

PLAN PRACY ŚRODOWISOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM NA ROK 2021

DWA I – AL. SŁOWACKIEGO 1 c

Priorytety na rok 2021:

1. Samoobsługa i zaradność w pracy z komputerem, przyswajanie nazw i oznaczeń komputerowych oraz nauka bezpiecznego i właściwego korzystania z możliwości Internetu – **Pracownia komputerowa**
2. Rozwijanie samowiedzy i budowa pozytywnej samooceny, wzrost pewności siebie, zmniejszenie napięcia psychologicznego i lęku oraz pobudzenie ekspresji własnych uczuć i przeżyć – **Pracownia muzyczna**
3. Twórcze wykorzystanie w pracach plastycznych materiału przyrodniczego – **Pracownia czynności manualnych**
4. Rozwijanie zainteresowań i organizacja czasu wolnego, podtrzymywanie dotychczasowych umiejętności, a także dalsze rozwijanie i nabywanie nowych umiejętności oraz rozwijanie emocjonalne poprzez obcowanie z naturą - **Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka**
5. Utrwalanie zasad estetyki oraz kulturalnego zachowania się przy stole – **Pracownia kulinarna – dobrego smaku**
6. Nauka podstaw udzielania pierwszej pomocy – **Gabinet pielęgniarstwa**
7. Nauka, kształtowanie i utrwalanie wiedzy z zakresu różnych metod: plastycznych, technicznych, stolarskich, krawieckich oraz kształtowanie umiejętności manualnych, a także koordynacji wzrokowo – słuchowej – **Pracownia rękodzieła – artystycznego**
8. Rozwijanie umiejętności w zakresie zaradności życiowej, samoobsługi, a także posługiwania się sprzętem gospodarstwa domowego, poruszania się w środowisku, załatwiania spraw urzędowych, dokonywania zakupów, w tym planowanie budżetu domowego oraz dalsze nabywanie wiedzy niezbędnej w codziennym życiu - **Pracownia czynności codziennych**
9. Wzmocnienie mięśniowe oraz usprawnienie motoryki dużej - **Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny**

STYCZEŃ

Pracownia komputerowa

1. Komunikowanie się z komputerem w środowisku Windows (wyszukiwanie i uruchamianie programów, zapisywanie i odczytywanie wyników pracy z komputerem, tworzenie folderów, zmiany nazwy plików i folderów)
2. Dzień Babci i Dziadka – wykonywanie kartek, szukanie w Internecie życzeń, wierszy, kopiowanie do programu Word, formatowanie, drukowanie
3. Zima – wykonanie gazetki ściennej, lepienie bałwana na ogrodzie (jak będzie śnieg), pogadanka na temat bezpieczeństwa podczas zabaw na śniegu
4. Program Media Player – doskonalenie tworzenia listy z piosenkami, odtwarzania muzyki
5. Program Movie Maker – zapoznanie programem
6. Doskonalenie swobodnego poruszania się po Internecie – korzystanie z wyszukiwarek internetowych, np. google.pl, zakładanie kont elektronicznych, doskonalenie wysyłania maili z załącznikami, korzystanie z komunikatorów internetowych, np. gadu-gadu
7. Obsługa laminatora – laminowanie dokumentów
8. Zapoznanie się z programem antywirusowym, skanowanie dysków

Pracownia muzyczna

1. Dzień Babci i Dziadka- zapoznanie się z piosenką pt.: „Dziadziu i Babcia”, wykonanie laurek, wspomnienia seniorów, którzy już odeszli przy wspólnej kawie
2. Zabawy w dyrygenta
3. Powtarzanie krótkich, rytmizowanych tekstów
4. Zabawy imitujące gesty i ruchy ludzi i zwierząt
5. Naśladowanie odgłosów otoczenia

Pracownia czynności manualnych

1. Bajkowy obraz – rysowanie pastelami na papierze ściernym
2. Kopciuszek na balu. Wycinanka tekstylna inspirowana fragmentem bajki opisującym strój balowy Kopciuszka: oglądanie kolekcji sukien w gazetach, ukazanie wzornictwa przemysłowego, wycinanie z materiału tekstylnego części ubioru, resztę dorysowujemy
3. Prezent dla babci i dziadka – wykonanie upominków wg własnych pomysłów, np. ozdabianie makaronowych koralików mazakami
4. Lodowa kraina - malowanie białą farbą na ciemnej kartce
5. Mróz – malowanie gąbką

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zimowe natchnienia:
 - rysunek – kredki ołówkowe, pastele
 - malarstwo – farby akwarele, plakatowe
 - technika wydzieranek, kulek z bibuły
2. Dzień Babci i Dziadka:
 - gazetka tematyczna
 - kartki z życzeniami
 - upominki
3. Karnawał:
 - kotyliony
 - zabawa karnawałowa
 - kartki noworoczne
4. Projekcje filmów DVD
5. Treningi interpersonalne i zajęcia dydaktyczne
6. Florystyka – wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez spacer, prace w ogrodzie, kontakt z przyrodą. Projektowanie ogródka kwiatowo - warzywnego

