

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „JUTRZENKA”
W PIETRZYKOWIE NA ROK 2023**

STYCZEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Omówienie zasad obowiązujących w pracowni podczas zajęć oraz zasad obsługi sprzętu.
2. Nabywanie nowych umiejętności w pracy w programem Microsoft Word – tworzenie i wypełnianie tabeli.
3. Wyszukiwanie w Internecie, tworzenie tabeli zbiorczej z wszelkimi świętami, dniami wolnymi w roku 2023.
4. Tworzenie plakatów w programie Microsoft Word.
5. Drukowanie w rozmiarze A3: ustawianie preferencji, dobór papieru, drukowanie.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Zapoznanie się z zasadami Savoir-vivre przypomnienie zasad prawidłowego zachowywania się przy stole - zwiększenie wiedzy dotyczącej zasad przy stole.
2. Nauka przyrządzania napojów rozgrzewających (herbata z miodem, cytryną, goździkami oraz imbirem) - propagowanie zdrowego stylu życia.
3. Przyrządzanie potraw z wykorzystywaniem kaszy oraz ryżu - zwiększenie samodzielności podczas przygotowania prostych dań.
4. Poznawanie nowych przepisów na szybkie dania obiadowe - podejmowanie samodzielnych prób przyrządzania potraw.
5. Gotowanie zup typu krem - przypomnienie zasad bezpiecznej obsługi blendera. Umiejętność przyrządzania grzanek.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Tworzenie puzzli ze sklejki – doskonalenie umiejętności precyzyjnych cięć przy pomocy wyrzynarki włosowej.

2. Wykonywanie budek lęgowych dla ptaków. Wprowadzenie techniki łączenia drewna z wykorzystaniem wkrętów do drewna.
3. Nauka prawidłowego korzystania z wiertarki stołowej. Wykonywanie otworów w elementach lampionu w celu połączenia go w całość za pomocą metalowych prętów.
4. Wykonywanie lampionów. Nauka odczytywania projektów, przenoszenia wymiarów na drewno i wykonywania cięć za pomocą pilarki stołowej.
5. Tworzenie lampionów – nauka dobierania prętów do lampionów oraz przycinanie ich przy zastosowaniu szlifierki kątovej z odpowiednią tarczką.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie obrazów z diamentowej mozaiki- wykorzystanie techniki haftu diamentowego.
2. Projektowanie i wykonywanie ramek z tektury – wykorzystanie techniki odmierzenia, cięcia, gięcia, klejenia tektury.
3. Malowanie kamieni – rozwijanie wyobraźni – zastosowanie techniki punktowego nakładanie farby akrylowej.
4. Tworzenie zabawek sensorycznych z dostępnych materiałów – wykorzystanie techniki łączenia materiałów.
5. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.
6. Malowanie obrazów o tematyce zimowej – wykorzystywanie różnych technik plastycznych (kredka świecowa, pasta do zębów, farba).

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Ćwiczenia ogólnokondycyjne wpływające na poprawę sprawności fizycznej.
2. Zajęcia na sali gimnastycznej – gry zespołowe w piłkę siatkową, unihokeja, ringo.
3. Rehabilitacja indywidualna dostosowana do potrzeb uczestników.
4. Rozładowanie napięć psychicznych poprzez zajęcia muzyczno-ruchowe.
5. Trening higieniczny – dbałość o czystość i estetykę bielizny, odzieży i obuwia.
6. Gimnastyka korekcyjna.

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. Korzystanie z różnych metod wyszukiwania informacji na dany temat w Internecie.
2. Wykonywanie Walentynek wykorzystując znane techniki i rozwijając inwencję twórczą.
3. Praca z Internetem: wyszukiwanie walentynkowych wierszyków, tekstów, rymowanek.
4. Praca ze sprzętem: tłoczenie papieru za pomocą embossingu.
5. Dokonywanie zakupów internetowych - zakładanie kont, logowanie się do istniejących kont.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Wdrażanie zasad BHP poprzez wyrobienie nawyku czystego mycia oraz dezynfekcji rąk przed przystąpieniem do zajęć w pracowni, przed posiłkiem, a także po wyjściu z toalety.
2. Pieczenie pizzy na cieście drożdżowym – doskonalenie umiejętności zarabiania ciasta. Nauka przyrządzania sosu.
3. Pieczenie kruchych ciast z owocami oraz kruszonką - podtrzymywanie umiejętności korzystania z nowych przepisów kulinarnych oraz prawidłowego odmierzania sypkich produktów spożywczych.
4. Pieczenie chleba oraz bułek zbożowych - poznanie możliwości wykorzystanie pestek dyni, słonecznika, siemienia lnianego i innych ekologicznych składników. Umiejętność wyrabiania ciasta.
5. Pieczenie pączków oraz faworków - doskonalenie umiejętności smażenia na głębokim tłuszczu.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wprowadzanie techniki ozdabiania drewna przy pomocy wypalarki.
2. Wykonywanie elementów ozdobnych o tematyce wielkanocnej – wprowadzenie pracy z wyrzynarką ręczną.
3. Tworzenie ozdób wielkanocnych ze sklejki – nabywanie umiejętności cięcie sklejki z wykorzystaniem metody wyrzynarki stołowej.
4. Nabywanie umiejętności szlifowania drewna poprzez zastosowanie metody ręcznego szlifowania oraz szlifierki elektrycznej.
5. Nabywanie umiejętności łączenia drewna. Nauka łączenia drewna z innymi materiałami (papier, folia, bibuła, plastik itp.).

