

## PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „NA SKARPIE” W GOZDOWIE NA ROK 2023

### STYCZEŃ

#### I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO

1. Karnawałowe maski – wybór maski, odrysowywanie, wycinanie, ozdabianie piórkami, mocowanie gumki – rozwijanie twórczej aktywności.
2. Witraże o tematyce zimowej przy użyciu farb witrażowych – zaznaczanie konturów, dokładne ich wypełnianie – doskonalenie spostrzegawczości i rozwijanie wyobraźni, ćwiczenie koordynacji wzrokowo- ruchowej.
3. Lampiony – oklejanie i ozdabianie słoików wg własnego pomysłu z wykorzystaniem różnorodnych materiałów - rozwijanie zdolności twórczych, pomysłowości.
4. Naszyjnik z papieru – odrysowywanie kółek przy pomocy cyrkla, wycinanie kolorowych kółek, zwijanie ich, sklejanie, nawlekanie na cienki sznurek - rozwijanie umiejętności manualnych.

#### 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. Przygotowanie prostych posiłków- tosty z szynką i serem.
4. Omówienie sposobów parzenia herbaty, a także sposoby jej podawania.

#### III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA

1. Wykonywanie kalendarza na 2023 rok – wybieranie wzoru, projektowanie, nanoszenie ważnych wydarzeń dot. ŚDS „Na Skarpie”, drukowanie, oprawianie.
2. Wspólne wykonanie plakatu, temat: *Ubieraj się ciepło!* mającego na celu ukazanie prawidłowego stroju w czasie zimy.
3. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas obsługi gilotyny introligatorskiej: pogadanka, działania praktyczne.
4. Figury konstrukcyjne- „Bałwanek”: oklejanie balonów, malowanie, mocowanie.

#### IV. PRACOWNIA KRAWIECKA

1. Przypomnienie i utrwalanie zasad obsługi maszyny do szycia i jej konserwacji - na podstawie instrukcji obsługi maszyny.
2. Zawieszka z filcu: domek dla ptaków - przygotowanie szablonu, skrojenie poszczególnych elementów, zszywanie ścięgami fastrygowym, wypełnienie watoliną.
3. Podkładka pod kubek z zimowym motywem - przygotowanie tkanin oraz motywu, skrojenie, naszywanie motywu, zszywanie całości.
4. Kot z wędką: upominek dla dziadka - skrojenie poszczególnych elementów kota, zszywanie, wypełnienie watoliną, zaszywanie, połączenie, zamocowanie wędki z laski cynamonu, zamocowanie rybki z filcu.

#### V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA

1. Powtórzenie regulaminu pracowni i zasad BHP – odczytanie poszczególnych punktów regulaminu, omawianie ich z uczestnikami.
2. Tworzenie mandali z gwoździ i nici – przeplatanie nici między gwoździkami, tworzącymi kształty – praca z młotkiem – ćwiczenie precyzji i dokładności.

3. Wycinanie elementów ze sklejk, malowanie – łączenie płaszczyzn za pomocą wkrętów.
4. Tworzenie karmików dla ptaków – projektowanie konstrukcji, wycinanie części ze sklejk i kołków, łączenie za pomocą wkrętów.

## **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. Obróbka wykonanych zdjęć w plenerze i pomieszczeniu. Edycja kontrastu i jasności.
4. Praca z programem Word – zimowe wiersze. Przepisywanie tekstu.

## **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. Kształtowanie umiejętności komunikowania się z otoczeniem – ćwiczenia poprzez udział w improwizowanych scenkach.
4. Rozwijanie równowagi własnego ciała – ćwiczenia ze skakanką.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Bal karnawałowy na terenie ŚDS.
2. Wyjazd na basen – Słupca.
3. Wyjście do muzeum – Września.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: *Romeo i Julia* – praca nad przedstawieniem walentynkowym.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy rytmiczne – klaskanie, uderzanie ręką o stół, tupanie.
3. Zajęcia aerobik: zabawy i ćwiczenia kształtujące poczucie rytmu.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: domowe SPA krok po kroku, przygotowanie domowych kosmetyków z ogólnodostępnych produktów.
5. Zajęcia relaksacyjne: ćwiczenia oddechowe, wizualizacja.
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 korekcyjne, ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia PNF, ćwiczenia manualne ręki, poizometryczna relaksacja mięśni, ćwiczenia równoważne i koordynacyjne, ćwiczenia samowspomagane kkg i kkd, nauka lokomocji, ćwiczenia mięśni dna miednicy (zapobieganie nietrzymania moczu), masaż kręgosłupa, naświetlanie lampą Sollux, ćwiczenia z zastosowaniem metody Weroniki Sherborne, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków.

## **LUTY**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

1. Pomarańczowy bałwanek – łączenie pomarańczy wykałaczką, do górnej mocujemy nos z marchewki i plasterki suszonej pomarańczy, goździki wciskamy jako oczy i guziki, laseczki cynamonu przewiązujemy złotą nitką do korpusu, jako kapelusz wykorzystujemy nakrętkę od napoju podklejoną papierem kolorowym – rozwijanie inwencji twórczej, wyobraźni.

2. Serce z puzzli – wykonanie z drutu serca, oklejanie z dwóch stron puzzlami, przyklejanie kokardki i zawieszki – rozwijanie umiejętności wykorzystywania różnorodnych materiałów do pracy.

3. Wycinanie serc z czerwonej tektury, zdobienie brokatowym klejem, mocowanie patyczków od szaszłyków, ozdabianie nimi doniczek – wyrabianie nawyku estetyki pracy.

4. Wykonanie kartki okolicznościowej – „Dla Mojej Walentynki” wydzieranie, wycinanie, malowanie – zastosowanie różnych technik plastycznych, usprawnianie manualne, wdrażanie do estetyki pracy.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

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

2. Pieczenie muffinów z okazji „Walentynek”, zdobienie, podawanie do degustacji.

3. Przygotowanie naleśników z nadzieniem truskawkowym.

4. Przyrządzenie sałatki warzywnej na zimno.

## **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA**

1. Przygotowanie kartek z okazji dnia Św. Walentego - precyzyjne przycinanie papieru.

2. Wycinanie serc z czerwonej tektury – zdobienie brokatowym klejem, mocowanie sznureczków – strojenie pracowni i innych pomieszczeń ośrodka.

3. Rysunek ołówkiem, kredką, mazakiem - operowanie światłem i cieniem.

4. „Zimowy krajobraz” – rysowanie węglem – przypomnienie poznanej techniki – rozwijanie procesów myślowych.

## **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Sowa - ogranicznik do drzwi - skrojenie z lnu, zszywanie, umieszczenie wewnątrz sowy woreczka z piaskiem, dopełnienie watoliną, zaszywanie, zamocowanie ruchomych oczu.

2. Walentynkowa sowa - serce - zszywanie dwóch różnokolorowych tkanin, skrojenie z nich serca, naszywanie tasienki rozdzielającej połówki serca, ozdobienie: oczy, nos, kwiatki, krawat.

