w rozwoju motoryki małej i dużej.
6. Kształtowanie prawidłowego chodu o kuli i przy balkoniku.
7. Ćwiczenia bierne, czynno - bierne, wspomagane, czynne z oporem, ogólnorozwojowe, rozciągające.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. „Moje emocje a inni” - ćwiczenia regulacji napięcia emocjonalnego i wpływu naszych działań na innych ludzi.
2. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening emocjonalny - nauka umiejętności mówienia o swoich uczuciach i emocjach.
2. Pogadanka na temat skutków nadużywania alkoholu.
3. Jaki wpływ mają telefony komórkowe na nasze życie?
4. Gra w bierki, układanie puzzli.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjazd na kręgle.
2. Zorganizowanie zabaw sportowych połączonych z grillem.
3. Wyjazd nad jezioro do Powidza.
4. Wyjazd na wycieczkę na Mazury.

## **WRZESIEŃ**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Dbanie o czystość sprzętu znajdującego się w pracowni komputerowej z wykorzystaniem przeznaczonych do tego środków czystości.
2. Nauka pobierania plików dźwiękowych z Internetu i zapisywania ich na dysku komputera lub nośniku zewnętrznym.
3. Tworzenie i wypełnianie tabel z danymi liczbowymi w programie Microsoft Excel.
4. Praca na edytorze grafiki - wypełnianie obszaru, wstawianie napisów.

5. Korzystanie z poczty internetowej - utrwalanie umiejętności logowania się do poczty internetowej, odczytywania, wysyłania wiadomości tekstowych, dodawania załączników.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Przyrządzanie dwudaniowych obiadów - kształtowanie umiejętności wykonywania trudniejszych czynności kulinarnych takich jak: smażenie na patelni, formowanie mięs (kotletów, pulpetów), przyprawianie potraw oraz przygotowywanie odpowiednich sosów.
2. Korzystanie z książki kucharskiej - nauka umiejętnego wyszukiwania potraw ze spisu treści, odpowiedniego przygotowania produktów do wybranego dania oraz zachowania prawidłowej kolejności wykonywania wybranej potrawy.
3. Gotowanie zup typu - krem - przypomnienie zasad bezpiecznej obsługi blendera. Podtrzymanie umiejętności przyrządzania grzanek.
4. Przetwarzanie grzybów - poznanie nowych przepisów na przyrządzenie potraw z wykorzystaniem grzybów. Nauka suszenia w suszarce, mrożenia oraz wekowania.
5. Przygotowywanie upominków na Dzień Chłopca - kształtowanie umiejętności wykonywania prac manualnych.

## **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Wykonywanie breloczków do kluczy. Wprowadzenie techniki ozdabiania drewna przy pomocy wypalarki oraz metody grawerowania przy pomocy szlifierki Dremel.
2. Zajęcia ze szlifierką kątową. Zastosowanie różnych tarczek, cięcie metalu oraz usuwanie zabrudzeń i rdzy.
3. Nauka posługiwania się wiertarką stołową - wprowadzenie techniki wykonywania otworów na ustaloną głębokość
4. Wykonywanie mozaiki na drewnie wykorzystując technikę wprowadzania wkrętów w wywierconych otworach.
5. Wykonywanie drobnych prac naprawczych na terenie placówki - doskonalenie umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi takimi jak: klucze płaskie, klucze nasadowe, śrubokręty, uchwyty stolarskie.

#### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie kartek z okazji Dnia Chłopca - doskonalenie technik zaginania, załamywania, cięcia papieru, klejenia oraz naklejania.
2. Zbieranie kolorowych liści, wykonywanie kwiatów - utrwalanie techniki zwijania i łączenia przy pomocy drucika florystycznego.
3. Tworzenie ludzików z kasztanów i żołądki - doskonalenie techniki łączenia za pomocą wykałaczek, rozwijanie wyobraźni.
4. Zbieranie grzybów, oddziaływanie pięknem przyrody - terapia przez spacer po lesie - silwoterapia.
5. Wykonywanie dekoracji jesiennej z wykorzystaniem dostępnych materiałów: dynia, liście, kwiaty - rozwijanie wyobraźni oraz myślenia twórczego.
6. Tworzenie ozdób z wykorzystaniem techniki składania papieru origami.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