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie kartek okolicznościowych na walentynki – utrwalenie techniki odmierzania, cięcia, gięcia, odwzorowywania.

2. Szycie serc z tkanin – wykorzystanie techniki odmierzania, cięcia po śladzie, szycia maszynowego.
3. Wyplatanie bransoletek przyjaźni z muliny – zastosowanie techniki wiązania supełków.
4. Słuchanie muzyki, audiobajek, śpiewanie i granie na różnych instrumentach – zastosowanie techniki muzykoterapii.
5. Tworzenie wiszącej ozdoby – zastosowanie techniki składania papieru – origami.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Odpowiedni dobór metod i form aktywności dostosowany do potrzeb uczestników.
2. Gimnastyka korekcyjna.
3. Zorganizowanie na terenie placówki rozgrywek w piłkę siatkową.
4. Zajęcia grupowe polegające na wspólnych grach i zabawach.
5. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych.
6. Kinezyterapia niedowładów i porażień.
7. Edukacja uczestników na temat otyłości.

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. Korzystanie z rozrywek dostępnych w sieci: muzyka, filmy, gry.
2. Wykonywanie kartek wielkanocnych wykorzystując dotychczas poznane techniki.
3. Korzystanie z wyszukiwarki w celu znalezienia i skopiowania ciekawych życzeń wielkanocnych.
4. Tworzenie ozdób na Wielkanoc – wykorzystanie znanych i nowych technik, tworzenie szablonów, odwzorowywanie.
5. Praca z drukarką: ustawianie preferencji drukowania, drukowanie na różnych wielkościach papieru i kopert.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Pranie i prasowanie ściereczek oraz fartuszków kuchennych oraz obrusów. Nauka segregacji prania pod względem kolorów oraz doskonalenie umiejętności obsługi żelazka oraz deski do prasowania.
2. Przyrządzanie dań z różnych rodzajów makaronów – rozwijanie umiejętności gotowania makaronu.
3. Gotowanie zup warzywnych - rozwijanie umiejętności obróbki warzyw oraz krojenia w kostkę.
4. Zapoznanie się z nowymi przepisami kulinarnymi.

5. Zapoznanie się z poszczególnymi gatunkami mięs – rozwijanie umiejętności smażenia, gotowania, duszenia oraz pieczenia na różne sposoby (naczynie żaroodporne, rękaw do pieczenia, itp.)

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie drewnianych aniołów z drewna. Nabywanie umiejętności pracy z zastosowaniem techniki cięcia drewna przy pomocy wyrzynarki.
2. Nauka estetycznego wykończania ozdób z drewna. Dekorowanie wykonanych figur ze sklejkii metodą malowania oraz naklejania tkanin.
3. Wykonanie drewnianych pojemników ozdobnych do doniczek kwiatowych. Tworzenie projektu pojemników o wymiarach dostosowanych do rozmiaru doniczki. Nauka prawidłowego odczytywania projektu.
4. Nabycie umiejętności obsługiwania pilarki ukosowej. Wykonywanie cięć pod kątem prostym elementów potrzebnych do wykonania pojemników do kwiatów.
5. Tworzenie ozdób ze sklejkii w postaci zwierząt. Doskonalenie umiejętności obróbki drewna wykorzystując metodę pracy z papierem ściernym.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wyklejanie butelek kulkami z plasteliny – zastosowanie techniki kulania i wyklejania.
2. Wykonywanie zwierząt z modeliny – wykorzystanie techniki modelowania, łączenia elementów, odwzorowywania.
3. Wyplatanie ozdób z wikliny papierowej – rozwijanie motoryki małej, doskonalenie techniki wyplatania.
4. Zdobienie ozdób z wikliny papierowej – wykorzystanie techniki decoupage.
5. Tworzenie bukietów z krepiny – rozwijanie motoryki małej, zastosowanie techniki zwijania, formowania płatków.
6. Projektowanie i wykonywanie kartek okolicznościowych, wielkanocnych – wykorzystanie techniki odmierzania, scrapbooking, cięcia, gięcia.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Korygowanie wad postawy poprzez zajęcia z gimnastyki korekcyjnej.
2. Ćwiczenia w uogółu w zestawie bloczkowo-ciężarkowym.
3. Trening higieniczny - kształtowanie nawyku estetycznego i higienicznego korzystania z toalety.
4. Zajęcia na sali gimnastycznej – gry i zabawy ruchowe.
5. Kinezyterapia niedowładów i porażień.
6. Ćwiczenia ogólnokondycyjne ukierunkowane na poprawę aktywności fizycznej.
7. Doskonalenie chodu przy pomocy balkonika, kuli oraz chodzika - pionizatora.