3. Kartka Walentynowa z aplikacją z serduszek - wycięcie wg szablonu, przesywanie na maszynie, naklejenie na kartkę.

4. Walentynkowy amarek - skrojenie wg mustro sylwetki amorka, zszywanie, wypełnienie watoliną, wykonanie spodnek z filcu oraz serduszka z polaru, zamocowanie włosów z włóczki.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Drewniane skrzynki – wycinanie desek, formatowanie, łączenie za pomocą wkrętów i zszywek.

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

3. Walentynkowe serca – wycinanie z cienkiej sklejki małych aniołków za pomocą piły włosowej, wygładzanie, malowanie farbą akrylową, ozdabianie, pakowanie.

4. Praca z wiertarką – wykonywanie prostych ćwiczeń z dokładnym przewiercaniem otworków w materiałach drewnianych.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Rozwijanie umiejętności pisania życzeń imieninowych i przesyłania znajomych drogą mailową.

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

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. 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 motoryki dużej - ćwiczenia tułowia, skłony, skręty w różnych kierunkach.
4. Usprawnianie percepcji słuchowej poprzez rozróżnianie dźwięków z najbliższego otoczenia: darcie i zginiatanie papieru, potrząsanie kluczami, itp.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Walentynki – ŚDS Gozdowo.
2. Zimowe spaceru po lesie.
3. Wyjazd na lodowisko we Wrześni.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: prezentacja przedstawienia walentynkowego, rozpoczęcie przygotowań do montażu słowno-muzycznego z okazji Dnia Kobiet.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy odpężające, śpiewanie piosenek przy akompaniamencie gitary i instrumentów Orffa.
3. Zajęcia zumby: przypomnienie podstawowych kroków oraz wspólne tworzenie prostej choreografii.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: wykonywanie fryzur i makijaży karnawałowych według trendów na rok 2023.
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 ogólnu usprawniające, rozciągające oraz oddechowe, ćwiczenia samowspomagane oraz wspomagane UGUL, ćwiczenia rozluźniające mięśnie posturalne, prostownik grzbietu, m. pośladkowe, naświetlanie lampą Sollux, aerobik: nauka prostego układu tanecznego z uwzględnieniem ćwiczeń wzmacniających mięśnie nóg oraz brzucha, ćwiczenia z wykorzystaniem przyrządów oraz przyborów, relaksacja: ćwiczenia rozluźniające połączone z elementami muzykoterapii.

## **MARZEC**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

1. Wiosenne kwiaty na Dzień Kobiet – przycinanie bibuły, dobór kolorów, formowanie poszczególnych elementów takich jak płatki kwiatów, liści, oplatanie krepą patyczków, łączenie elementów- rozwijanie pomysłowości.
2. Malowanie prac na szkle o tematyce wiosennej, zaznaczanie konturów, wypełnianie różnymi kolorami – rozwijanie dokładności i cierpliwości.
3. Wycinanie kwadratów ze styropianowej tacki, drażnienie szpikulcem lustrzanego odbicia cyfr, przyklejanie od spodu korka, nakładanie farb, odbijanie pieczętek.

4.Baranki - oklejanie wydmuszek nasionami ziela angielskiego, doklejanie uszu z tektury, malowanie oczu, wykonanie nóg z zapalek – rozwijanie wyobraźni, ćwiczenie dokładności.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

- 1.Pieczenie świątecznych ciast- babek, mazurków
- 2.Dekorowanie stołu Wielkanocnego- rozłożenie talerzy, sztuców, serwetek, kompozycji z pisanek i własnoręcznie wykonanych dekoracji.
- 3.Przygotowanie tradycyjnych potraw świątecznych- sałatka warzywna, biała kielbasa, 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.Tulipan z bawełny - skrojenie z podwójnie złożonego płótna trójkąta, zszywanie boków, wypełnianie watoliną, obszywanie dołu ściąganiem dzierganym, ściąganie nitki, zamocowanie na druciku, wykonanie listka z filcu, przyklejenie.
- 2.Upominek na Dzień Kobiet: kwiatek z serduszek - przygotowanie szablonu serca, skrojenie serduszek z flauszu, zszywanie, wypełnienie watoliną, odpowiednie połączenie, zmocowanie łodyżki z drutu, umieszczenie całości w doniczce.
- 3.Sukienka dla Marzanny - skrojenie prostokąta z podwójnie złożonej bawełny, zszywanie, wciągnięcie gumki.
- 4.Zając z marchewką - skrojenie poszczególnych elementów wg mustro, zszywanie, wypełnienie watoliną, odpowiednie połączenie, doklejenie ruchomych oczu i wąsów.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

- 1.Wysiewanie nasion do doniczek, korytek – mieszanie i spulchnianie ziemi, wsypywanie do doniczek, wysiewanie nasion, podlewanie.
- 2.Baletnice – przeniesienie wzoru baletnicy na sklejkę, wycinanie przy pomocy wyrzynarki, mocowanie do podstawy, malowanie farbą akrylową, ubieranie spódniczką z tiulu, ozdabianie koralikami i wstążeczką – doskonalenie umiejętności stolarskich
- 3.Pielegnacja kwiatów doniczkowych – podlewanie, oczyszczanie liści z kurzu, nawożenie.
- 4.Ramki – odczytywanie patyków, malowanie lakierem, naklejanie na tekturkę, ozdabianie brokatem i małymi szyszkami.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

- 1.Wstawianie tabel – formatowanie wierszy i komórek, wpisywanie danych w poszczególne wiersze i komórki.
- 2.Wykonywanie zdjęć w oparciu o zbliżenie/oddalenie obiektywu, z użyciem lampy błyskowej i bez jej użycia.

3. Wprowadzenie do Internetu. Uruchamianie przeglądarki internetowej Google. Wyszukiwanie treści o tematyce informatycznej.
4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

## **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 percepcji wzrokowej - ćwiczenia manipulacyjne: dotykanie i manipulowanie przedmiotami.
4. Kształtowanie umiejętności komunikowania się z otoczeniem – ćwiczenia poprzez udział w improwizowanych scenkach.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Przedstawienie z okazji Dnia Kobiet – ŚDS Gozdowo.
2. Powitanie wiosny – wspólny spacer po Gozdowie z Marzanną - poszukiwaniu pierwszych oznak wiosny.
3. Wspólny wyjazd do parku – Września.

## **XI. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: prezentacja przedstawienia z okazji Dnia Kobiet, warsztaty doskonalenia prawidłowej dykcji i artykulacji.
2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy słuchowe.
3. Nordic Walking: nauka i doskonalenie podstawowego kroku stosowanego w Nordic Walking.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: nauka dobierania odpowiednich odcieni produktów kolorowych do makijażu twarzy (podkład, puder, cienie).
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 wytrzymałość oraz wydolność organizmu, ćwiczenia z zastosowaniem elementów metody Pilates, nauka i doskonalenie chodu z kijkami Nordic Walking po okolicy Gozdowa, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kręgosłupa oraz mięśnie brzucha, ćwiczenia czynno-bierne oraz bierne, relaksacja: ćwiczenia ruchowo rytmiczne, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, naświetlanie lampą Sollux, masaż klasyczny, gry i zabawy z użyciem przyborów gimnastycznych – laski, woreczki, piłki.

