

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY „JUTRZENKA”
W PIETRZYKOWIE NA ROK 2020**

STYCZEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wprowadzanie elementów muzykoterapii w celu wpływania na nastrój, samopoczucie i spokój.
2. Korzystanie z Internetu w celach rozrywkowych – wyszukiwanie treści na kanale You Tube.
3. Nauka pobierania plików dźwiękowych z Internetu.
4. Doskonalenie umiejętności drukowania na papierze różnego formatu i struktury podczas wykonywania kalendarzy całorocznych.
5. Doskonalenie umiejętności cięcia papieru za pomocą gilotyny z zachowaniem szczególnej ostrożności.
6. Rozwijanie umiejętności wstawiania tabeli, jej edytowania w programie Microsoft Word- tworzenie stron kalendarza.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Dbanie o czystość i porządek w pracowni- wypracowanie poczucia obowiązku, dokładności oraz systematyczności poprzez sprzątanie po spożytych posiłkach
2. Układanie jadłospisów z uwzględnieniem zasad racjonalnego odżywiania się- nauka tworzenia piramidy zdrowego żywienia.
3. Omówienie i przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć w pracowni.
4. Obsługa sprzętu gospodarstwa domowego – podtrzymanie umiejętności obsługi piekarnika elektrycznego, mikrofalówki, robota kuchennego oraz maszynki do mielenia.
5. Przyrządzanie dań mięsnych- kotlety mielone, kotlety schabowe, roladki, pulpety oraz bitki- rozwijanie umiejętności obróbki mięsa oraz smażenia na patelni.
6. Pieczenie biszkoptów- poznanie technik wykonywania kremów na biszkopt przy użyciu miksera ręcznego. Nauka przekrawania biszkoptu na równe części oraz przekładania kremem, a także konfiturą.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie podstawek do telefonu ze sklejki – nabycie umiejętności przygotowania projektu i opracowania szablonu podstawki.
2. Nabycie umiejętności wycinania elementów ozdobnych podstawki do telefonu przy pomocy wyrzynarki włosowej.
3. Wprowadzenie techniki konserwacji drewna za pomocą lakierowania.
4. Wykonywanie budek lęgowych dla ptaków. Doskonalenie umiejętności tworzenia projektów oraz ich realizowania.
5. Wykonywanie otworów w drewnie – wprowadzenie techniki wykonywania precyzyjnych prostopadłych wierceń przy pomocy wiertarki stołowej.
6. Nabycie umiejętności obsługi pilarki ukosowej. Wykonywanie cięć drewnianych elementów pod kątem 90°, 60°, 45°, 30°.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie obrazów z piasku i kamieni - poznawanie techniki wykorzystującej naturalne kolory piasku i kamienia.
2. Malowanie obrazów o akcentach zimowych - wykorzystywanie różnych technik plastycznych (malowanie pastą do zębów, malowanie farbami, kredkami świecowymi).
3. Wykonywanie ozdobnych pudełek - doskonalenie techniki wyklejania.
4. Zdobienie ramek ze sklejk - wykorzystanie techniki klejenia klejem na gorąco.
5. Tworzenie piasku kinetycznego - zabawy sensoryczne.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Omówienie i przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacji ruchowej.
2. Rehabilitacja indywidualna prowadzona indywidualnie z jedną osobą tego wymagającą.
3. Rehabilitacja prowadzona z małą grupą osób polegająca na wspólnej gimnastyce.
4. Ćwiczenia przy wykorzystaniu sprzętu rehabilitacyjnego (rotor kończyn górnych i dolnych, stepper, rower) ukierunkowane na poprawę wydolności fizycznej organizmu.
5. Ćwiczenia w ogólnym - z oporem, w zestawie bloczkowo ciężarkowym wzmacniające siłę mięśniową.
6. Zajęcia ruchowe - taniec zumba, aerobic.
7. Zajęcia na sali gimnastycznej - gra w unihokeja i piłkę siatkową.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Zajęcia grupowe integrujące społeczność ŚDS.
2. Relacje w rodzinie - trening umiejętności społecznych.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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 na kręgle - rozwijanie umiejętności gry i rywalizacji zespołowej.
3. Wyjazd do grotty solnej - korzystanie z inhalacji.
4. Spotkanie z proboszczem tutejszej parafii podczas Kolędy.

LUTY

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystanie Internetu do wzbogacania doświadczeń zmysłowych w zakresie percepcji wzrokowej – wyświetlanie odpowiednich obrazów.
2. Wykonywanie kartek okolicznościowych na Walentynki – doskonalenie techniki pracy Microsoft Word oraz drukarki.
3. Nauka obsługi drukarki, przypomnienie preferencji, ustawień.
4. Utrwalanie umiejętności logowania się do poczty internetowej, odczytywania, wysyłania wiadomości tekstowych, dodawania załączników.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Gotowanie zup z warzywami- doskonalenie umiejętności obierania warzyw przy użyciu „obieraczki” oraz krojenia w kostkę. Nauka doboru odpowiednich przypraw.
2. Pieczenie ciasteczek walentynkowych- doskonalenie umiejętności wałkowania ciasta oraz wykrawania ciasteczek przy użyciu specjalnych foremek. Nauka dekorowania pisakami cukrowymi.
3. Przyrządzanie potraw z wykorzystaniem kaszy- poznanie nowych możliwości wykorzystania kaszy podczas przygotowywania ciepłych posiłków.
4. Pieczenie pączków z okazji Tłustego Czwartku – doskonalenie techniki formowania oraz nadziewania pączków marmoladą bez użycia szprycy.
5. Smażenie naleśników- rozwijanie umiejętności przewracania naleśników na patelni przy użyciu specjalnej łydki. Nauka zwijania naleśników w „kopertę”.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie skrzynki na listy – doskonalenie umiejętności nanoszenia wymiarów na sklejkę.
2. Nabycie umiejętności cięcia sklejki prawidłową techniką przy pomocy piły tarczowej – posługiwanie się pilarką zgodnie z instrukcją obsługi.
3. Tworzenie podstawek pod szklanki – wprowadzenie techniki cięcia drewna przy pomocy piły tarczowej.
4. Wycinanie serc walentynkowych z drewna – doskonalenie techniki precyzyjnego wycinania przy użyciu wyrzynarki stołowej.
5. Wykonywanie ozdób wielkanocnych (zajączki, pisanki) – trenowanie techniki korzystania z wyrzynarki elektrycznej zgodnie z szablonem.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Szycie serc z filcu – doskonalenie techniki odwzorowywania, krojenia, szycia ręcznego.
2. Zdobienie serc – doskonalenie techniki przyszywania ręcznego drobnych elementów zdobiących.
3. Wykonywanie kartek okolicznościowych na walentynki – doskonalenie techniki cięcia i zaginania papieru.