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. Zajęcia z obsługiwanie bindownicy – łączenie kartek papieru, dostosowywanie odpowiednich grzbietów do ilości stron.
2. Utrzymywanie dbałości o sprzęt komputerowy: czyszczenie, konserwacja.
3. Tworzenie okładek do notesów – praca z grafiką.
4. Doskonalenie umiejętności pracy z mapami Google i nawigacją.
5. Pobieranie grafik przedstawiających oznaki wiosny – praca z przeglądarką internetową.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Wyrobienie nawyku zakładanie odzieży ochronnej - tj. fartucha, czepka , rękawic, a także zwrócenie uwagi na estetykę i czystość odzieży własnej podczas wykonywania czynności kulinarnych
2. Przyrządzanie potraw świątecznych - żurek z białą kielbasą, sałatka jarzynowa, ćwikła z chrzanem, pasztet, jaja faszerowane. Kultywowanie tradycji wielkanocnych oraz podtrzymywanie umiejętności mielenia, krojenia oraz rozdrabniania poszczególnych składników.
3. Pieczenie serników oraz bab wielkanocnych – doskonalenie umiejętności obsługi miksera ręcznego oraz dekorowanie wypieków kolorowymi pisankami.
4. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami do rozdrabnianie warzyw i owoców. Umiejętność obsługi sprzętu.
5. Prowadzenie zeszytu kulinarnego - zachęcanie do systematycznego uzupełniania nowych przepisów. Rozwijanie zainteresowań kulinarnych.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Nabycie umiejętności obsługi pilarki ukosowej. Wykonywanie cięć drewnianych elementów pod kątem 90°, 60°, 45°, 30°.
2. Wykonywanie półek ściennych. Doskonalenie umiejętności odczytywania projektów i tworzenia na ich podstawie półek. Korzystanie z pilarki stołowej.
3. Lakierowanie drewna. Nauka nanoszenia odpowiedniej grubości warstwy lakieru olejowego.
4. Naprawa krzeseł ogrodowych. Wprowadzenie techniki łączenia drewna przy pomocy śrub do drewna.
5. Nauka obsługi szlifierki kątovej. Wprowadzenie techniki cięć metalu szlifierką kątową. Obcinanie śrub przy ławkach przeznaczonych do renowacji.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Zdobienie pisanek wielkanocnych – zastosowanie techniki malowania pisakami, woskiem, farbowania barwnikami naturalnymi.
2. Wykonywanie stroików wiosennych w szkle – doskonalenie techniki łączenia elementów naturalnych.
3. Tworzenie palmy wielkanocnej z krepiny, bibuły – utrwalanie techniki zwijania, formowania, łączenia.
4. Słuchanie muzyki, audiobajek, śpiewanie i granie na różnych instrumentach – zastosowanie techniki muzykoterapii.
5. Wykonywanie koralików z wełny czesankowej – wykorzystanie techniki filcowania na sucho.
6. Tworzenie masy plastycznej slime – rozwijanie motoryki małej, wykorzystanie techniki odmierzania, łączenia produktów.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna dostosowana do potrzeb uczestnika.

2. Edukacja uczestników na temat otyłości – uświadamianie zagrożeń jakie się wiążą z nadmierną nadwagą.
3. Zorganizowanie na terenie placówki zawodów sportowych: rzut do kosza, rzut piłką lekarską, skok w dal, rzut do celu.
4. Ćwiczenia poprawiające sprawność manualną dłoni i palców.
5. Zajęcia prowadzone na świeżym powietrzu – spacer, zabawy zespołowe, nordic-walking.
6. Zajęcia muzyczno-ruchowe – rozwijanie koncentracji i aktywności ruchowej.
7. Zapobieganie przykurczom mięśniowym i deformacjom stawowym.

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. Jakże 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 Poznania.

MAJ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Nabywanie nowych umiejętności w pracy w programem Microsoft Word – grafika i tekst.
2. Tworzenie wizytówek placówki w programie Microsoft Word.
3. Tworzenie wiosennych prac graficznych z wykorzystaniem programów dostępnych w pracowni.
4. Przygotowanie życzeń, wierszyków z okazji Dnia Kobiet.
5. Doskonalenie umiejętności korzystania z poczty elektronicznej - wysyłanie wiadomości e – mail z załącznikami.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Zasady zdrowego odżywiania się - tworzenie jadłospisów.
2. Wykonywanie surówek z kapusty modrej, kiszonej, pekińskiej. Podtrzymywanie umiejętności obróbki wstępnej warzyw.
3. Tworzenie koktajli z owoców mrożonych - doskonalenie umiejętności doboru warzyw i owoców oraz sprzętu do rozdrabniania.
4. Planowanie zdrowych jadłospisów, planowanie listy zakupów - doskonalenie umiejętności wyszukiwania potraw oraz ich kaloryczności.
5. Wykonywanie dekoracji z warzyw i owoców na imprezy okolicznościowe - rozwijanie inwencji twórczej. Nauka dekorowania potraw oraz przypomnienie zasad estetyki podawania posiłków.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Praca ze szlifierką do metalu. Wprowadzenie techniki likwidowania nierówności metalu powstałych w wyniku jego cięcia.
2. Nauka cięcia metalu. Wprowadzenie metody cięcia metalu za pomocą piły ręcznej oraz szlifierki kątowej.