## **KWIECIEŃ**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO**

1. Świąteczne kartki – wykorzystanie różnych materiałów i ozdób, tworzenie kompozycji, przyklejanie – racjonalne korzystanie z materiałów terapeutycznych, rozwijanie pomysłowości.
2. Wydmuszki: malowanie, owijanie włóczką, naklejanie kalkomanii, indywidualny dobór techniki, mocowanie zawieszek, ozdabianie gałązek w pracowni.
3. Ogrzewacze na jajka – odrysowywanie z karty wzorów elementów, nanoszenie ich na filc, odrysowywanie, wycinanie, zszywanie, naklejanie oczu itp- rozwijanie inwencji twórczej, pomysłowości.
4. Wiosenne gałązki - ozdabianie gałązek styropianowymi kuleczkami – kruszenie styropianu, nakładanie kleju na gałązki, pokrywanie kuleczkami, malowanie.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Przygotowanie naleśników z nadzieniem serowym.
2. Przygotowanie ryżu na słodko.
3. Przygotowywanie prostych posiłków – kanapki.
4. Pieczenie malinowych babeczek – wartości odżywcze malin w odżywianiu.

## **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA**

1. Zastosowanie gilotyny introligatorskiej – cięcie kolorowego brystolu, projektowanie kartek wielkanocnych – naklejanie, ozdabianie.
2. „Obrazki ze skorupki jaj” – wykonanie ołówkiem szkicu (motywu), naklejanie skorupki przy pomocy wykałaczki, malowanie farbami, lakierem.
3. „Zajaczek wielkanocny” – przygotowanie butelki, oklejanie szarym papierem, mocowanie głowy, nóg, rąk, uszu – dekorowanie.
4. Tworzenie kolorowych świec do dekoracji stołu wielkanocnego

## **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Owieczka z futerka - skrojenie przy pomocy nożyka, zszycie, wypełnienie watoliną, zamocowanie ruchomych oczu.
2. Sowa na gałązce - przygotowanie gałązki (oczyszczenie, pomalowanie białą farbą), skrojenie z różowej tkaniny sowy, zszycie, wypełnienie watą, zaszycie, zamocowanie oczu i dzioba, doklejenie sowy do gałązki.
3. Wiosenny aniołek – skrojenie z płótna poszczególnych elementów aniołka, a z bawełny w kwiatki sukienki, zszycie z wykorzystaniem overlocku.
4. Obrazki z tkaniny – wycinanie z kolorowych tkanin nadruków, odpowiednie ich komponowanie.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Albumy okazjonalne – odmierzanie okładek ze sklejki, wyrzynanie, wypalanie wzorów tematycznych, wycinanie z tektury kart albumu, łącznie w całość za pomocą sznurka.
2. Spacer w celu obserwacji, zmieniającej się przyrody – zajęcia w plenerze, uwrażliwienie na piękno otaczającej nas przyrody.
3. Praca w ogrodzie – usuwanie gałęzi, grabienie trawników, sprzątanie terenu po zimie.
4. Sadzenie kwiatów w donicach na terenie ośrodka – przygotowanie ziemi dla kwiatów, sadzenie.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Poznanie programów zainstalowanych na komputerze, ich właściwości i sposobu uruchamiania.
2. Obróbka zdjęć – kontrast, jasność, redukcja efektu czerwonych oczu.
3. Praca z przeglądarką internetową Google. Wyszukiwanie treści związanych z bezpieczeństwem podczas wakacji.
4. Utrwalanie pracy z programem Word. Pisanie tekstów, edycja dokumentów.

## **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. Rozwijanie małej motoryki – wymachy i krążenia kończyn górnych (stopniowo rąk, dłoni, palców).
4. Rozwijanie wrażliwości słuchowej - różnicowanie i rozpoznawanie głosów zwierząt.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Uroczyste Śniadanie Wielkanocne – ŚDS Gozdowo.
2. Spacer Nordic Walking – Gozdowo.
3. Wiosenne spacery po parku Hrabiny we Wrześni.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: ćwiczenia oddechowo-ruchowe – skupienie na oddychaniu przeponowym podczas mówienia oraz ćwiczenie miarowego oddechu podczas ruchu.
2. Zajęcia umuzykalniające: utrwalanie hymnu naszego Domu.
3. Zajęcia rytmiczno- taneczne: prosty układ taneczny.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: rozmowa na temat trądziku, blizn i rozstępów, poznanie sposobów radzenia sobie z sytuacją oraz sposoby odpowiedniego maskowania.
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 rozciągające mięśnie piersiowe, nauka utrzymania prawidłowej postawy ciała podczas ćwiczeń oraz chodu, ćwiczenia bierne, ćwiczenia czynne wolne w różnych pozycjach, ćwiczenia w odciążeniu, ćwiczenia samowspomagane, masaż klasyczny, terapia punktów spustowych, ćwiczenia z elementami metody Dennisona, ćwiczenia z wykorzystaniem przyrządów gimnastycznych, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kkg z hantlami, naświetlanie lampą Sollux, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, gry i zabawy sportowe.

## **MAJ**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO**

1. Wycinanki w stylu łowickim – odrysowywanie z karty wzorów poszczególnych elementów, wycinanie ich, naklejanie w odpowiedniej kolejności, tworzenie kompozycji.
2. Wydzieranki – bzy - wyklejanie obrazków kawałkami kolorowego papieru, ćwiczenie mięśni palców, wyrabianie cierpliwości, dokładności.
3. Wesołe doniczki – zaprojektowanie doniczek, malowanie farbami przesadzanie roślin doniczkowych – rozwijanie inwencji twórczej.
4. Szkice węglem drzewnym – wiosenne kwiaty – operowanie różną grubością linii, próby tworzenia tła, cieni – przypomnienie techniki - rozwijanie wyobraźni i poczucia piękna.

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

1. Przygotowanie owocowej sałatki.
2. Przygotowanie kaszki manny z sokiem z jagód.
3. Pieczenie rogalików z ciasta francuskiego.
4. Poznanie sposobów parzenia kawy i obsługi ekspresu do kawy.

### **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. Flaga Polski - skrojenie z biało - czerwonego kuponu tkaniny, obszycie brzegów, wykonanie tunelu - sprowokowanie do rozmowy na temat rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja.

2. Upominek dla mamy: bransoletka z filcu - przygotowanie paska z filcu, naklejenie na niego kompozycji z kwiatów z filcu, zamocowanie zapięcia.

3. Fartuszek ochronny - skrojenie, zamocowanie tasiemek, rozprasowanie - doskonalenie umiejętności obsługi żelazka.

4. Skrzat z juty – skrojenie, wypełnienie watoliną, zamocowanie zabawnych oczu i wąsów ze sznurka.

#### **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Majowe wianki – ucinanie gałązek i kwiatów, splatanie, wiązanie sznurkiem.