4. Tworzenie maski na Dzień Kota– nabywanie umiejętności projektowania, wycinania i zdobienia masek.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona indywidualnie z jedną osobą tego wymagającą.
2. Gry zespołowe (ringo, unihokej, piłka siatkowa) oraz zabawy połączone z gimnastyką, które wpływają na poprawę koordynacji ruchowej, podzielności uwagi oraz motoryki dużej.
3. Doskonalenie chodu przy pomocy sprzętu takiego jak: kula, balkonik, chodzik-pionizator.
4. Zorganizowanie pomiędzy uczestnikami rozgrywek w unihokeja.
5. Zajęcia z gimnastyki korekcyjnej – korygowanie wad postawy:
 - ćwiczenia wyrabiające odruch prawidłowej postawy,
 - ćwiczenia zapobiegające płaskostopiu,
 - ćwiczenia wzmacniające osłabione grupy mięśniowe,
 - ćwiczenia rozciągające mięśnie nadmiernie napięte i przykurczone.
6. Zajęcia ruchowe – zumba, aerobic.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Poprawa funkcjonowania poznawczego – indywidualne zajęcia rozwijające koordynację wzorkowo – ruchową i motorykę małą.
2. „Jak cię widzą tak cię piszą” – zajęcia grupowe dotyczące kreowania własnego wizerunku w społeczeństwie.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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 do kina – poszerzanie wiedzy na temat gatunków filmowych.

MARZEC

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystywanie stron edukacyjnych w celu rozwijania kierunkowości spostrzegania.

2. Doskonalenie umiejętności edytowania grafiki w programie Microsoft Word.
3. Wykonywanie kartek na Dzień Kobiet – przygotowanie treści, połączenie jej w grafiką, drukowanie, zdobienie.
4. Tworzenie kartek wielkanocnych – łączenie grafiki i tekstu w programie Microsoft Word.
5. Doskonalenie umiejętności cięcia papieru za pomocą gilotyny.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Gotowanie różnego rodzaju zup - rozwijanie umiejętności obierania warzyw. Nauka zagęszczania zup mąką oraz śmietaną.
2. Wykonywanie surówek- podtrzymanie umiejętności posługiwania się prostymi narzędziami kuchennymi (nóż, tarka do warzyw, hebeleki). Nauka doboru odpowiednich warzyw oraz przypraw.
3. Przygotowanie uroczystego poczęstunku z okazji Dnia Kobiet- rozwijanie umiejętności nakrywania do stołu, doboru odpowiednich sztuczków oraz dekoracji potraw. Poznawanie nowych technik składania serwetek.
4. Wyrabianie nawyku zakładania odzieży ochronnej – tj. fartucha, czepka, rękawic, a także zwrócenie uwagi na estetykę i czystość odzieży własnej podczas wykonywania czynności kulinarnych.
5. Przyrządzanie potraw z ziemniaków (kluski śląskie, placuszki, puree, kopytka, pyzy ziemniaczane, frytki) – poznanie nowych przepisów oraz możliwości wykorzystania ziemniaków.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie ozdób ze sklejk w postaci jeleni – zdobycie podstawowej umiejętności posługiwania się ręczną wyrzynarką.
2. Ozdabianie drewnianych zajęcy oraz pisanek – doskonalenie umiejętności ozdabiania drewna przy wykorzystaniu metody szablonowej oraz stempli.
3. Wykonywanie zajęczków wielkanocnych. Wprowadzenie techniki likwidowania nierówności na elementach ozdób przy pomocy pasty wypełniającej.
4. Szlifowanie wyciętych jeleni i podstawek – utrwalanie umiejętności szlifowania szlifierką oscylacyjną.
5. Łączenie wykonanych ozdób z podstawką - nabycie umiejętności łączenia drewna techniką drewnowkrętową.
6. Formowanie drewna tarnikiem i pilnikiem, wygładzanie papierem ściernym. Doskonalenie umiejętności posługiwania się akcesoriami stolarskimi.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie ozdób z filcu – wykorzystanie techniki filcowania na sucho i na mokro.
2. Szycie ozdób z filcu- doskonalenie techniki szycia maszynowego i ręcznego.
3. Wykonywanie biżuterii z filcu – doskonalenie techniki filcowania na mokro i na sucho.
4. Wykonywanie Marzanny Ze słomy i siana - doskonalenie umiejętności formowania i wiązania sznurkiem.
5. Zdobienie Marzanny – doskonalenie techniki zdobienia skrawkami tkanin.

6. Wykonywanie tulipanów z materiału – doskonalenia techniki odwzorowywania, cięcia łączenia i szycia elementów.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona indywidualnie z jedną osobą tego wymagającą.
2. Gry i zabawy zespołowe na sali gimnastycznej.
3. Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, czynne z oporem, redresyjne, samowspomagane, ogólnorozwojowe, dynamiczne i dynamiczno – rozciągające ukierunkowane na poprawę siły mięśniowej.
4. Zabawy i gry planszowe ukierunkowane na poprawę bystrości i podzielności uwagi.
5. Poprawa koordynacji ruchowej, stabilności i mobilności w siadzie i staniu, zwiększenie zakresu ruchu w stawach, likwidacja przykurczy mięśniowych.
6. Gimnastyka korekcyjna, doskonalenie chodu, zumba, aerobic.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Trening uważności i relaksacji.
2. „Co myślę, czuję, robię” – zajęcia rozwijające świadomość emocjonalną.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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 scenach 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.
3. Zorganizowanie rozgrywek w unihokeja dla uczestników placówki.
4. Zorganizowanie Dnia Kobiet – słodki poczęstunek, konkursy.

KWIECIEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystywanie muzyki w celu nauki i rozwijania różnicowania dźwięku.
2. Doskonalenie umiejętności obróbki dźwięku w programie Movie Maker.

3. Doskonalenie umiejętności wyszukiwania wskazanych treści za pomocą przeglądarki Google.
4. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa, jakie należy przestrzegać podczas zajęć w pracowni komputerowej.
5. Doskonalenie umiejętności z zakresu podstaw obsługi komputera: włączanie, wyłączanie, korzystanie z myszki, klawiatury.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Gotowanie zup podawanych z ziemniakami, makaronem oraz grzankami- zwiększenie samodzielności podczas przyprawiania zup.
2. Przygotowanie potraw wielkanocnych – żurek z białą kielbaską, sałatka śledziowa i jarzynowa, ćwikła z chrzanem, faszerowane jajka, pasztet – doskonalenie techniki krojenia, mielenia, rozdrabniania i łączenia poszczególnych składników.
3. Pieczenie mazurków oraz bab wielkanocnych – poznawanie technik i organizacji pracy przy wypieku ciast. Podtrzymywanie umiejętności odczytywania i rozumienia przepisów kulinarnych oraz obsługi miksera ręcznego. Nauka wykonywania lukru.
4. Przyrządzanie makaronów na różne sposoby – lasagne, spaghetti, penne, canneloni – poznanie nowych technik gotowania makaronu oraz sposobów łączenia z różnymi sosami.
5. Planowanie i dokonywanie zakupów w sklepie spożywczym- nauka gospodarowania środkami finansowym oraz sporządzania listy artykułów spożywczych.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Nabycie umiejętności posługiwania się otwornicą do drewna – wykonywanie emotikoniek.
2. Zdobycie umiejętności estetycznego zdobienia i wykończania emotikoniek przy wykorzystaniu farb akrylowych. Naklejanie papierowych elementów twarzy.
3. Nauka prawidłowego posługiwania się kluczami nasadowymi zgodnie z ich przeznaczeniem.
4. Tworzenie ozdób ze sklejki w postaci zwierząt. Doskonalenie umiejętności obróbki drewna wykorzystując metodę pracy z papierem ściernym.
5. Nauka estetycznego wykończania ozdób z drewna. Dekorowanie wykonanych figur ze sklejki metodą malowania oraz naklejania tkanin.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie kartek okolicznościowych na Wielkanoc metodą Scrapbookingu.
2. Wyplatanie koszyków z wikliny papierowej – doskonalenie techniki wyplatania z cienkich rurek papieru.
3. Zdobienie koszyków techniką decoupage - doskonalenie techniki precyzyjnego wycinania serwetek, klejenia oraz lakierowania.
4. Wykonywanie stroików wielkanocnych – doskonalenie techniki łączenia elementów naturalnych, zdobnictwa ręcznego.
5. Wykonywanie pisanek wielkanocnych – naklejanie motywów kwiatowych wykonanych na szydełku, doskonalenie technik szydełkowania, zdobienia jaj.
6. Zajęcia z elementami sensoplastyki – wykorzystanie piasku kinetycznego.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Przypomnienie zasad BHP podczas zajęć rehabilitacyjnych poprzez pogadankę.
2. Rehabilitacja indywidualna prowadzona indywidualnie z jedną osobą tego wymagającą.
3. Zorganizowanie na terenie placówki zawodów sportowych: rzut do kosza, rzut piłką lekarską, rzut do kosza, skok w dal, wyścigi na piłkach, rzut do celu.
4. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.
5. Gimnastyka korekcyjna – korygowanie istniejących wad postawy.
6. Gry i zabawy zespołowe, zumba, aerobic.
7. Poprawa motoryki małej i dużej, poprawa sprawności rąk.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Załatwianie spraw w urzędzie – trening umiejętności społecznych.
2. „W zdrowym ciele zdrowy duch” - psychoedukacja dotycząca dbania o własne zdrowie.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE

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

VIII. INTEGRACJA

1. Wyjazd na Jarmark Wielkanocny do Poznania.
2. Zorganizowanie dla uczestników zajęć z pierwszej pomocy przedmedycznej.
3. Tworzenie figury przestrzennej pt. „Nasza Ziemia”.
4. Wspólne przygotowanie do śniadania wielkanocnego.

MAJ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystywanie Internetu w celu rozpoznania dźwięków, kojarzenia ich.
2. Korzystanie z edukacyjnych programów komputerowych.
3. Dbanie o czystość sprzętu znajdującego się w pracowni komputerowej z wykorzystaniem przeznaczonych do tego środków czystości.
4. Doskonalenie umiejętności obsługi komputera- tworzenie i otwieranie plików, folderów, nauka zapisywania plików.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Podtrzymywanie nawyku dbałości o porządek – utrzymywanie w czystości naczyń i urządzeń znajdujących się w pracowni. Doskonalenie umiejętności obsługi zmywarki oraz przypomnienie zasad stosowania środków czystości.
2. Przyrządzanie różnych sosów (grzybowy, myśliwski, beszamelowy, pieczeniowy) – nauka doboru odpowiedniego sosu do przygotowanej potrawy.
3. Pranie i prasowanie obrusów, ściereczek kuchennych oraz fartuchów- doskonalenie umiejętności obsługi pralki automatycznej oraz żelazka.
4. Przyrządzanie pierogów na słodko i słono- poznanie nowej techniki wykrawania, lepienia i faszerowania pierogów. Nauka gotowania oraz zasmażania pierogów.
5. Wykonywanie surówek z różnych rodzajów kapusty- nauka krojenia kapusty nożem oraz szatkowania przy użyciu hebelka.
6. Dekorowanie stołów oraz pracowni kwiatami polnymi- doskonalenie umiejętności układania kompozycji kwiatowych w wazonach.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie sów z drewna – doskonalenie umiejętności posługiwania się wyrzynarką elektryczną – praca z drewnem sosnowym.
2. Zdobienie drewnianych sów – doskonalenie umiejętności malowania farbami akrylowymi.
3. Konserwacja drewna – wprowadzenie metody barwienia i lakierowania.
4. Wykonywanie ramek na zdjęcia. Nauka korzystania z frezarki. Nauka tworzenia frezów w sklejecie drewnianej.
5. Zajęcia z pilarką ukosową – nauka przycinania listewek na ramki pod kątem 45°.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie prac plastycznych – doskonalenia techniki tworzenia prac z wydzieranek z kolorowych czasopism- kolage.
2. Wykonywanie łapaczy snów – doskonalenie umiejętności wiązania nici techniką makramy.
3. Wykonywanie kartek okolicznościowych – doskonalenie technik zaginania, załamywania, cięcia papieru.
4. Wspólne wyjścia na spacer – zbieranie kwiatów polnych, tworzenie kompozycji kulistych i stożkowych.
5. Wyrabianie naturalnych mydeł glicerynowych – doskonalenie techniki wykorzystania naturalnych surowców: mleko kozie, susz kwiatowy.
6. Szycie maskotek dziecięcych z bawełny – utrwalanie techniki szycia maszynowego.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona indywidualnie z jedną osobą tego wymagającą.
2. Gimnastyka korekcyjna, zumba, aerobic, gry zespołowe.
3. Zapobieganie przykurczom mięśniowym i deformacjom stawowym.
4. Ćwiczenia przy wykorzystaniu sprzętu rehabilitacyjnego - rotor kończyn górnych i dolnych, rower treningowy, ergometr.
5. Kształtowanie cech motorycznych – zwinność, gibkość, szybkość.