3. Wykonywanie donic kwiatowych. Nabycie umiejętności wyrównywania powierzchni drewna techniką szlifowania oscylacyjnego. Korzystanie ze szlifierki oscylacyjnej.
4. Wprowadzenie techniki zaokrąglania krawędzi desek przy pomocy frezarki górnwrzecionowej.
5. Wykonywanie palików do kwiatów. Wykonywanie cięć drewna z wykorzystaniem pilarki tarczowej. Konserwacja drewna metodą impregnacji.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Szycie tulipanów z tkaniny – utrwalanie techniki odwzorowywania, cięcia, łączenia, szycia maszynowego.
2. Dłutowanie w szarym mydle – wykorzystanie techniki dłutowania w miękkich powierzchniach.
3. Malowanie mandali – rozwijanie wyobraźni – doskonalenie techniki malowania pisakami.
4. Wykonywanie kartek tematycznych – komunijnych – doskonalenie techniki odmierzanie, cięcia, gięcia, zdobienia, złożenia.
5. Wykonywanie skarbonki z balonu – rozwijanie umiejętności obklejania, dekorowania, malowania.
6. Wykonywanie wieszaków na donice – wykorzystanie techniki splatania makramy.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Dbłość o ogólną sprawność ruchową poprzez usprawnianie motoryczne, ćwiczenia ogólnokondycyjne, ćwiczenia na sprzętach dostępnych w pracowni.
2. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych.
3. Ćwiczenia ułatwiające sprawne poruszanie się – wybieranie właściwego stereotypu chodu, poprawa równowagi koordynacji ruchów.
4. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą – kinezyterapia niedowładów i porażzeń, zwiększanie zakresu ruchu w stawach.
5. Prowadzenie zajęć na świeżym powietrzu.

6. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.
7. Ćwiczenia w ugolu w zestawie bloczkowo-ciężarkowym.

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. Praca na edytorze grafiki – dobór narzędzi i kolorów z paska narzędziowego – wykonywanie letniej grafiki
2. Praca na edytorze grafiki – dobór narzędzi i kolorów z paska narzędziowego – wykonywanie kartek z życzeniami.

3. Pobierania plików dźwiękowych z Internetu i zapisywanie ich na dysku komputera lub nośniku zewnętrznym.
4. Praca z przeglądarką - doskonalenie umiejętności wyszukiwania wskazanych treści w sieci.
5. Gry komputerowe: wyszukiwanie zajęć mających na celu zagospodarowanie czasu wolnego i rozwijanie zainteresowań.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie deserów z owocami - doskonalenie umiejętności miksowania owoców przy użyciu robota kuchennego.
2. Dekorowanie deserów - umiejętność doboru i obróbki owoców.
3. Gotowanie zup z wykorzystaniem dostępnych warzyw oraz owoców sezonowych - nauka doboru odpowiednich składników. Poznawanie zasad racjonalnego odżywiania z uwzględnieniem warzyw i owoców w diecie.
4. Dbanie o czystość i porządek w pracowni – zapoznanie z asortymentem i zasadami stosowania odpowiednich środków czystości.
5. Pieczenie różnego rodzaju ciastek - podtrzymywanie umiejętności obsługi piekarnika elektrycznego oraz odmierzanie produktów sypkich. Zapoznanie z nowymi przepisami kulinarnymi.

III. PRACOWANIA STOLARSKA

1. Tworzenie ozdób ze sklejki w postaci baletnic na podstawce. Doskonalenie techniki korzystania z wyrzynarki ręcznej.
2. Wykonywanie blatu do ławek ogrodowych. Wprowadzenie techniki wykonywania cięć równoległych z zastosowaniem ręcznej piły tarczowej.
3. Wykonywanie otworów w drewnie – wprowadzenie techniki wykonywania precyzyjnych prostopadłych wierceń przy pomocy wiertarki stołowej.
4. Nauka wykonywania otworów w ścianie stosując metodę pracy z wiertarką wyposażoną w system udarowy.
5. Zastosowanie techniki cięcia drewna piłą stołową w celu wykonania korytka do kwiatów.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Tworzenie witraży z kolorowej bibuły – doskonalenie techniki odwzorowywania, cięcia nożykiem introligatorskim, klejenia.
2. Wykonywanie kuli do kąpiel – doskonalenie techniki łączenia produktów zgodnie z przepisem.
3. Przycinanie krzaków lawendy – uwzględnienie techniki cięcia roślin.
4. Szycie ubranek dla lalek – doskonalenie techniki odwzorowywania, cięcia, szycia maszynowego.
5. Malowanie krajobrazów z wykorzystaniem sztalugi – doskonalenie techniki odwzorowywania widoków, nakładania farby akwareli.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Zajęcia indywidualne prowadzone z jedną osobą tego wymagającą.
2. Korygowanie istniejących wad postawy poprzez gimnastykę korekcyjną.
3. Gry i zabawy zespołowe na świeżym powietrzu.
4. Wyrównywanie zaburzeń w rozwoju motoryki małej i dużej.
5. Rozładowanie napięć psychicznych poprzez zajęcia muzyczno-ruchowe.
6. Trening higieniczny – dbałość o higienę osobistą.
7. Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, wspomagane, pionizacja.

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 we Wrocławiu.