2. Tulipany – wycinanie wyrzynarką wszystkich elementów kwiatu, ścieranie papierem ściernym, malowanie farbami akrylowymi, mocowanie do podstawek, ozdabianie – podnoszenie sprawności stolarskich.

3. Porządkowanie pomieszczeń gospodarczych i ogrodu – układanie narzędzi ogrodniczych, segregowanie, czyszczenie, porządkowanie terenu wokół ośrodka.

4. Doniczki – wyrzynanie elementów, wygładzanie, zbijanie, oklejanie motywami wyciętymi z serwetek, utrwalanie lakierem bezbarwnym.

#### **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Praca z programem Word – tworzenie marginesów wykonywanie nagłówków, ustawienia strony.

2. Zapisywanie gotowych plików na dysku zewnętrznym – pendrive i drukowanie ich.

3. Edycja zdjęć w programie Fotoshop. Tworzenie pocztówek z wcześniej wykonanych zdjęć w plenerze.

4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

#### **VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE**

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

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

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. Rajd pieszy, rowerowy – ŚDS Gozdowo.

2. Wyjazd do kina.

3.Odwiedzanie miejsc pamięci narodowej związanej z dniem 3 maja, uchwaleniem Konstytucji 3 Maja.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

- 1.Zajęcia teatralne: powitanie lata – praca nad montażem słowno-muzycznym z okazji pierwszego dnia lata.
- 2.Zajęcia umuzykalniające: zabawy muzyczno- ruchowe.
- 3.Nordic Walking – ćwiczenia oddechowe torem piersiowym.
- 4.Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: domowy peeling całego ciała, poznanie sposobów radzenia sobie z martwym naskórkiem całego ciała z naciskiem na dłonie i stopy.
- 5.Zajęcia relaksacyjne: słuchanie różnego rodzaju odgłosów natury .
- 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: masaż klasyczny, ćwiczenia samowspomagane, ćwiczenia z laską gimnastyczną, podchody w terenie po okolicy Gozdowa, metodyka i nauczanie odbicia oburącz dolnego w piłce siatkowej, gry i zabawy rozwijające priopricepcje, 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.Kwieciek – zabawy kolorami; wykonanie wody ze zużytych pisaków, barwienie nią płatków kosmetycznych, suszenie, malowanie kawałka gazety na zielono, wycinanie łodygi, naklejanie, tworzenie kwiatka przy użyciu wykonanych elementów - rozwijanie wyobraźni, inwencji twórczej.
- 2.Egzotyczne ptaki – kopiowanie z arkusza wzorów motywu wybranego ptaka, obrysowywanie konturów z filcu, wycinanie, naklejanie poszczególnych elementów – wdrażanie do samodzielności.
- 3.Wydzieranka z kolorowego papieru na dowolny temat – wykonanie planu, szkic, wypełnianie konturów wydartymi kawałkami papieru, zwracanie uwagi na estetykę wykonywania prac.
- 4.Kwietna łąka– malowanie farbami akwarelowymi, używanie ciepłych barw, łączenie kolorów, tworzenie kolorów pochodnych, nazywanie ich.

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

- 1.Warzywa w codziennej diecie – motywowanie do regularnego spożywania warzyw – warzywa na patelni.
2. Poznanie różnych sposobów faszerowania papryki i podawania jej do degustacji.
3. Ukazanie różnych możliwości wykorzystania ryżu- danie chińskie.
- 4.Przyrządzanie koktajlu owocowego – ukazanie nowych sposobów wykorzystania owoców sezonowych.

### **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA**

- 1.Zapoznanie z techniką „mokre w mokrym” – zwilżanie powierzchni wodą, malowanie akwarelą.
- 2.„Afrykański domki” – przygotowanie butelki, sznurka – oklejanie sizalowym sznurkiem, mocowanie dachu.

3. „Kwiaty z łyżeczek” – wycinanie płatków mocowanie do łyżeczki, przyklejanie oczu, nosa, formowanie łodygi, przygotowanie doniczki, oklejanie szarym papierem, wyklejanie trawki, układanie kompozycji kwiatowych.

4. Decoupage z papieru – wykonanie kolorowych wazoników.

#### **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Jabłko z filcu - skrojenie z filcu, obszycie ręcznym ścięciem fastrygowym, zamocowanie zawieszki.

1. Kot z płótna w kropki - skrojenie, zszywanie boków, wypełnienie watą, zamocowanie ogonka.

2. Kartka z aplikacją - dla taty - wykonanie maszynowej aplikacji, naszywanie ścięciem zygzakowym na karnet.

3. Lalka - przytulanka – skrojenie poszczególnych elementów, odpowiednie połączenie, wypełnienie watoliną - zwracanie uwagi na kolejność czynności podczas pracy.

#### **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Prace w ogrodzie – pielęgnowanie grządek, pielenie, koszenie trawy, podlewanie – doskonalenie umiejętności wykonywania prac ogrodniczych.

2. Kaczeńce – przygotowanie motywu kaczeńców, naklejanie na deseczkę, wycinanie, wyklejanie kawałkami papieru – wdrażanie do estetycznego wykonywania 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. Poznanie funkcji drukarki atramentowej i laserowej i wydruku dokumentów.

3. Poznanie zasad odbierania załączników i zapisywania załączników w poczcie e-mail.

4. Zapisywanie zdjęć po edycji na dyskach wewnętrznych. Tworzenie folderów z nazwą danego katalogu.

#### **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. 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. Piknik na Skarpie.

2. Wyjazd do Wiekowa nad jezioro.

#### **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: prezentacja inscenizacji przygotowywanej w maju i czerwcu.

2. Zajęcia umuzykalniające: zabawy odpężające, relaksujące przy muzyce.

3. Zajęcia aerobik: doskonalenie podstawowych kroków.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: poznanie różnorodnych produktów do stylizacji włosów, wykonywanie prostych upięć włosów.
5. Zajęcia relaksacyjne: zabawa: „Co przedstawiają nam chmury na niebie” – ćwiczenia relaksowe, oddechowe na matach, na terenie zielonym.
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 bierne, ćwiczenia czynne wolne, gry i zabawy na świeżym powietrzu, nauczanie i metodyka; rzutu do kosza, skoku w dal, rzut piłką lekarską, rajd rowerowy, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, ćwiczenia rozciągające mięśnie piersiowe, zębate, wzmacniające mięsień prostownik grzbietu, mm karku i ściągające łopatki, gry i zabawy sportowe, doskonalenie gry w piłkę siatkową.

## **LIPIEC**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIELA ARTYSTYCZNEGO**

1. Lato – wydzieranki o tematyce letniej, szkic ołówkiem, wypełnianie powierzchni drobkami kolorowego papieru - rozwijanie twórczej aktywności.
2. Ornamenty z plasteliny – wygniatanie, uciskanie masy plastycznej, dobór kolorów, tworzenie wzorów na wyciętych wcześniej kartkach kolorowej tektury – rozwijanie wyobraźni i twórczego myślenia.
3. Szkice ołówkiem otaczającej przyrody wykonane w plenerze – kształtowanie właściwego stosunku emocjonalnego do przyrody.
4. Niciane kwiaty – rysowanie, wycinanie kwiatów, zwijanie w pęczki bawełnianych nici, naklejanie ich na kwiaty – wyrabianie cierpliwości.