6. Gimnastyka ogólnorozwojowa na świeżym powietrzu.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Psychoedukacja w zakresie dbania o zdrowie psychiczne.
2. Zajęcia rozwijające umiejętność poszukiwania i proszenia o pomoc.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE

1. Trening higieniczny – wyrabianie nawyku systematycznego mycia zębów oraz umawiania się na wizyty do stomatologa.
2. Rok Papieski – wspominamy Jana Pawła II w 100 rocznicę urodzin.
3. Poznajemy nasze znaki zodiaku – co mówią o naszej osobowości?
4. Korzystanie z gier planszowych: chińczyk, warcaby, scrable.
5. Dzień Matki – jaką rolę w naszym życiu i rodzinie odgrywa Mama?

VIII. INTEGRACJA

1. Karaoke – rozwijanie umiejętności śpiewania.
2. Udział w apelu z okazji Święta Konstytucji 3 Maja.
3. Wspólne przygotowanie kartek na Dzień Mamy.
4. Wyjazd na grilla pod wiatę Myśliwskiego Koła Łowieckiego Knieja we Wrąbczynie.

CZERWIEC

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystywanie muzyki w celu rozwijania poczucia rytmu i tempa.
2. Pogłębianie wiedzy o świecie poprzez korzystanie z edukacyjnych stron internetowych.
3. Doskonalenie umiejętności edytowania grafiki – odwracanie, pochylanie, rozciąganie, zmiana ostrości, koloru w programie Microsoft Word.
4. Doskonalenie umiejętności z zakresu obsługi programu Microsoft Paint- korzystanie z przybornika, rysowanie figur, wypełnianie kolorem.
5. Poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie poprzez wyszukiwanie informacji w Internecie.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie deserów z owocami- doskonalenie umiejętności miksowania owoców przy użyciu robota kuchennego. Nauka podawania oraz dekorowania deserów.
2. Wykonywanie dżemów z owoców sezonowych- doskonalenie umiejętności przygotowania owoców do obróbki termicznej.

3. Gotowanie zup z wykorzystaniem dostępnych warzyw i owoców sezonowych- nauka doboru odpowiednich składników. Poznawanie zasad racjonalnego odżywiania z uwzględnieniem warzyw i owoców w diecie.
4. Przyrządzanie prostych i szybkich dań obiadowych- rozwijanie zainteresowań kulinarnych poprzez podejmowanie samodzielnych prób wykonywania potraw.
5. Grillowanie kielbasek oraz kaszanki- poznanie nowych technik grillowania. Nauka doboru odpowiednich przypraw.

III. PRACOWANIA STOLARSKA

1. Nabycie umiejętności wykonywania zabawek z drewna. Tworzenie drewnianych samochodów – zastosowanie techniki łączenia drewna przy pomocy kleju.
2. Wprowadzenie techniki wykonywania otworów w drewnie przy pomocy wiertarki stołowej – montowanie kółek w drewnianych samochodzikach.
3. Nauka wykonywania otworów w ścianie stosując metodę pracy z wiertarką wyposażoną w system udarowy.
4. Lakierowanie drewna. Nauka nanoszenia odpowiedniej grubości warstwy lakieru olejowego.
5. Nauka posługiwania się kluczami oczkowymi i nimbusowymi. Nakręcanie i odkręcanie śrub i nakrętek o różnych rozmiarach.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Przycinanie lawendy z uwzględnieniem techniki cięcia krzewów.
2. Wiązanie lawendy w pałeczki – doskonalenie techniki wiązania tasiemką.
3. Wykonywanie biżuterii ze sznurka woskowanego – nauka wyplatania, łączenia koralików, wiązania węzłów.
4. Malowanie ilustracji - doskonalenie technik malowania farbami plakatowymi, olejnymi, akwarelą.
5. Modelowanie zwierząt z plasteliny i modeliny - doskonalenie techniki modelowania w masach plastycznych.
6. Tworzenie zielnika – doskonalenie techniki oznaczania, suszenia i przechowywania roślin.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Zorganizowanie na terenie placówki rozgrywek w piłkę siatkową.
2. Zajęcia na świeżym powietrzu – gry zespołowe, spacer, zabawy rozwijające motorykę małą i dużą.
3. Zajęcia ruchowe – zumba, aerobic.
4. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
5. Zapobieganie przykurczom mięśniowym i deformacją stawowym.
6. Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, czynne z oporem, redresyjne, samowspomagane, ogólnorozwojowe, dynamiczne i dynamiczno – rozciągające.
7. Doskonalenie chodu o kuli, w chodniku pionizatorze oraz przy pomocy balkonika, poprawa koordynacji ruchowej, nauka samodzielnego siadu i stania, pionizacja.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Ocena realizacji indywidualnych planów wspierająco – aktywizujących.
2. Wzmacnianie funkcji poznawczych - zajęcia w małych grupach.
2. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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?
5. Mistrzostwa Europy w Piłce Nożnej 2020 – jakiej drużynie będziemy kibicować? Jakie mają szanse nasi reprezentanci?