LIPIEC

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Edytowanie tekstu i grafiki – praca z programem Microsoft Word.
2. Doskonalenie umiejętności pracy z tłumaczem dostępnym w sieci.
3. Praca z edytorem tekstu Word – ustawianie układu strony dokumentu (marginesy, kolumny, sekcje).
4. Tworzenie animacji, przejść slajdów, efektów specjalnych przy tworzeniu prezentacji multimedialnych.
5. Tworzenie i wypełnianie, edytowanie tabel z danymi liczbowymi w programie Microsoft Excel.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Gotowanie zup warzywnych takich jak: kalafiorowa, buraczkowa, fasolowa - doskonalenie umiejętności posługiwania się prostymi narzędziami kuchennymi (nożyk, tarka do warzyw, obieraczka). Nauka doboru odpowiednich przypraw do gotowania zup.

2. Pieczenie kruchych ciast z owocami i kruszonką - podtrzymanie umiejętności i korzystanie z nowych przepisów kulinarnych oraz prawidłowego odmierzania sypkich produktów spożywczych.
3. Zaprawianie ogórków – podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności kiszenia ogórków. Nauka przyrządzania zalewy solnej.
4. Przyrządzanie mięsa na grilla – doskonalenie umiejętności doboru odpowiednich przypraw do marynowania oraz smażenia na ruszcie.
5. Omówienie i przestrzeganie zasad BHP w pracowni.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Odnowianie mebli ogrodowych. Zastosowanie techniki oczyszczania drewna ze starej farby przy pomocy szlifierki oscylacyjnej oraz szlifierki taśmowej.
2. Nauka dobierania odpowiedniego preparatu do impregnacji mebli ogrodowych. Wprowadzenie techniki nanoszenia impregnatu przy pomocy pędzla wzdłuż słojów.
3. Wykonywanie misiów ze sklejki. Doskonalenie umiejętności posługiwania się wyrzynarką włosową.
4. Tworzenie podstaw do drewnianych ozdób. Rozwijanie umiejętności zaokrąglania krawędzi podstawy przy zastosowaniu odpowiedniego frezu we frezarce górnwrzecionowej.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Układanie obrazów z kamieni – wykorzystanie techniki klejenia, malowania.
2. Tworzenie mas plastycznych, piasku kinetycznego – rozwijanie motoryki małej, zastosowanie techniki łączenia produktów zgodnie z przepisem.
3. Wszywanie woreczków na susz lawendowy – utrwalanie umiejętności wyszywania ścięciem krzyżkowym.
4. Wspólne wyjścia na spacer – wyplatanie wianków, poznawanie polnych kwiatów, ziół, traw.
5. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Doskonalenie nawyku przyjmowania prawidłowej postawy ciała, rozluźnienie napięcia mięśniowego poprzez gimnastykę korekcyjną.
2. Poprawa koordynacji ruchowej, zręczności manualnych, stabilności i mobilności w siadzie i staniu.
3. Zwiększanie aktywności ruchowej poprzez ćwiczenia ogólnokondycyjne.
4. Zajęcia na świeżym powietrzu – gry i zabawy ruchowe, spacer, nordic-walking.
5. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
6. Kinezyterapia niedowładów i porażań.
7. Ćwiczenia odprężające i relaksacyjne przy muzyce.

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 Skorzęcina.
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. Opracowywanie układu strony: marginesy, kolumny, sekcje.
2. Zapisywanie plików na dysku, tworzenie folderów.
3. Praca w edytorze grafiki: tworzenie kolaży ze zdjęć, bądź pobranej z sieci grafiki.
4. Przypomnienie podstawowego słownictwa związanego z pracą na komputerze.
5. Wyszukiwanie, pobieranie i wypełnianie wniosków, dokumentów urzędowych.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Grillowanie szaszłyków warzywnych oraz mięsnych na grillu - nabywanie umiejętności nadziewania szaszłyków na specjalne patyczki. Nauka przyrządzania odpowiedniej marynaty.
2. Wykonywanie sałatek na grilla z dostępnych warzyw sezonowych - poznawanie nowych smaków oraz proporcji przy łączeniu poszczególnych produktów.
3. Gotowanie kompotów oraz soków – doskonalenie umiejętności przetwarzania owoców. Nauka oddzielenia pestek.
4. Wypracowanie poczucia obowiązku, dokładności i systematyczności poprzez sprzątanie, wycieranie oraz dezynfekcja stołów po spożytych posiłkach - doskonalenie umiejętności praktycznych.
5. Grillowanie kiełbasek oraz kaszanki - poznanie nowych technik grillowania. Nauka doboru odpowiednich przypraw.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Nauka odczytywania oraz interpretacji projektów karmników dla ptaków. Próba wykonania własnego projektu.
2. Wykonywanie karmników dla ptaków. Doskonalenie umiejętności cięcia drewna pilarką stołową. Zastosowanie techniki łączenia drewna za pomocą gwoździków.
3. Praca z wiertarką. Nauka dobierania wiertel w zależności od obrabianego materiału. Wykonywanie otworów w drewnie, metalu oraz w ścianie.