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

1. Przygotowywanie sałatek ze świeżych warzyw – rzodkiewki, sałaty, marchewki, pomidory.
2. Sezon ogórkowy – utrwalanie przepisu na ogórki małosolne – samodzielne zaprawianie tradycyjnych ogórków.
3. Wykorzystanie owoców sezonowych w deserach – galaretki truskawkowe.
4. Pieczenie ciasta drożdżowego z rabarbarem.

### **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA**

1. Masa plastyczna – praca z plasteliną, tworzenie figurek, broszek, misek itp.
2. Sztuka użytkowa- wzornictwo przemysłowe, forma, funkcja, rzemiosło ludowe, motywy zdobnicze, obrzędy ludowe; scenografie do przedstawień.
3. Orgiami - „łabędź z papieru” – przygotowanie papierowych prostokątów, składanie papieru rozwijanie procesów myślowych.
4. Fotokolaż – wycinanie z kolorowych gazet elementów, które można wykorzystać w pracy, z uwzględnieniem kształtów, barw, naklejanie na przygotowane tło.

### **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Pompon z tiulu - przygotowanie z tektury szablonu na pompon oraz tiulu o wymiarach 9cm x 5m, odpowiednie nawinięcie na szablony, porozcinanie, związanie całości ozdobną tasiemką.
2. Zakładka do książki - żabka – skrojenie z kolorowych tkanin sylwetki żabki, przesywanie na tekturze, zamocowanie tasiemki.

3. Żyrafa - przytulanka - skrojenie z bawełny i polaru minky sylwetki żyrafy, przygotowanie ozdobnych tasiemek- wszycie ich na grzbiecie żyrafy, zeszywanie całości, wypełnienie watoliną, zaszywanie, rozprasowanie.

4. Rękawica kuchenna – skrojenie wg mustro, wzmocnienie watoliną, przepikowanie, przesywanie całości, obszywanie lamówką.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Drewniane słońce – wycinanie ze sklejki poszczególnych elementów, wygładzanie, malowanie żółtą farbą – podnoszenie umiejętności warsztatowych.

2. Tworzenie letnich dekoracji – praca z wyrzynarką, ścieranie papierem ściernym.

3. Koszenie trawy, grabienie, wykaszanie trawy wokół kamieni przy ognisku i skalniakach, wywożenie skoszonej trawy – wdrażanie do zgodnej współpracy i współdziałania w grupie.

4. Drewniany krasnal – wybieranie motywu, przeniesienie poszczególnych elementów na sklejkę, wyrzynanie, wygładzanie krawędzi papierem ściernym, malowanie farbą na różne kolory, ozdabianie brokatem, łączenie za pomocą gwoździ, śrub i kleju.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. 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. Zapisywanie gotowych prezentacji multimedialnych na dyskach wewnętrznych komputera.

4. Praca z przeglądarką internetową Google. Wyszukiwanie treści o różnej tematyce.

## **VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE**

1. Ćwiczenia oddechowe. Zajęcia relaksacyjne przy muzyce.

2. Kształtowanie płynności ruchów poprzez rysowanie na arkuszach papieru.

3. Doskonalenie analizy i syntezy słuchowo – wzrokowej – ćwiczenia na bazie głosek i liter.

4. Rozwijanie motoryki dużej – zabawy bieżne.

## **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjście na basen.

2. Wyjazd nad jezioro do Powidza.

3. Wyjście na strzelnicę – Września.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: w rytmie hip-hopu – praca w grupach nad szybkim i miarowym wypowiedzeniem słów, zajęcia z łamańcami językowymi.

2. Zajęcia umuzykalniające: śpiewanie piosenek biwakowych.

3. Zajęcia zumbi: doskonalenie kroków mambo oraz cha cha.

4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: zabiegi odżywcze na twarz, poznanie różnorodnych kremów z filtrem UV oraz ich składów, rozmowa na temat stosowania kremów ochronnych.

5. Zajęcia relaksacyjne: ćwiczenia oddechowe wg czytanego tekstu. Nauka oddychania torem piersiowym 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, ćwiczenia czynne z oporem, poizometryczna relaksacja mięśni, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, masaż klasyczny, naświetlanie lampą Sollux, ćwiczenia czynne w odciążeniu z oporem, ćwiczenia

samowspomagane, rozładowanie negatywnych emocji poprzez boks, ćwiczenia bierne, gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu, doskonalenie gry w dwa ognie oraz siatkówkę.

## **SIERPIEŃ**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

1. Origami – tworzenie letnich kompozycji – wycinanie, zaginanie, przyklejanie, łączenie - stymulowanie zmysłu wzroku, stwarzanie możliwości osiągnięcia sukcesu w krótkim czasie.
2. Bransoletki – skręcanie nici krepowych, owijanie tekturowego kółka po taśmie klejącej – rozwijanie pomysłowości i umiejętności manualnych.
3. Wspomnienia z wakacji – szkic węglem drzewnym, operowanie różną grubością linii, próby tworzenia tła i cieni – przypomnienie techniki.
4. Collage z tkaniny – kopiowanie wzoru, wycinanie poszczególnych elementów z tkanin, tworzenie projektu, wyklejanie – ćwiczenie cierpliwości i dokładności.

### **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. Wypiekanie babeczek ze świeżymi owocami – malinami, truskawkami, bananami, morelami.
4. Wykonanie sałatki z ogórków z przyprawą Cary i papryką- wekowanie słoików.

### **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO- INTROLIGATORSKA**

1. Autoportret – szkic, malowanie farbami węglem lub ołówkiem- operowanie światłem, cieniem.
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. Kartka ze słonecznikiem - wykonanie słonecznika z pasków żółtej tasiemki, zamocowanie kółka z czarnego flauszu, przyklejenie całości na brystol.
2. Wianek z różyczkami z filcu - skrojenie wianka z białej kanwy, wypełnienie watoliną, ozdobienie filcowymi różyczkami.
3. Papuga z weluru - skrojenie, zszywanie boków, wypełnienie watą, doszycie ogonka.
4. Piłka z bawełnianej tkaniny - skrojenie wg mustro, odpowiednie zszywanie, wypełnienie watoliną.

### **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Kaczuszka 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.Statek – wyrzynanie ze sklejki potrzebnych elementów, wygładzanie, sklejanie, tworzenie masztu i żagli z materiału.

4.Praca z wypalarką – tworzenie letniego krajobrazu, indywidualny wybór motywu, przeniesienie na deseczkę, wypalanie po liniach, malowanie farbami – doskonalenie umiejętności obsługi wypalarki.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1.Tworzenie i zapisywanie dokumentów tekstowych na dyskach wewnętrznych.

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

3.Poznanie gier edukacyjnych w Internecie. Pokonywanie kolejnych etapów gier.