#### **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych poprzez pogadankę.
2. Ćwiczenia w ugulu z oporem i w odciążeniu.
3. Zapobiegania przykurczom mięśniowym i deformacją stawowym.
4. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
5. Zajęcia na sali gimnastycznej - gra zespołowa w piłkę siatkową oraz unihokeja.
6. Prowadzenie zajęć taneczno-ruchowych w grupie.
7. Gimnastyka korekcyjna - wyrabianie odruchu prawidłowej postawy ciała, zapobieganie płaskostopiu, wzmacnianie osłabionych grup mięśniowych.

#### **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. „Pamiętki z wakacji” - rozmowy o dotychczasowych doświadczeniach i analiza zasobów interpersonalnych.

2. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Trening umiejętności spędzania czasu wolnego - dobór odpowiedniej muzyki do aktualnego samopoczucia emocjonalnego.
2. Przypomnienie regulaminu obowiązującego uczestników w placówce.
3. Zajęcia z atlasem grzybów. Nauka rozpoznawania grzybów jadalnych.
4. Pogadanka o naszych hobby. Co lubimy robić w czasie wolnym.
5. Gra w tenisa stołowego oraz piłkarzyki.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Uczestniczenie w akcji „Sprzątanie Świata” - porządkowanie najbliższej okolicy.
2. Zorganizowanie wycieczki do Wioski Norweskiej.
3. Wyjazd do lasu na grzybobranie.
4. Przygotowanie do wspólnych obchodów Dnia Chłopca - wyjazd do kina oraz pizzerii.

## **PAŹDZIERNIK**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Opracowanie projektu oraz wykonywanie zaproszeń na Bal Marcinkowy.
2. Zapoznanie z pojęciem wirusa komputerowego oraz programu antywirusowego.
3. Gry i zabawy edukacyjne z użyciem komputera.
4. Doskonalenie umiejętności wyszukiwania wskazanych treści za pomocą przeglądarki Google.
5. Włączanie muzyki z głośnika bezprzewodowego JBL przy pomocy Bluetooth.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Planowanie posiłków lekkostrawnych oraz układanie jadłospisów z uwzględnieniem piramidy zdrowego żywienia - zapoznanie z wartościami odżywczymi poszczególnych produktów.
2. Smażenie naleśników - panekjków na słońcu. Poznanie nowego sposobu podawania naleśników. Kształtowanie umiejętności smażenia na patelni.
3. Zaprawianie papryki oraz pomidorów - zachęcanie do wykonywania zapraw na zimę. Nauka przyrządzania odpowiedniej zalewy.
4. Pieczenie ciast drożdżowych - kształtowanie umiejętności wyrabiania ciasta. Nauka doboru odpowiedniej blaszki do pieczenia.
5. Przyrządzanie potraw z wykorzystaniem ziemniaków - zapoznanie z nowymi przepisami. Nauka krojenia na różne sposoby oraz rozdrabniania ziemniaków przy użyciu tarki lub maszynki elektrycznej.

## **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Tworzenie ramek do obrazków. Doskonalenie umiejętności rozcinania listewek przy pomocy piły ukosowej pod kątem 45°.
2. Nauka łączenia elementów ramek do obrazków przy pomocy kleju oraz zszywacza.
3. Doskonalenie umiejętności ozdabiania drewna - malowanie drewna przy wykorzystaniu pędzla oraz areozołu.
4. Wykonywanie szkatulek na biżuterię - doskonalenie umiejętności nanoszenia wymiarów na sklejkę.
5. Składanie elementów szkatułki, doskonalenie umiejętności łączenia drewnianych elementów przy wykorzystaniu gwoździ oraz kleju do drewna.

## **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Tworzenie ozdób z koralików Pyssla - doskonalenie zręczności, ćwiczenie cierpliwości.
2. Nauka wiązania ozdobnych kokardek - rozwijanie motoryki małej.
3. Wykonywanie lampionów z dyni - utrwalanie umiejętności dłutowania.