4. Doskonalenie umiejętności konserwacji drewna poprzez bejcowanie i lakierowanie.
5. Omówienie zasad bezpieczeństwa i prawidłowej obsługi sprzętu stolarskiego.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wyplatanie podstawek ze sznurka – wykorzystanie techniki wiązania zgodnie z instrukcją.
2. Porządkowanie pracowni artystycznej – stosowanie kolejności zajęć – wycieranie, układanie, zamiatanie, mycie.
3. Tworzenie makramy na ścianę – zastosowanie techniki wyplatania makramy.
4. Wykonywanie mydeł – wykorzystanie techniki na zimno.
5. Wykonywanie mydeł glicerynowych – dobór zapachu, barwnika naturalnego.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Gimnastyka korekcyjna – ćwiczenia poprawiające koordynację ruchową, ćwiczenia rozciągające i wzmacniające, korygowanie wad postawy.
3. Rozwijanie koncentracji i aktywności ruchowej poprzez taniec.
4. Edukacja uczestników na temat otyłości – piramida zdrowego odżywiania się.
5. Gry i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.
6. Zorganizowanie dla uczestników zawodów w badmintona na świeżym powietrzu.
7. Rehabilitacja indywidualna – ćwiczenia bierne, czynno-bierne, wspomagane, pionizacja, masaże lecznicze, doskonalenie chodu o kuli i w chodziku pionizatorze.

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 kęgle.
2. Zorganizowanie zabaw sportowych połączonych z grillem.
3. Wyjazd nad jezioro do Giewartowa.
4. Wyjazd na wycieczkę do Częstochowy.

WRZESIEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Praca ze sprzętem - laminowania dokumentów o różnych wielkościach i grubościach.
2. Praca z edukacyjnymi stronami internetowymi w celu wzbogacania doświadczeń zmysłowych w zakresie percepcji wzrokowej, zręczności, koordynacji.
3. Wykorzystywanie nośnika Pendrive – zapisywanie plików na nośniku.
4. Wykorzystywanie kanału You Tube w celu wpływania na nastrój, samopoczucie i spokój – muzykoterapia.
5. Dzień Chłopca – wyszukiwanie i drukowanie życzeń, kartek, wierszyków.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Wykonywanie dżemów z owoców sezonowych - doskonalenie umiejętności przygotowania owoców do obróbki technicznej.
2. Wekowanie buraków – doskonalenie umiejętności rozdrabniania buraków przy użyciu elektrycznej maszynki do mielenia. Nauka doboru odpowiedniej tarki do szatkowania.

3. Przyrządzanie różnorodnych zapiekaneek - ziemniaczana, makaronowa, ryżowa ze szpinakiem - poznawanie nowych technik zapiekania w piekarniku. Nauka wykonywania sosów do zapiekaneek.
4. Poznawanie nowych zasad przyrządzania znanych gatunków mięs, podtrzymywanie umiejętności obróbki mięsa wieprzowego oraz drobiu.
5. Przygotowanie upominków na Dzień Chłopca – kształtowanie umiejętności wykonywania prac manualnych.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie breloków do kluczy – korzystanie z pilarki ukosowej do wykonywania cięć pod odpowiednim kątem.
2. Doskonalenie umiejętności korzystania z wypalarki do drewna. Wykonywanie napisów na brelokach do kluczy.
3. Wykonywanie pojemników na gwoździe. Zastosowanie techniki łączenia drewnianych elementów za pomocą wkrętów.
4. Nauka obsługi narzędzia wykorzystującego metodę oscylacyjną do wykonywania niewielkich cięć w trudno dostępnych miejscach. Przycinanie listewek, wykonywanie nacięć ozdobnych.
5. Nauka wykonywania podstawowych prac ślusarskich. Wymiana zamków w drzwiach.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie ozdoby ściiennej – zastosowanie techniki wyplatania na krośnie.
2. Projektowanie i wykonywanie kartek okolicznościowych – doskonalenie techniki odmierzanie, cięcia, gięcia, zdobienia.
3. Tworzenie dekoracji z dyni i kwiatów – wykorzystanie techniki układania kwiatów.
4. Tworzenie lampionów ze słoików – doskonalenie techniki oklejania, malowania, zdobienia.
5. Wykonywanie osłonek na donice – zastosowanie techniki cięcia nożykiem introligatorskim, klejenia.
6. Projektowanie i wykonywanie ozdobnych pudełek z tektury – wykorzystanie techniki projektowania, odwzorowywania, cięcia, klejenia, zdobienia.

7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Kinezyterapia ukierunkowana na poprawę dysfunkcji narządu ruchu.
2. Ćwiczenia w ugulu w odciążeniu i z oporem.
3. Zajęcia na sali gimnastycznej – gra w piłkę siatkową i unihokeja.
4. Odpowiedni dobór metod i form prowadzenia zajęć indywidualnych dostosowanych do potrzeb uczestników.
5. Ćwiczenia poprawiające aktywność ruchową na sprzętach dostępnych w pracowni.
6. Doskonalenie nawyku przyjmowania prawidłowej postawy ciała, likwidacja napięcia mięśniowego oraz wzmocnienie osłabionych grup mięśniowych.
7. Gimnastyka na piłkach gimnastycznych ukierunkowana na poprawę koordynacji ruchowej.

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 Borysewa.
3. Wyjazd do lasu na grzybobranie.
4. Przygotowanie do wspólnych obchodów Dnia Chłopca - wyjazd do kina oraz Mc'Donaldsa.