VIII. INTEGRACJA

1. Zorganizowanie rajdu rowerowego wytyczonego szlakiem rowerowym.
2. Rozgrywki szachowe na świeżym powietrzu (plansza terenowa).
3. Piesza wycieczka na Białe Góry – gra w piłkę plażową, ringo.
4. Zorganizowanie wycieczki trzydniowej.
5. Udział w podchodach zorganizowanych przez WTZ w Czeszewie.
6. Udział w imprezie plenerowej „Niedziela z powiatem”.

LIPIEC

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykorzystywanie edukacyjnych stron internetowych w celu różnicowania dźwięków głośnych i cichych, wysokich i niskich.
2. Rozwijanie percepcji wzrokowej podczas pracy z edukacyjnymi programami komputerowymi.
3. Poszerzanie wiedzy o świecie, wyszukiwanie informacji o ciekawych miejscach, odszukiwanie ich na mapie – wykorzystywanie w tym celu Internetu.
4. Tłoczenie papieru za pomocą embissingu.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Zaprawianie ogórków- podtrzymanie i rozwijanie umiejętności kiszenia ogórków. Nauka przyrządzania zalewy solnej.
2. Grillowanie mięsa- doskonalenie umiejętności obróbki oraz marynowania mięsa.
3. Wykonywanie sałatek z dostępnych warzyw sezonowych- poznawanie nowych smaków oraz proporcji przy łączeniu poszczególnych produktów. Nauka przyrządzania sosu winegret.

4. Gotowanie kompotów oraz soków- doskonalenie umiejętności przetwarzania owoców. Nauka oddzielania pestek.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Utrwalenie wiedzy z zakresu Bezpieczeństwa i Higieny Pracy obsługi urządzeń, maszyn i narzędzi stolarskich oraz przypomnienie i przestrzeganie regulaminu pracowni.
2. Zastosowanie techniki pracy z wyrzynarką elektryczną – wykonywanie kuchennych desek do krojenia.
3. Nauka frezowania i nanoszenia wymiarów na wyroby – zastosowanie techniki pracy z frezarką górnoprzecionową.
4. Nauka cięcia metalu. Wprowadzenie metody cięcia metalu za pomocą piły ręcznej oraz szlifierki kątovej.
5. Praca ze szlifierką do metalu. Wprowadzenie techniki likwidowania nierówności metalu powstałych w wyniku jego cięcia.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Szycie woreczków zapachowych do lawendy - doskonalenie techniki szycia maszynowego ściąganiem prostym.
2. Wszywanie woreczków do lawendy – doskonalenie techniki odwzorowywania, wyszywania ściąganiem krzyżkowym na płótnie.
3. Malowanie na szkle obrazków o tematyce letniej- wakacyjnej – doskonalenie techniki malowania wodnymi farbami.
4. Wspólne wyjścia na spacer – wyplatanie wianków, poznawanie mocy ziół i uroku polnych kwiatów.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
2. Zajęcia na świeżym powietrzu – gra w piłkę siatkową, ringo, badminton, dwa ognie, boccie.
3. Wyrównywanie zaburzeń w rozwoju motoryki małej i dużej.
4. Ćwiczenia w ugięciu – z oporem, w zestawie blokowo ciężarkowym wzmacniające siłę mięśniową.
5. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć rehabilitacyjnych.
6. Zajęcia z gimnastyki korekcyjnej:
 - ćwiczenia wyrabiające odruch prawidłowej postawy,
 - ćwiczenia zapobiegające płaskostopiu,
 - ćwiczenia wzmacniające osłabione grupy mięśniowe,
 - ćwiczenia rozciągające mięśnie nadmiernie napięte i przykurczone.
7. Doskonalenie chodu, nauka siadu i stania, pionizacja.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Świadomość swoich mocnych stron i wzmacnianie poczucia własnej wartości - zajęcia w małych grupach.

2. Zajęcia integracyjne dla uczestników i terapeutów.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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. Letnie Igrzyska Olimpijskie w Japonii. Który z naszych reprezentantów zdobędzie medal?
4. Zasady bezpiecznego wypoczynku nad wodą.
5. Pogadanka na temat chronienia się przed upałami.

VIII. INTEGRACJA

1. Wyjazd nad jezioro do Przybrodźna.
2. Zorganizowanie podchodów na terenie ośrodka.
3. Zorganizowanie sportowych zajęć na świeżym powietrzu.

SIERPIEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Pobieranie z Internetu książek w postaci e – book.
2. Doskonalenie umiejętności obsługi drukarki – ustawianie preferencji drukowania.
3. Korzystanie z portali społecznościowych, przypomnienie zasad bezpiecznego korzystania, logowania i wylosowywania się.
4. Nabywanie coraz trudniejszych umiejętności w programie Microsoft Word – pisanie tekstu, poprawianie i uzupełnianie tekstu, zmiana fragmentów tekstu, wyrównywanie tekstu.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie mięsa na grilla – obróbka mięsa, nauka marynowania mięs i doboru odpowiednich przypraw.
2. Omówienie i przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć w pracowni.
3. Przyrządzanie różnorodnych zapiekaneł – ziemniaczana, makaronowa, ryżowa, ze szpinakiem – poznawanie technik zapiekania w piekarniku, nauka doboru temperatury zapiekania. Nauka wykonywania sosów do zapiekaneł.
4. Wekowanie buraków- doskonalenie umiejętności rozdrabniania buraków przy użyciu elektrycznej maszynki do mielenia. Nauka doboru odpowiedniej tarki szatkownicy.
5. Zaprawianie ogórków- poznanie nowych przepisów zaprawiania ogórków. Nauka przyrządzania zalewy octowej.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Tworzenie słoni ze sklejki - kształtowanie wyobraźni przestrzennej podczas wykonywania drewnianych ozdób.
2. Nauka prawidłowego posługiwania się narzędziami (szlifierką mimośrodową) zgodnie z jej przeznaczeniem – szlifowanie drewnianych słoni.
3. Nauka rozpoznawania gatunków drewna oraz materiałów drewnopodobnych.
4. Wykonywanie drobnych prac naprawczych na terenie placówki – doskonalenie umiejętności posługiwania się narzędziami ręcznymi takimi jak: klucze płaskie, klucze nasadowe, śrubokręt, uchwyty stolarskie.
5. Doskonalenie umiejętności pracy z narzędziem wielofunkcyjnym. Docinanie metalu stosując odpowiednią końcówkę urządzenia.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Szycie tulipanów z materiału – doskonalenie techniki odwzorowywania, krojenia, szycia maszynowego, łączenia ręcznego za pomocą igły i nici.
2. Tworzenie figur z masy papierowej – utrwalanie techniki modelowania z masy plastycznej.
3. Układanie puzzli – doskonalenie umiejętności klejenia, ćwiczenie cierpliwości, pamięci oraz umiejętności skupienia.
4. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
2. Ćwiczenia ogólnousprawniające i ogólnokondycyjne.
3. Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, czynne z oporem, redresyjne, samowspomagane, ogólnorozwojowe, dynamiczne i dynamiczno – rozciągające ukierunkowane na poprawę siły mięśniowej.
4. Zorganizowanie zawodów w badmintona na świeżym powietrzu.
5. Zajęcia ruchowe – zumba, aerobic.
6. Zajęcia na świeżym powietrzu – gry zespołowe, spacer, bieganie.
7. Doskonalenie chodu, nauka siadu i stania, pionizacja.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Trening radzenia sobie w stresie – kształtowanie umiejętności regulowania napięcia.
2. Umiejętności rozwiązywania konfliktów – zajęcia grupowe.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE

1. Trening emocjonalny – nauka umiejętności mówienia o swoich uczuciach i emocjach.
2. 100 rocznica Bitwy Warszawskiej – co wiemy o tym wydarzeniu? Przypomnienie historii.
3. Pogadanka na temat skutków nadużywania alkoholu.

4. Jaki wpływ mają telefony komórkowe na nasze życie?
5. Gra w bierki, układanie puzzli.

VIII. INTEGRACJA

1. Wyjazd na kręgle.
2. Przygotowanie grilla na terenie placówki.
3. Wyjazd nad jezioro do Powidza.

WRZESIEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Utrwalanie umiejętności laminowania dokumentów o różnych wielkościach i grubościach.
2. Rozwijanie umiejętności intelektualnych poprzez pracę w programach edukacyjnych.
3. Doskonalenie umiejętności pracy z kalkulatorem.
4. Rozwijanie umiejętności spostrzegania i orientacji korzystając z łamigłówek online.
5. Wyświetlanie filmów za pomocą projektora.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie zup typu – krem – rozwijanie umiejętności przyrządzania zup typu krem. Nauka wykonywania grzanek z chleba oraz bułki.
2. Przyrządzanie potraw z mięsa drobiowego – poznanie technik smażenia, pieczenia oraz gotowania drobiu.
3. Smażenie powideł oraz gotowanie musu jabłkowego – nauka przecierania owoców.
4. Przetwarzanie grzybów – doskonalenie umiejętności suszenia grzybów w suszarce, mrożenia oraz wekowania.
5. Przygotowanie uroczystego poczęstunku z okazji Dnia Chłopca- doskonalenie umiejętności nakrywania do stołu oraz dekorowania potraw.
6. Pieczenie gofrów- doskonalenie umiejętności obsługi gofrownicy. Nauka wykonywania ciasta mikserem.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie karmników dla ptaków. Doskonalenie umiejętności cięcia drewna pilarką stołową. Zastosowanie techniki łączenia drewna za pomocą gwoździików.
2. Doskonalenie umiejętności obróbki drewna stosując technikę pracy z papierem ściernym.
3. Trasowanie linii cięcia i cięcie materiału – wprowadzenie metody cięcia metalu przy pomocy szlifierki kątowej.
4. Wykonywanie kotów ze sklejki. Doskonalenie umiejętności posługiwania się wyrzynarką włosową.
5. Tworzenie podstaw do drewnianych ozdób. Rozwijanie umiejętności zaokrąglania krawędzi podstawy przy zastosowaniu odpowiedniego frezu we frezarce górnoprzecionowej.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie kartek z okazji Dnia Chłopca - doskonalenie technik zaginania, załamывania, cięcia papieru, klejenia oraz naklejania.
2. Zbieranie kolorowych liści, wykonywanie kwiatów – utrwalanie techniki zwijania.
3. Wykonywanie bukietów z bibuły – rozwijanie motoryki małej.
4. Tworzenie ludzików z kasztanów i żołądzi – doskonalenie techniki łączenia za pomocą wykałaczek.
5. Zbieranie grzybów, oddziaływanie pięknem przyrody – terapia przez spacer po lesie – silwoterapia.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć rehabilitacyjnych.
2. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
3. Zwiększanie zakresu ruchu w stawach obwodowych, likwidacja przykurczy mięśniowych.
4. Ćwiczenia poprawiające koordynację ruchową.
5. Zajęcia na sali gimnastycznej – gry i zabawy w grupie.
6. Zwiększanie aktywności ruchowej poprzez taniec.
7. Wzmacnianie siły mięśniowej poprzez ćwiczenia na sprzęcie typu rower treningowy, ergometr.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Zajęcia rozwijające umiejętność współdziałania w grupie.
2. Psychoedukacja w zakresie form spędzania czasu wolnego.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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. Zorganizowanie wycieczki jednodniowej.
2. Wyjazd do lasu na grzybobranie.
3. Przygotowanie do wspólnych obchodów Dnia Chłopca.
4. Udział w akcji sprzątania świata.