4. Samodzielne czytanie fragmentów książek i czasopism, rozmowa po przeczytaniu - stosowanie technik biblioterapeutycznych.
5. Odwzorowywanie martwej natury - kształtowanie umiejętności określania cech przedmiotów bliskich i oddalonych w przestrzeni i rejestrowanie ich w pracy plastycznej - wykorzystania techniki rysowania pastelami.
6. Tworzenie wianków z wrzosów, kasztanów - wykorzystanie techniki wiązania, rozwijanie poczucia smaku i estetyki.
7. Zabawy i ćwiczenia usprawniające koordynację wzrokową i ruchową - wykorzystanie gier dostępnych w placówce.

## **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Kinezyterapia ukierunkowana na poprawę dysfunkcji narządu ruchu.
2. Poprawa zręczności manualnej, stabilności i mobilności w siadzie i staniu, doskonalenie chodu o kuli i przy balkoniku.
3. Zapobieganie przykurczom mięśniowym i zwiększanie zakresu ruchu w stawach.
4. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.
5. Gry i zabawy w grupie rozwijające zaburzenia motoryczne.
6. Taniec zumba z elementami choreografii.
7. Gimnastyka grupowa ukierunkowana na poprawę sprawności ruchowej i wzmocnienie osłabionych grup mięśniowych.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Spostrzeganie i pamięć wzrokowa - ćwiczenia funkcji poznawczych.
2. Zajęcia rozwijające koordynację wzrokowo - ruchową.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Czy interesujemy się turystyką i jakie miejsca w Polsce chcielibyśmy zobaczyć?
2. Rozwijanie zainteresowań literackich. Jakie gatunki literackie preferujemy?

3. Czy znamy stolice państw europejskich? Zapoznanie się z mapą Europy.
4. Dzień Wszystkich Świętych - wspominamy naszych bliskich.
5. Gra w karty i państwa - miasta.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjazd do Groty Solnej w Czeszewie.
2. Wyjazd do kina do Wrześni.
3. Zorganizowanie turnieju w siatkówkę.
4. Nauka nowego układu choreograficznego - przygotowanie się do Balu Marcinkowego.
5. Wyjazd do lasu na grzybobranie.

## **LISTOPAD**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Utrwalanie umiejętności zapisywania plików na nośniku zewnętrznym Pendrive.
2. Praca z edytorem tekstu Word - usprawnianie posługiwania się klawiaturą.
3. Doskonalenie umiejętności posługiwania się zaginarką do papieru.
4. Doskonalenie umiejętności obróbki grafiki w programie Photo Scape.
5. Doskonalenie umiejętności tłoczenia papieru za pomocą embissingu.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Przyrządzanie dań z wykorzystaniem różnego rodzaju makaronów - rozwijanie umiejętności gotowania makaronu. Zapoznanie z nowymi przepisami kulinarnymi i zachęcanie do samodzielnego korzystania z nich.
2. Pieczenie rogali Marcińskich - kształtowanie umiejętności zagniatania oraz wałkowania ciasta. Nauka dzielenia ciasta na trójkąty.
3. Trening dekoratorski - poznanie nowych sposobów dekoracji stołów (składanie serwetek, ustawianie zastawy, rozkładanie sztuców, kwiatów, świec i potraw).
4. Przygotowywanie napojów rozgrzewających (herbata z miodem, cytryną, pomarańczą, imbirem oraz goździkami) - propagowanie zdrowego trybu życia i zachęcanie do stosowania w diecie produktów wysokowartościowych.

5. Gotowanie zup podawanych na różne sposoby (z ziemniakami, makaronem, chlebem, grzankami) - nauka odpowiedniego dobierania smaków. Rozwijanie umiejętności zaprawiania zupy śmietaną.