PAŹDZIERNIK

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Kształtowanie umiejętności pisania CV, życiorysu.
2. Tworzenie notatek na dysku.
3. Nauka umiejętności kopiowania dokumentów, zmiany preferencji kserokopiarki.
4. Praca z programem Microsoft Word – doskonalenie poprawnego pisania redagowania tekstu.
5. Doskonalenie umiejętności podłączania projektora i wyświetlania obrazu.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Nabywanie i rozwijanie umiejętności bezpiecznej obsługi urządzeń gospodarstwa domowego - piekarnik elektryczny, mikrofalą, robot kuchenny, mikser oraz maszynka do mielenia.
2. Gotowanie zup podawanych z ziemniakami, makaronem oraz grzankami - doskonalenie umiejętności doboru odpowiednich składników.
3. Gotowanie zup - podtrzymywanie umiejętności gotowania wywaru mięsno-warzywnego oraz doboru odpowiednich przypraw.
4. Przyrządzanie pierogów na słodko i słono - kształtowanie umiejętności wykrawania, lepienia i faszerowania pierogów. Nauka mrożenia przygotowania potraw.
5. Smażenie naleśników - pancakes na słono. Poznanie nowego sposobu podawania naleśników. Kształtowanie umiejętności smażenia na patelni.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wprowadzenie techniki łączenia drewnianych elementów wykorzystując technikę klejenia do wykonywania latawców.
2. Wykonywanie drewnianych wózków. Nabycie umiejętności wykonywania precyzyjnych wierceń wykorzystując technikę wierceń prostopadłych przy użyciu wiertarki stołowej.
3. Doskonalenie umiejętności pracy z narzędziem wielofunkcyjnym. Docinanie metalu stosując odpowiednią końcówkę urządzenia.
4. Nauka posługiwania się kluczami oczkowymi i nimbusowymi. Nakręcanie i odkręcanie śrub i nakrętek o różnych rozmiarach.
5. Wykonywanie drewnianych skrzynek. Doskonalenie umiejętności odczytywania projektu oraz łączenia drewnianych elementów za pomocą kleju.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Tworzenie lampionów z dyni – zastosowanie techniki dłutowania, wycinania, drażenia.
2. Wykonywanie wianków z wrzosów i mchu – zastosowanie techniki łączenia materiałów naturalnych, wiązania, klejenia.
3. Wykorzystanie zabaw i ćwiczeń usprawniających koordynację wzrokową i ruchową – wykorzystanie gier dostępnych w placówce.
4. Kolorowanie kolorowanek antystresowych – wykorzystanie techniki ombre pastelami suchymi.
5. Nauka składania serwetek – zastosowanie techniki składania zgodnie z instrukcją.
6. Wykonywanie bransoletek z kolorowych koralików – zastosowanie techniki nawlekania, doboru kolorów, zachowania ciągłości powtórzeń.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna – ćwiczenia bierne, czynno-bierne, wspomagane, masaż leczniczy, pionizacja.

2. Doskonalenie umiejętności samodzielnego poruszania się o kuli i przy balkoniku.
3. Zajęcia na sali gimnastycznej – gra w unihokeja, piłkę siatkową, zabawy z piłką.
4. Gimnastyka korekcyjna – korygowanie wad postawy, zapobieganie płaskostopiu.
5. Zorganizowanie pomiędzy uczestnikami zawodów w unihokeja.
6. Rozładowanie napięć psychicznych poprzez zajęcia muzyczno-ruchowe.
7. Ćwiczenia ogólnokondycyjne na sprzęcie dostępnym w pracowni.

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 Zagórowa.
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. Wykonywanie zaproszeń: opracowanie wzoru, wykonanie, drukowanie.
2. Doskonalenie umiejętności posługiwania się zaginarką do papieru.
3. Praca w edytorze grafiki: wykorzystanie elementów gotowych (prostokąty, okręgi, koła, elipsy).
4. Praca z tabelą: wpisywanie danych w odpowiednie wiersze i kolumny, formatowanie ich.
5. Program media Player – tworzenie listy z piosenkami, odtwarzanie muzyki.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Pieczenie Rogali Marcinkowskich - doskonalenie umiejętności zagniatania oraz wałkowania ciasta. Dekorowanie rogali przy użyciu specjalnych pisaków cukrowych.
2. Przyrządzanie potraw z wykorzystywaniem ziemniaków - zapoznanie się z nowymi przepisami. Nauka krojenia na różne sposoby oraz rozdrabnianie ziemniaków przy użyciu tarki lub maszynki elektrycznej.
3. Zaprawianie papryki oraz pomidorów - zachęcanie do wykonywania zapraw na zimę. Nauka przyrządzania odpowiednich zalew.
4. Przyrządzanie potraw z białego oraz brązowego ryżu - poszerzenie wiedzy kulinarnych.
5. Pieczenie gofrów – doskonalenie umiejętności wykonywania ciast mikserem. Nauka obsługi nowej gofrownicy.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie ozdób bożonarodzeniowych. Nauka obróbki drewna przy wykorzystaniu szlifierki taśmowej.
2. Doskonalenie techniki malowania ozdób ze sklejk wykorzystując metodę nanoszenia farby przy pomocy wałka.
3. Wykonywanie figurek do szopki bożonarodzeniowej. Doskonalenie umiejętności korzystania z wyrzynarki włosowej.