4.Poznanie zasad funkcjonowania programu Power Point. Przejścia slajdów, czas animacji.

## **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 małej motoryki – ćwiczenia dłoni.

4.Kształtowanie i pobudzanie analizatora dotykowego – ćwiczenia z workiem różności.

## **VIII. INTEGRACJA**

1.Przejażdżka rowerowa.

2.Wyjście na kręgielnię do Hotelu Kosmowski we Wrześni.

3.Wyjazd do kina we Wrześni.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1.Zajęcia teatralne: czytanie z podziałem na role – wspólny wybór scenariusza/książki, próba głośnego czytania – zajęcia w ogrodzie.

2.Zajęcia umuzykalniające: zabawy interpretacyjne- naśladowanie odgłosów przyrody.

3.Rajd pieszy- doskonalenie prawidłowej postawy w chodzie.

4.Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: przypomnienie zasad pielęgnacji i farbowania włosów oraz dbania o skórę głowy.

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 samowspomagane, gry i zabawy ruchowe z elementami tańca, masaż klasyczny, ćwiczenia z zastosowaniem metody Bobath oraz PNF, ćwiczenia rozluźniające mięśnie pośladkowe oraz prostownik grzbietu, ćwiczenia kontralateralne i ipsilateralne, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, masaż relaksacyjny, naświetlanie lampą Sollux, gry i zabawy ruchowe w terenie np. podchody.

## **WRZESIEŃ**

### **I.PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

1.Leśny skrzat – wykonanie skrzata z sosnowej szyszki , styropianowe kuleczki, tektury i puchatych drucików – zwracanie uwagi na dokładne wykonanie formy i zachowania wzoru

2.Witraż – zaznaczanie konturów, wypełnianie motywu farbami – tworzenie warunków do przeżywania przez uczestnika satysfakcji z własnego działania.

3. Kartki okolicznościowych – wycinanie, naklejanie, malowanie – zastosowanie różnych technik plastycznych – pobudzanie do samodzielności, ćwiczenie dokładności.
4. Strach na wróble – wykonanie z tektury, drewnianych wiórów, gałązek, guzików – kształcenie umiejętności wykorzystywania różnych materiałów do pracy.

## **II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO**

1. Zastosowanie borówek i winogron w deserach – babeczki, muffinki.
2. Wykorzystanie jabłek - pieczenie szarlotki.
3. Wypiekanie ciasteczek z okazji Dnia Chłopca.
4. Powidła ze śliwek – zaprawianie na zimę.

## **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTELIGATORSKA**

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 węglą lub ołówkiem- operowanie światłem, cieniem.
4. Obraz ze światłem w tle – wykonanie witraża z papieru.

## **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Jesienny pajac: dekoracja korytarza - przygotowanie mustro (wys. pajaca ok. 80cm), skrojenie z płótna głowy, tułowia, rąk i nóg, zszycie, wypełnienie watoliną, naszycie oczu, nosa, ust, uszycie spodni – ogrodniczek oraz kapelusza z filcu.
2. Lalka - przytulanka - wykonanie mustro (wys. lalki ok. 50cm), skrojenie z bawełny, zszycie, naszycie oczu, wypełnienie watoliną, zawiązanie kolorowych tasiemek na włosach.
3. Krasnal: zakładka do książki - narysowanie na tekturze i tkaninie sylwetki krasnala, wycięcie, obszycie krasnala z tektury tkaniną, zamocowanie tasiemki (ok. 20cm) na górze czapki.
4. Igielnik – jeź - przygotowanie formy z tektury, wycięcie dwóch kół z polaru, obszycie ściąganiem fastrygowym, ściągnięcie nitki, wypełnienie watoliną, połączenie z tekturą.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Obrazek na sklejkę – przygotowanie motywu, przeniesienie na sklejkę, wypalanie wzoru, malowanie, przykręcanie zawieszki.
2. Pieski – przerysowywanie wszystkich części psa na deskę, wyrzynanie, wygładzanie, malowanie białą farbą akrylową, ozdabianie pieska muszką wykonaną ze wstążki – utrwalanie umiejętności obsługi wyrzynarki.
3. Pielęgnacja kwiatów doniczkowych i pelargonii – oczyszczenie, nawożenie, podlewanie.
4. Prace w ogrodzie – koszenie trawy, grabienie, usuwanie chwastów.

## **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. Wprowadzenie nowych funkcji w programie Word. Edycja czcionki, kursywa, pogrubienie.
4. Praca ze zdjęciami cyfrowymi. Zastosowanie gotowych ramek cyfrowych i tworzenie własnych projektów zdjęć w ramach. Tworzenie zdjęć w jesiennej aranżacji.

## **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.Wyjazd do Teatru w Poznaniu.
- 2.Dzień Chłopaka – obchody w ŚDS Gozdowo.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

- 1.Zajęcia teatralne: kabaret z okazji Dnia Chłopca – praca nad montażem słowno-muzycznym w konwencji kabaretowej.
- 2.Zajęcia umuzykalniające: rozpoznawanie piosenek po wysłuchaniu pierwszych dźwięków melodii.
- 3.Gry i zabawy na świeżym powietrzu, tworzenie torów przeszkód.
- 4.Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: jak podtrzymać letnią opaleniznę – samoopalacze – co warto wiedzieć o nich wiedzieć, podstawowe zasady ich stosowania.
- 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: ćwiczenia ogólnousprawniające, doskonalenie chodu oraz poprawnej postawy podczas ćwiczeń, ćwiczenia czynne w odciążeniu - UGUL, ćwiczenia samowspomagane, poizometryczna relaksacja mięśni, bierne, ćwiczenia rozluźniające poszczególne partie mięśniowe z wykorzystaniem dużej piłki szwajcarskiej, zastosowanie elektroterapii ultradźwięków, ćwiczenia równoważne i koordynacyjne przy drabinkach, ćwiczenia propriocepcji (czucia głębokiego) z wykorzystaniem metody W. Sherborne, gry i zabawy sportowe.

## **PAŹDZIERNIK**

### **I.PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

- 1.Stemple z liści – odciskanie wzorów, obmalowywanie, tworzenie jesiennej kompozycji, dobór kolorów.
- 2.Fotokolaż – wykonanie pracy „Głowa pełna pomysłów” - wycinanie elementów z kolorowych gazet oraz wykorzystanie różnokształtnych i różnobarwnych liści, nanoszenie ich na kontrastowe tło.
- 3.Malowanie farbami – ozdabianie talerzyków tekturowych wg własnego pomysłu, wzorowane na sztuce ludowej oraz oglądanych oryginalnych talerzykach – rozwijanie inwencji twórczej.
- 4.Niciany paw – odrysowywanie z karty wzorów pawia, naklejanie zwiniętych w pęczki bawełnianych nici – wyrabianie cierpliwości i dokładności.