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Zajęcia z wiertarką. Nabywanie umiejętności wykonywania otworów w metalu za pomocą wiertarki stołowej.
2. Tworzenie szopki bożonarodzeniowej ze sklejki. Ćwiczenie umiejętności posługiwania się ręczną wyrzynarką elektryczną.
3. Wykonywanie ozdób o tematyce świątecznej. Doskonalenie umiejętności wycinania elementów świątecznych poprzez zastosowanie wyrzynarki włosowej.
4. Doskonalenie umiejętności wyrównywania powierzchni drewna stosując technikę szlifowania oscylacyjnego.
5. Utrwalenie umiejętności nanoszenia farby na drewniane elementy ozdób bożonarodzeniowych stosując technikę malowania wałkiem.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Kolorowanie kolorowanek antystresowych - wykorzystanie techniki ombre kredkami akwarelowymi.
2. Wykonywanie zaproszeń na Bal Marcinkowy - doskonalenie techniki projektowania, drukowania, cięcia i zaginania papieru.
3. Wykonywanie dekoracji na bal Marcinkowy - utrwalanie umiejętności współpracy i organizacji w grupie.
4. Haftowanie wzorów na płótnie - doskonalenie techniki haftu krzyżkowego.
5. Zajęcia z elementami sensoplastyki - wykorzystanie piasku kinetycznego, suchego makaronu.
6. Wykonywanie portretów - doskonalenie techniki odwzorowywania, szkicu ołówkiem.
7. Wykonywanie dekoracji bożonarodzeniowych - lampionów z filcu - doskonalenie techniki odmierzenia, cięcia, łączenia.

## **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Zorganizowanie na terenie placówki zawodów sportowych: rzut piłką lekarską, rzut do kosza, skok w dal, rzut do celu.
3. Zwiększanie aktywności ruchowej poprzez taniec.
4. Gimnastyka korekcyjna - ćwiczenia równoważno - koordynacyjne na piłkach gimnastycznych, korygowanie wad postawy, wzmacnianie osłabionych mięśni.
5. Zajęcia na sali gimnastycznej - gry zespołowe, gimnastyka ogólnorozwojowa.
6. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
7. Kinezyterapia ukierunkowana na poprawę dysfunkcji narządu ruchu.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Moi bliscy - omówienie relacji rodzinnych i ich wpływu na zachowanie człowieka.
2. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIELICOWE**

1. Czytanie lokalnej prasy. Poszerzanie wiedzy na temat wydarzeń w naszym regionie.
2. Pogadanka na temat uprzejmości w stosunku do drugiego człowieka.
3. Jakie symbole narodowe znamy i co one oznaczają?
4. Trening ekonomiczny - nauka wartości pieniądza oraz nauka nominałów (bilon, banknot).
5. Czy przywiązujemy wagę do wróżb?

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Udział w Artystycznym Widowisku malowania śniegiem, piaskiem, światłem - wyjazd do Gniezna.
2. Wspólne przygotowanie do Balu Marcinkowego organizowanego przez naszą placówkę.

3. Wyjazd na groby zmarłych uczestników.
4. Udział w apelu z okazji Odzyskania Święta Niepodległości.
5. Udział w akcji organizowanej przez Starostwo Powiatowe polegającej na wykonywaniu kotylionów.

## **GRUDZIEŃ**

### **I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Projektowanie i wykonywanie kartek bożonarodzeniowych wykorzystując dotychczas poznane techniki.
2. Wykonywanie kalendarza na 2023 rok - praca w pliku Microsoft Word oraz Microsoft Point.
3. Praca z edytorem tekstu Word - ustawianie układu strony dokumentu (marginesy, kolumny, sekcje).
4. Doskonalenie umiejętności rozmieszczania tekstu, grafiki w programie Microsoft Word.
5. Zapisywanie plików pobranych z Internetu na nośniku zewnętrznym.

### **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Przygotowywanie tradycyjnych potraw świątecznych - rozwijanie umiejętności pracy w grupie oraz wzajemnej pomocy.
2. Pieczenie pierników oraz makowców - podtrzymanie umiejętności odczytywania i rozumienia przepisów kulinarnych. Nauka wykonywania polewy czekoladowej oraz lukru.
3. Wykonywanie kieszonek na sztucze - rozwijanie sprawności manualnych oraz inwencji twórczej. Kształtowanie umiejętności przygotowywania stanowiska pracy i dbania o zachowanie przy nim czystości.
4. Smażenie ryb na głębokim tłuszczu - nabywanie umiejętności filetowania, przyprawiania oraz panierowania fileatów rybnych.
5. Przypomnienie zasad prawidłowego zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków - doskonalenie umiejętności posługiwania się sztucami.