4. Doskonalenie umiejętności korzystania z papieru ściernego podczas wyrównywania powierzchni figurek bożonarodzeniowych.
5. Nauka wymiany brzeszczotów i nożyków w wyrzynarce włosowej oraz ręcznej.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Tworzenie osłonek z puszek metalowych – wykorzystanie techniki oklejania gałązkami, korą.
2. Szycie maskotek dziecięcych – stosowanie techniki projektowania, odwzorowywania, cięcia, szycia maskotek.
3. Wykonywanie kwiatów z kolorowych liści – rozwijanie motoryki małej, zastosowanie techniki zwijania.
4. Dekorowanie ozdób ze sklejki – wykorzystanie techniki malowania, klejenia, decoupage.
5. Wykonywanie łapaczy snów – doskonalenie umiejętności wiązania makramy.
6. Nauka kaligrafii – rozwijanie starannego i estetycznego pisma wzbogaconego artystycznie.
7. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymania ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Poprawa zręczności manualnej, stabilności i mobilności w siadzie i staniu, doskonalenie chodu, zapobieganie przykurczom mięśniowym, zwiększanie zakresu ruchu w stawach.
3. Rehabilitacja indywidualna - odpowiedni dobór ćwiczeń.
4. Gry i zabawy zespołowe na sali gimnastycznej.
5. Taniec zumba z elementami choreografii.
6. Edukacja na temat otyłości – uświadamianie uczestników jak ważna jest aktywność ruchowa w zwalczaniu otyłości.
7. Kształtowanie cech motorycznych – szybkość, gibkość oraz zwinność.

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. Wspólne przygotowanie do Balu Marcinkowego organizowanego przez naszą placówkę.
2. Wyjazd na groby zmarłych uczestników.
3. Udział w apelu z okazji Odzyskania Święta Niepodległości.
4. Udział w akcji organizowanej przez Starostwo Powiatowe polegającej na wykonywaniu kotylionów.

GRUDZIĘŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Tworzenie kartek bożonarodzeniowych łącząc różnorodne techniki.
2. Zapoznanie się z programem antywirusowym, skanowanie dysku.
3. Praca z programem Microsoft Word – doskonalenie poprawnego pisania na klawiaturze.
4. Praca w programie graficznym Point – rysowanie i malowanie, modyfikowanie i przekształcanie rysunków.
5. Nauka adresowania pism i kopert zarówno odręcznie jak i komputerowo.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie potraw Bożonarodzeniowych - rozwijanie umiejętności pracy w grupie oraz wzajemnej pomocy.
2. Wykonywanie kieszonek na sztuce – rozwijanie sprawności manualnej oraz inwencji twórczej. Kształtowanie umiejętności przygotowania stanowiska pracy, dbanie o zachowywanie czystości przy nim.
3. Pieczenie pierników oraz makowców – podtrzymywanie umiejętności odczytywania i rozumienia przepisów kulinarnych. Nauka wykonywania polewy czekoladowej oraz lukru.
4. Smażenie ryb na głębokim tłuszczu - nabywanie umiejętności filetowania, przyprawiania oraz panierowania filetów rybnych.
5. Przygotowanie uroczystej wigilii – umiejętność składania serwetek, nakrywanie do stołu, obsługi.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie ozdób bożonarodzeniowych ze sklejki. Opanowanie techniki wykonywania cięć przy pomocy wyrzynarki ręcznej.
2. Tworzenie podstawek do ozdób bożonarodzeniowych. Wprowadzenie techniki wykonywania rowków w sklejce wykorzystując do tego celu frezarkę górną wrzecionową.
3. Wykonywanie ozdób na ścianę – wycinanie okrągłych drewnianych elementów przy wykorzystaniu otwornicy.
4. Wykonywanie stroików świątecznych na podstawie z drewna brzoźowego. Wprowadzenie techniki wyrównywania powierzchni drewna wykorzystując do tego celu strug elektryczny.
5. Tworzenie ozdób – doskonalenie umiejętności wyrównywania krawędzi z wykorzystaniem pilników.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Projektowanie i wykonywanie kartek bożonarodzeniowych – wykorzystanie techniki odmierzania, cięcia, zaginania, ozdabiania, klejenia.
2. Wykonywanie postaci dziadka do orzechów – zastosowanie techniki recyklingu.
3. Przygotowywanie prac na kiermasz bożonarodzeniowy.
4. Wykonywanie ozdób świątecznych – zastosowanie techniki łączenia surowców.
5. Szycie ubranek do ozdób ze sklejki – wykorzystanie techniki odwzorowywania, cięcia, szycia.
6. Szydełkowanie opasek na głowę – zastosowanie techniki półsłupków.
7. Tworzenie płatków śniegu 3D z papieru – wykorzystanie techniki odwzorowywania, wycinania po śladzie.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagająca.
2. Kinezyterapia ukierunkowana na poprawę dysfunkcji narządu ruchu.
3. Gimnastyka korekcyjna – ćwiczenia równoważno-koordynacyjne na piłkach gimnastycznych, korygowanie wad postawy.
4. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.
5. Ćwiczenia ogólnokondycyjne poprawiające ogólną sprawność fizyczną.
6. Gry i zabawy ruchowe na sali gimnastycznej.
7. Doskonalenie umiejętności samodzielnego poruszania się o kuli i przy balkoniku.

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 Magic of White Christmas w Łodzi.
2. Współorganizowanie i udział w Jasełkach.

w.z. STAROSTY

Waldemar Grzegorek
WICESTAROSTA