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

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

### **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA**

1. Frottage – technika odciskania faktury dowolnych przedmiotów (np. drewna, tkaniny, liści, kamieni) na powierzchni papieru przez przyłożenie papieru do danej rzeczy i mocne pocieranie go ołówkiem (lub innym podobnym narzędziem).
2. Wykonanie obrazów w antyramach upiększających naszą pracownię i ośrodek – projektowanie obrazu, wycinanie wzorów, przyklejanie.
3. Rysowanie tuszem, lawowanie (patyk, piórko).
4. Pogadanka na temat dnia Wszystkich Świętych – odwiedzanie miejsc pamięci narodowej .

### **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Sowa w jesiennych barwach - przygotowanie tkanin bawełnianych w pomarańczowym i brązowym kolorze, przekalkowanie wykroju, wycięcie, przeszycie na maszynie, wypełnienie watoliną, ozdobienie żółtą wstążką.
2. Dynia z weluru - skrojenie poszczególnych elementów, zszycie, wypełnienie watoliną, zamocowanie listka z filcu.
3. Kostium czarnego kota - skrojenie z czarnego flauszu bluzy, doszycie ogonka, wykonanie z filcu maski kota.
4. Wąż - przytulanka - wykonanie mustro, skrojenie z polaru, zszycie, naszycie oczu, wypełnienie watoliną.

### **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Wykonywanie prac z odpadów drzewnych i korka- wykorzystanie darów natury.
2. Żurawie – przeniesienie motywu na sklejkę, wycinanie poszczególnych elementów, mocowanie do podstawek, doklejanie detali.
3. Łapacz snów – wycinanie drewnianych kółek w sklejkę, nawiercanie otworów, doczepianie sznurków, ozdabianie piórami.
4. Sowy – wyrzynanie poszczególnych elementów, zbijanie przy użyciu młotka lub wiertarko-wkrętarki, malowanie, ozdabianie.

### **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Poznanie zasad tworzenia przejścia slajdów, animacji i efektów specjalnych.
2. Wybór tematu i przygotowanie materiałów do stworzenia prezentacji multimedialne.
3. Wykonywanie wydruku fotografii dokonanych na piknikach integracyjnych.
4. Skanowanie komputera. Utrwalanie zasad uruchamianie programu antywirusowego.

### **VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE**

1. Rozwijanie dużej motoryki – krążenia kończyn, całego ciała.
2. Rozwijanie zmysłu węchu - rozpoznawanie zapachów i identyfikowanie ich z produktem, zagadki zapachowe.
3. Rozładowanie emocji – zajęcia z tworzywami przekształcalnymi.
4. Doskonalenie umiejętności dodawania i odejmowania – ćwiczenia na podstawie przygotowanych scenek z zakupami w sklepie.

### **VIII. INTEGRACJA**

1. Wyjście do lasu w celu poznania, rozpoznawania, nazywania, roślin, drzew.

2. Wyjazd do pobliskiej Agroturystyki – Alpaki.
3. Teatr Fredry – Gniezno.

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: przygotowywanie akademii z okazji Narodowego Święta Niepodległości.
2. Zajęcia umuzykalniające - śpiewanie pieśni patriotycznych przy akompaniamencie gitary.
3. Rajd rowerowy – doskonalenie prawidłowej postawy podczas jazdy rowerem.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: nauka robienia warkoczy, malowanie paznokci z dużą starannością i precyzją.
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: ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia bierne, ćwiczenia czynne wolne, ćwiczenia wzmacniające mięśnie kkd i kkg, masaż klasyczny ćwiczenia samowspomagane, ćwiczenia czynne z oporem, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, gry i zabawy korygujące prawidłową postawę ciała, nauczanie techniki i taktyki gry w tenisie stołowym 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. Kotyliony ze wstążek z okazji Święta Odzyskania Niepodległości - odmierzanie wstążek, przycinanie, przymarszczanie, mocowanie zapięcia.
2. Malowanie palcami – przynależność narodowa – barwy i symbole narodowe, przypomnienie i utrwalenie znanych wiadomości – rozwijanie zdolności manipulacyjnych.
3. Kompozycja kwiatowa – wycinanie różnokolorowych pasków papieru, nawijanie na wykałaczkę, skręcanie, sklejanie końcówek, modelowanie kwiatów, tworzenie kompozycji – pobudzanie do samodzielności.
4. Jesienna girlanda – wykorzystanie szyszek, kasztanów, owocu głogu, piórek, żołądki do wykonania girlandy – rozwijanie zdolności twórczych.

### **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 pieczarkowej.
4. Wypiekanie kruchych ciasteczek z wróżbą z okazji „Andrzejek”.

### **III. PRACOWNIA PLASTYCZNO-INTROLIGATORSKA**

1. „Święto Niepodległości” – rozwijanie poczucia przynależności narodowej: przygotowanie gazetki okolicznościowej.
2. Owoce, przedmioty użytku dnia codziennego - ćwiczenia w rysowaniu w różnych ujęciach perspektywicznych.
3. Poznanie rodzajów talerzy – deserowe, obiadowe oraz sztuców – widelców, noży, łyżek, łyżeczek.
3. Wykonanie puzzli – naklejanie obrazka na tekturę, rysowanie przy pomocy linijki, przecinanie, układanie.

4. Świec – wykonanie kolorowych świec na stół wigilijny.

#### **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Flaga narodowa uszyta techniką patchworkową – skrojenie kwadratów, odpowiednie zszycie, rozprasowanie.
2. Wianek adwentowy - skrojenie z podwójnie złożonego płótna ringo, obszycie boków, wypełnienie watoliną, udekorowanie: gałązki świerku, gwiazdki i serduszka z kory, atlasowe tasiemki.
3. Dekoracja bożonarodzeniowa - skrojenie z tkaniny w paski choinki, wypełnienie watoliną, zamocowanie na drewnianym patyku i umieszczenie w doniczce, udekorowanie: mech, bombki, rajskie jabłuszko, filcowa gwiazdka.
4. Kartka bożonarodzeniowa z aplikacją – skrojenie elementów aplikacji, naszywanie, ozdobienie brokatem i dżetami.

#### **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Grabienie liści – sprzątanie terenu wokół naszego Domu – przygotowanie terenu do zimy – doskonalenie dobrej organizacji pracy oraz wytrwałości.
2. Wbijanie gwoździ w deski – praca z młotkiem – ćwiczenie dokładności i precyzji.
3. Drewniane anioły – przygotowanie odpowiedniego drewna, wyrzynanie, wygładzanie malowanie, ozdabianie, utrwalanie lakierem bezbarwnym.
4. Choinki – przerysowywanie choinek na desce, wyrzynanie, wygładzanie, malowanie farbą akrylową, ozdabianie – utrwalanie umiejętności obsługi wyrzynarki.

#### **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. Utrwalanie pracy z programem Word – pisanie wierszy ulubionego autora.
4. Tworzenie i przegrywanie płyt CD z ulubionymi piosenkami.

#### **VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE**

1. Rozwijanie motoryki dużej - ćwiczenia tułowia, skłony, skręty w różnych kierunkach.
2. Rozładowanie emocji – zajęcia z tworzywami przekształcalnymi.
3. Rozwijanie małej motoryki – ćwiczenia konstrukcyjne.
4. Rozwijanie orientacji przestrzennej - ćwiczenia z uwzględnieniem pojęć: z prawej, z lewej, na, pod, za, przed, obok.