### **III. PRACOWNIA STOLARSKA**

1. Wykonywanie choinek bożonarodzeniowych ze sklejki. Utrwalanie umiejętności wycinania elementów ze sklejki wykorzystując technikę cięcia przy pomocy wyrzynarki elektrycznej.
2. Praca z farbami i lakierami - utrwalanie umiejętności malowania i lakierowania wykonanych ozdób stosując technikę nanoszenia farby przy pomocy wałka, a lakieru przy pomocy pędzelka.
3. Praca z piłą ukosową. Wykonywanie cięć pod kątem 90° elementów przeznaczonych na świeczniki bożonarodzeniowe.
4. Tworzenie podstawek do świeczników bożonarodzeniowych. Zastosowanie techniki wykonywania otworów na świece przy pomocy wiertła łopatkowych.
5. Nabywanie umiejętności cięcia metalu wykorzystując do tego celu ręczną piłę do metalu.

### **IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA**

1. Wykonywanie kartek bożonarodzeniowych - doskonalenie techniki projektowania, drukowania, cięcia przy pomocy gilotyny, odmierzenia, zaginania, wytłaczania i klejenia.
2. Szycie ozdób świątecznych - doskonalenie techniki wykroju oraz szycia maszynowego.
3. Wykonywanie stroików bożonarodzeniowych - wykorzystanie techniki łączenia tworzyw naturalnych.
4. Wykonywanie organizerów na biżuterię - doskonalenie techniki tworzenia szablonów, odmierzenia, odwzorowywania oraz cięcia po śladzie.
5. Przygotowywanie kiermaszu świątecznego z wyrobami powstałymi w naszej placówce.
6. Nauka składania serwetek z flizeliny - wykonanie dekoracji na stół wigilijny.
7. Wykonywanie dzwoneczków bożonarodzeniowych - wykorzystanie techniki odmierzenia i wiązania sznurków.
8. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

## **V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA**

1. Zajęcia indywidualne dostosowane do potrzeb uczestników.
2. Kształtowanie umiejętności współdziałania i współpracy w grupie poprzez gry zespołowe.
3. Taniec zumba z elementami choreografii.
4. Dbłość o ogólną sprawność ruchową, zachęcanie do codziennej gimnastyki.
5. Korekcja wad postawy, zaburzeń statyki ruchu poprzez gimnastykę korekcyjną.
6. Doskonalenie umiejętności samodzielnego poruszania się o kuli i przy balkoniku.
7. Ćwiczenia bierne, czynno - bierne, wspomagane, czynne z oporem, ogólnorozwojowe, rozciągające.

## **VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM**

1. Plany i nadzieje - rozmowy o potrzebach i celach życiowych.
2. Tworzenie indywidualnych planów wspierająco - aktywizujących.
3. Konsultacje i rozmowy z uczestnikami i terapeutami dotyczące spraw bieżących, prowadzenie diagnoz psychologicznych (wg potrzeb).

## **VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE**

1. Sposoby radzenia sobie ze stresem. korzystanie z rysunków Mandala, które pozytywnie wpływają na wyciszenie się i zrelaksowanie.
2. Jakie potrawy wigilijne przygotowujemy w swoich domach?
3. Trening higieniczny - zasady bezpiecznego używania kosmetyków pielęgnacyjnych, środków czystości zgodnie z ich przeznaczeniem.
4. Rozwijanie umiejętności muzycznych - śpiewanie kolęd.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Udział w Koncercie Christmas Time w Kaliszu.
2. Współorganizowanie i udział w Jasełkach.

3. Organizowanie Wigilii w ośrodku.
4. Udział w kiermaszu bożonarodzeniowym.

STAROSTA  
Dionizy Jaśniewicz