PAŹDZIERNIK

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykonywanie zaproszeń na Bal Marcinkowy – opracowanie wzoru.
2. Doskonalenie umiejętności drukowania plików na papierze o większej gramaturze, zmiana preferencji drukowania.
3. Utrwalanie umiejętności zapisywania plików na nośniku zewnętrznym Pendrive.
4. Doskonalenie umiejętności posługiwania się kserokopiarką – zapoznania się z jej ustawieniami, sposobami ustawienia kartki itp.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie potraw z mięsa wieprzowego- doskonalenie techniki mielenia, smażenia, pieczenia oraz gotowania mięsa.
2. Przyrządzanie potraw z wykorzystaniem dyni kabaczka, patisona i cukinii- doskonalenie umiejętności doboru odpowiednich produktów. Poznanie sposobów obróbki termicznej.
3. Przyrządzanie krokietów- nauka smażenia cienkich naleśników. Doskonalenie umiejętności zwijania naleśników z farszem oraz panierowania.
4. Gotowanie zup - podtrzymanie umiejętności gotowania wywaru mięsno-warzywnego, obróbki oraz krojenia warzyw w kostkę.
5. Pieczenie ciast z różnymi konfiturami- doskonalenie umiejętności korzystania z przepisów kulinarnych i odmierzania składników przy użyciu miarki.
6. Wekowanie papryki oraz pomidorów- doskonalenie umiejętności układania przetworów w słoikach.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wprowadzenie techniki łączenia drewna przy pomocy kleju oraz wkrętów podczas wykonywania szkatulek z drewna.
2. Zastosowanie techniki ozdabiania szkatulek przy pomocy wypalarki do drewna.
3. Wycinanie reniferów i bałwanków świątecznych ze – wykorzystanie wyrzynarki stołowej.
4. Wykonywanie świeczników z drewna poprzez przycinanie drewnianych konarów brzozy. Nauka korzystania z otwornicy w celu stworzenia miejsca na świeczkę.
5. Tworzenie puzzli ze sklejki – doskonalenie umiejętności wykonywania precyzyjnych cięć przy pomocy wyrzynarki włosowej.
6. Wykonywanie pojemników na gwoździe. Zastosowanie techniki łączenia drewnianych elementów za pomocą wkrętów.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie lampionów z dyni – utrwalanie umiejętności dłutowania.
2. Samodzielne czytanie fragmentów książek i czasopism, rozmowa po przeczytaniu - stosowanie technik biblioterapeutycznych.
3. Wykonywanie pudełek z tektury – doskonalenie techniki odmierzania, cięcia po śladzie oraz wyklejania różnymi tkaninami.

4. Dekorowanie pudełek – doskonalenie techniki ręcznego przyszywania elementów zdobiących.
5. Wykonywanie selfie – zapoznanie się z techniką robienia selfie.
6. Odwzorowywanie martwej natury - kształtowanie umiejętności określania cech przedmiotów bliskich i oddalonych w przestrzeni i rejestrowanie ich w pracy plastycznej - wykorzystania techniki rysowania pastelami.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Rehabilitacja indywidualna prowadzona z jedną osobą tego wymagającą.
2. Ćwiczenia w ugułu – z oporem, w zestawie bloczkowo ciężarkowym.
3. Ćwiczenia czynne, czynno-bierne, wspomagane, rozciągające.
4. Poprawa aktywności ruchowej poprzez zajęcia taneczne.
5. Gimnastyka korekcyjna – poprawa koordynacji ruchowej, korygowanie wad postawy.
6. Gry zespołowe na sali gimnastycznej.
7. Doskonalenie chodu, nauka siadu, pionizacja, poprawa motoryki małej i dużej.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Spostrzeganie i pamięć wzrokowa – ćwiczenia funkcji poznawczych.
2. Psychoedukacja dotycząca rozpoznawania i radzenia sobie z zachowaniami agresywnymi swoich i innych.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE

1. Czy interesujemy się turystyką i jakie miejsca w Polsce chcielibyśmy zobaczyć?
2. Rozwijanie zainteresowań literackich. Jakiego gatunku literackiego 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. Udział w Spartakiadzie w Witkowie.
2. Wyjazd do kina do Wrześni.
3. Zorganizowanie turnieju w siatkówkę.
4. Nauka nowego układu choreograficznego.
5. Wyjazd do lasu na grzybobranie.

LISTOPAD

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Praca z programem Microsoft Excel- tworzenie, wypełnianie tabel z danymi liczbowymi.

2. Nauka skanowania dokumentów tekstowych i zapisywania ich na dysku.
3. Doskonalenie umiejętności obsługi bindownicy – łączenie kartek papieru, dostosowywanie odpowiednich grzbietów do bindownicy.
4. Pobieranie danych z Internetu, zapisywanie ich na dysku, bądź na nośniku zewnętrznym.
5. Korzystanie ze sprzętu zewnętrznego- podłączanie telefonu komórkowego, kopiowanie danych.

II.PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Pieczenie rogali Marcińskich – podtrzymanie umiejętności zwijania, nadziewania, wypieku oraz dekorowania rogali.
2. Podtrzymywanie nawyku dbałości o porządek – utrzymywanie w czystości naczyń i urządzeń znajdujących się w pracowni. Doskonalenie umiejętności konserwacji urządzeń kuchennych.
3. Przygotowywanie napojów rozgrzewających z wykorzystaniem miodu, imbiru, cytryny, czosnku, mleka i cynamonu – propagowanie zdrowego stylu życia.
4. Gotowanie zup podawanych z ziemniakami- podtrzymanie umiejętności gotowania oraz duszenia ziemniaków. Nauka samodzielnego przyprawiania zup.
5. Pieczenie pizzy na cienkim cieście- doskonalenie umiejętności zarabiania ciasta drożdżowego. Nauka przyrządzania sosu pomidorowego oraz czosnkowego.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Wykonywanie kalendarza z drewna – doskonalenie umiejętności odczytywania projektów oraz doboru odpowiednich materiałów do danego produktu.
2. Wprowadzenie techniki wykonywania napisów na drewnie metodą wypalania.
3. Nabycie umiejętności prawidłowego lakierowania drewna – prace wykończeniowe związane z drewnianymi kalendarzami.
4. Wykonywanie szopek bożonarodzeniowych ze sklejk – wykorzystanie wyrzynarki stołowej oraz piły tarczowej.
5. Ozdabianie wyciętych elementów – wykorzystanie technik malowania farbami (akwarela, tempera, akryle).