#### **VIII. INTEGRACJA**

1. Wszystkich Świętych – odwiedzanie grobów.
2. Marcinki – wypieki rogali, degustacja, zabawa.
3. Andrzejki – zabawa taneczna na terenie ŚDS.

#### **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: prezentacja akademii z okazji Narodowego Święta Niepodległości, rozpoczęcie pracy nad jasełkami.
2. Zajęcia umuzykalniające: śpiewanie piosenek patriotycznych, przypomnienie koled i pastorałek.

3. Zajęcia taneczne: nauka prostej choreografii do muzyki latynowskiej.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: rozmowa na temat dbania o skórę twarzy i dłoni w okresie jesienno-zimowym, poznanie kremów ochronnych do twarzy i dłoni.
5. Zajęcia relaksacyjne: masaż głowy, szyi i twarzy butelką wypełnioną ciepłą wodą.
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 wzmacniające mięśnie kkg z wykorzystaniem gumy Thera band oraz hantli, ćwiczenia na matach z elementami jogi, ćwiczenia synergistyczne- kontralateralne oraz ipsilateralne Aerobik: nauka układu tanecznego z wykorzystaniem piłki rehabilitacyjnej, zastosowanie elektroterapii i ultradźwięków, ćwiczenia rozciągające ścięgno Achillesa przy drabinkach.

## **GRUDZIEŃ**

### **I. PRACOWNIA RĘKODZIEŁA ARTYSTYCZNEGO**

1. Świąteczne skrzaty – lepienie z plasteliny wąskiego wałka, łączenie dwóch orzechów włoskich, po bokach wsuwanie w plastelinę zapalek jako ramion, przyklejanie z plasteliny nosa do orzecha – rozwijanie wyobraźni i poczucia piękna.
2. Choinki z kory, gałązek oraz mchu– wykonanie stożka z tektury, przyklejanie dociętych gałązek, mchu, kory przy pomocy kleju na gorąco, przyklejanie gwiazdki na czubku choinki – wyzwalanie radości tworzenia.
3. Święty Mikołaj, postać na gazetkę – kopiowanie, wycinanie z bloku technicznego kolorowego poszczególnych elementów dekoracji, naklejanie - rozwijanie inwencji twórczej i wyobraźni.
4. Pachnąca choinka – wycinanie gąbki florystycznej, umieszczanie jej w doniczce na kijku, utykanie w niej odpowiednio dobranej długości świerkowych gałązek, oplatanie ich cienkim drucikiem i formowanie drzewka, ozdabianie go, cynamonem, wstążeczkami itp.- rozwijanie pomysłowości.

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

1. Wypiekanie chatki z piernika- ozdabianie, dekorowanie lukrem i obsypką.
2. Przygotowywanie pierogów z kapustą i grzybami.
3. Pieczenie tradycyjnych ciast świątecznych – makowce, serniki, pierników.
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. Dekoracje świąteczne - renifer, bałwanek, Mikołaj, Aniołki, gwiazdki itp.- praca z wykorzystaniem darów natury.
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.

### **IV. PRACOWNIA KRAWIECKA**

1. Bałwanek z szarego płótna – skrojenie, zszywanie, wypełnienie watą, zamocowanie czapki i worka z białego płótna.

2. Bombka z juty - skrojenie juty, oplecenie nią styropianowej kulki, ozdobienie kokardą z bawełnianej koronki.
3. Skrzat bożonarodzeniowy - skrojenie z filcu poszczególnych elementów, zszycie, wypełnienie watą, zamocowanie brody z futerka.
4. Gwiazda betlejemska: dekoracja bożonarodzeniowego prezentu - skrojenie z czerwonego filcu płatków (różnej wielkości), odpowiednie ułożenie, przesytycie razem płatków, doszycie pośrodku guzika, zamocowanie ozdobnej tasiemki.

## **V. PRACOWNIA STOLARSKO-OGRODNICZA**

1. Gwiazda betlejemska – wyrzynanie ze sklejki różnej wielkości gwiazd, wygładzanie krawędzi, malowanie, nawiercanie otworów.
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. Choinka z listewek – odmierzanie litewek, frezowanie rowków, łączenie dwóch elementów za pomocą wiertarko-wkrętarki, przyklejanie drewnianych ozdób, lakierowanie – praca z frezarką, przypomnienie zasad obsługiwanego sprzętu.

## **VI. PRACOWNIA KOMPUTEROWA**

1. Praca z czytnikiem płyt CD. Przesłuchiwanie ulubionych piosenek w formacie audio.
2. Tworzenie kart ozdobnych i drukowanych kopert w programie Word.
3. Tworzenie wydruków zimowych w programie Power Point.
4. Zapisywanie życzeń i wierszy świątecznych na dysku zewnętrznym – pendrive.

## **VII. ZAJĘCIA REWALIDACYJNE**

1. Rozwijanie zmysłu smaku - próbowanie wybranych substancji, określanie smaku: gorzki, słodki, słony, kwaśny.
2. Poznawanie doznań termicznych-zabawy i ćwiczenia z wodą: wdrażanie do zasad bezpieczeństwa podczas korzystania z wody.
3. Rozwijanie spostrzegawczości słuchowej - wyklaskiwanie słyszanego prostego rytmu.
4. Rozwijanie małej motoryki – wymachy i krążenia kończyn górnych (stopniowo rąk, dłoni, palców).

## **VIII. INTEGRACJA**

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

## **IX. ZAJĘCIA DODATKOWE**

1. Zajęcia teatralne: prezentacja przygotowywanych w listopadzie i grudniu jasełek, ćwiczenie dykcji z tekstem.
2. Zajęcia umuzykalniające: zapoznanie się z nowymi piosenkami bożonarodzeniowymi.
3. Zajęcia na lodowisku: doskonalenie umiejętności jazdy na łyżwach.
4. Zajęcia fryzjersko – kosmetyczne: wykonywanie makijaży świątecznych oraz propozycje fryzur sylwestrowych.
5. Zajęcia relaksacyjne: Relaks w pozycji leżącej przy muzyce wyciszającej.

6. Zajęcia z psychologiem: Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z negatywnymi emocjami (złość, agresja). Rozmowy indywidualne (wsparcie, porady psychologiczne, ocena stanu psychicznego).

7. Zajęcia rehabilitacyjne: zabawy zręcznościowe w kregle, toczenie, rzucanie i chwytanie, zabawy wdrażające do zarządzania własnym ciałem, ćwiczenia usprawniające koordynacyjnie (naśladowanie ptaków, samolotów, pływanie). Ćwiczenia rozluźniające w rytm muzyki tanecznej, ćwiczenia z elementami metody Bobath, ćwiczenia na ławce gimnastycznej, gry i zabawy w rytm muzyki świątecznej.

W.z. STAROSTY  
  
Waldemar Grzegorek  
WICESTAROSTA