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA

1. Wykonywanie zaproszeń na Bal Marcinkowy – doskonalenie techniki projektowania, drukowania, cięcia i zaginania papieru.
2. Wykonywanie dekoracji na bal Marcinkowy – utrwalanie umiejętności współpracy i organizacji w grupie.
3. Wykonywanie organizatorów na spinki – doskonalenie techniki tworzenia szablonów, odmierzania, odwzorowywania oraz cięcia po śladzie.
4. Haftowanie wzorów na płótnie – doskonalenie techniki haftu krzyżkowego.
5. Wykonywanie łączaczy snów – doskonalenie techniki szydełkowania.
6. Zajęcia z elementami sensoplastyki – wykorzystanie piasku kinetycznego, suchego makaronu.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Poprawa zręczności manualnej, stabilności i mobilności w siadzie i staniu, doskonalenie chodu, zapobieganie przykurczom mięśniowym, zwiększanie ruchomości stawów.
2. Gry i zabawy w grupie.
3. Gimnastyka korekcyjna:
 - ćwiczenia równoważno-koordynacyjne na piłkach gimnastycznych,
 - korygowanie wad postawy,
 - wzmacnianie osłabionych mięśni.
4. Ćwiczenia bierne, czynno-bierne, wspomagane, dynamiczno- rozciągające.
5. Zwiększenie aktywności ruchowej poprzez taniec.
7. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające przy muzyce.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Małe wielkie sukcesy – zajęcia grupowe wzmacniające poczucie własnej wartości.
2. Trening umiejętności relaksacji – praca indywidualna.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

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 wspólne wykonywanie kotylionów do Wrześni.
3. Wyjazd na groby zmarłych uczestników.
4. Udział w apelu z okazji 11 Listopada.

GRUDZIEŃ

I. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Doskonalenie umiejętności rozmieszczania tekstu, grafiki – projektowanie i wykonywanie kartek bożonarodzeniowych.
2. Wykonywanie nadruku na kopertach o różnych wymiarach.
3. Doskonalenie umiejętności posługiwania się zaginarką do papieru.
4. Doskonalenie umiejętności obróbki grafiki w programie Photo Scape.
5. Pobieranie z Internetu plików dźwiękowych, nagrywanie ich na płytę CD.

II. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przyrządzanie potraw Bożonarodzeniowych (kluski z makiem, pierogi z grzybami, barszczyk z uszkami, kapusta z grochem, kompot z suszu)– rozwijanie umiejętności pracy w grupie oraz wzajemnej pomocy.
2. Przyrządzanie ryb- nabycie umiejętności filetowania, przyprawiania oraz smażenia ryb na głębokim tłuszczu.
3. Pieczenie pierników oraz zwijanych makowców – podtrzymanie umiejętności korzystania z przepisów oraz odmierzania produktów sypkich. Doskonalenie umiejętności obsługi piekarnika elektrycznego ze szczególnym zwróceniem uwagi na dobór odpowiedniej temperatury.
4. Dekorowanie stołów i potraw na wieczerze wigilijną – nauka estetycznego nakrywania do stołu oraz dekoracji potraw. Przypomnienie zasad prawidłowego zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków.
5. Pieczenie chleba zbożowego – poznanie możliwości wykorzystania pestek dyni, słonecznika, siemienia lnianego i innych ekologicznych składników. Nauka wyrabiania ciasta.

III. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Tworzenie stroików bożonarodzeniowych w postaci gwiazd wykonanych z drewnianych kołeczków – doskonalenie umiejętności posługiwania się pilarką tarczową stołową.
2. Utrwalanie umiejętności łączenia drewnianych elementów stroika metodą klejenia na gorąco.
3. Wykonywanie podstaw z brzozy do stroików bożonarodzeniowych. Doskonalenie umiejętności posługiwania się piłą tarczową oraz szlifierką taśmową.
4. Wykańczanie ozdób bożonarodzeniowych. Mocowanie zawieszek – wykorzystanie ręcznej wiertarki dremel.
5. Utrwalanie umiejętności obróbki drewna oraz jego łączenia podczas wykonywania skrzynek na klucze.

IV. PRACOWNIA ARTYSTYCZNA.

1. Wykonywanie kartek bożonarodzeniowych – doskonalenie techniki projektowania, drukowania, cięcia przy pomocy gilotyny, odmierzania, zaginania, wyłaczania i klejenia.
2. Szycie ozdób świątecznych - doskonalenie techniki wykroju oraz szycia maszynowego.
3. Wykonywanie stroików bożonarodzeniowych – wykorzystanie techniki łączenia tworzyw naturalnych.
4. Przygotowywanie kiermaszu świątecznego z wyrobami powstałymi w naszej placówce.
5. Przygotowywanie dekoracji na stoły – wykorzystanie techniki ikebana.
6. Omówienie bezpieczeństwa pracy z urządzeniami znajdującymi się w pracowni oraz utrzymywaniem ich w stanie sprawności.

V. PRACOWNIA REHABILITACYJNA

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć rehabilitacyjnych poprzez pogadankę.
2. Rehabilitacja indywidualna z jedną osobą tego wymagającą.
3. Ćwiczenie ogólnorozwojowe na piłkach gimnastycznych, przy drabinkach, w ugięciu.
4. Gry i zabawy w grupie rozwijające motorykę małą i dużą.

5. Taniec zumba z elementami choreografii.
6. Ćwiczenia relaksacyjne i odprężające.
7. Zorganizowanie rozgrywek w unihokeja.

VI. ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM

1. Składamy świąteczne życzenia – trening umiejętności społecznych.
2. Tworzenie indywidualnych planów wspierająco – aktywizujących.
3. Rozmowy indywidualne dotyczące bieżących problemów i potrzeb uczestników.

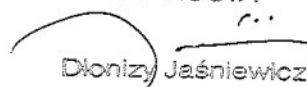
VII. ZAJĘCIA ŚWIETLICOWE

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. Wyjazd na Jarmark Bożonarodzeniowy.
2. Przygotowanie i udział w wieczorze kolęd.
3. Organizowanie Wigilii w ośrodku.
4. Udział w kiermaszu bożonarodzeniowym.

STAROSTA


Dłoniży Jaśniewicz