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Pogadanki:
 - właściwa obsługa sprzętów kuchennych (bezpieczeństwo, bhp, czystość, użytkowanie)
 - trening budżetowy – spacer do marketu
 - „zakupy – decydujemy o Naszym zdrowiu”
 - sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarski - Zdrowie i choroba

1. Omówienie podstawowych objawów chorobowych (gorączka, kaszel, katar)

2. Profilaktyka i p/działanie ww. objawom (pogadanka, gazetka)
3. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego
4. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała

Pracownia rękodziela-artystycznego

1. Prace krawieckie:
 - prace naprawcze odzieży
 - skrzaty kukielki z materiału
2. Prace stolarskie:
 - karmnik dla ptaków, ozdoby z drewna
3. Prace techniczne:
 - prace na bieżące potrzeby pracowni

Pracownia czynności codziennych

1. Kolędowanie w ośrodku, tradycje religijne, Święto Trzech Króli
2. Zabawy na śniegu, gry integracyjne
3. Pejzaże zimowe
4. Karnawał – zabawa taneczna, przygotowanie gadżetów i stroi
5. Pogadanki związane z porą roku
6. Obsługa maszyny do szycia, robótki ręczne
7. Biblioterapia
8. Zajęcia z wykorzystaniem programu Open Office w terapii
9. Szkło mrożone – ozdoby do domu i ogrodu

Gabinet uprawniający – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Ćwiczenia koordynacyjne
4. Ćwiczenia poprawiające wytrzymałość
5. Wzmacnianie narządu ruchu
6. Trening oporowy metodą Mc Quenna
7. Trening relaksacyjny

INTEGRACJA – 2021 – gry integracyjne i sprawnościowe

LUTY

Pracownia komputerowa

1. Walentynki – wykonanie gazetki ściennej, drukowanie życzeń, wierszy z Internetu, pomoc w przygotowaniu poczty walentynkowej, zabawy walentynkowej, szukanie w Internecie wiadomości na temat „Walentynki”
2. Rocznica funkcjonowania ŚDS – uzupełnianie kroniki, oglądanie zdjęć z wyjazdów integracyjnych
3. Program Media Player – doskonalenie odtwarzania muzyki
4. Pomoc w zorganizowaniu zabawy karnawałowej, ostatekowej
5. Praca w edytorze tekstu – doskonalenie poprawnego pisania na klawiaturze, redagowania tekstu, rozmieszczania tekstu na stronie, kopiowania i wycinania tekstu, zmiany koloru, wielkości i rodzaju czcionek, ozdabiania tekstu elementami graficznymi, tworzenia numerowanej i wypunktowanej listy, tworzenia i formatowania tabel, wstawianie do dokumentacji symboli, drukowania dokumentów tekstowych
6. Praca w programie graficznym Paint – rysowanie i malowanie, modyfikowanie i przekształcanie rysunków, dołączanie napisów do rysunków, drukowanie rysunków
7. Tłusty czwartek, Środa Popielcowa (wyjście do kościoła dla chętnych)

Pracownia muzyczna

1. Walentynki- oprawa muzyczna, poczta walentynkowa, pomoc w dekoracji Klubu, przygotowanie zabaw, konkursów
2. Wspólne śpiewanie znanych piosenek
3. Zabawa karnawałowa
4. Ostatki – dyskoteka
5. Wytwarzanie dźwięków za pomocą różnorodnych przedmiotów (papierów, folii, plastikowych i szklanych butelek, plastikowych i metalowych łyżeczek)

Pracownia czynności manualnych

1. Znane i podziwiane – oglądanie reprodukcji przedstawiających znane budowle na świecie. Projektowanie własnej budowli z figur geometrycznych wyciętych z kolorowego papieru
2. Śniegowe rzeźby – tworzenie rzeźb ze śniegu. Tematyka prac dowolna
3. Zimowy pejzaż – posypywanie obrazka ryżem lub kaszą, naklejanie sylwetek wyciętych z białego papieru
4. Karmniki – praca w zespole techniką collage. Projektowanie i wykonywanie modeli karmnika wg własnej pomysłowości na dużych kartonach, wykorzystanie różnych materiałów: papier kolorowy, tkanina, włóczki, guziki, plastikowe nakrętki, wata itp.
5. Dzień Zakochanych – karki okolicznościowe, wycinanki w kształcie serca

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zimowe inspiracje:
 - zimowe drzewka
 - prace z masy solnej
 - włóczkowe wariacje
 - rysunek, malarstwo
2. Walentynki – Dzień Zakochanych:
 - kartki z serduszkami
 - gazetka tematyczna
 - sercowe ozdoby
 - zabawa walentynkowa
3. Zajęcia edukacyjne:
 - pisownia liter i cyfr, doskonalenie podpisu
 - proste działania matematyczne
4. Zajęcia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe
5. Florystyka – nauka, usprawnianie manualne, rozwijanie wyobraźni, poprzez wykonywanie dekoracji z suszu roślinnego. Walentynkowe upominki, dekoracje wiosenne.
6. Florystyka – utrwalanie wiadomości dotyczących przyrody, zmian w niej zachodzących poprzez obserwacje, czytanie czasopism oraz oglądania filmów przyrodniczych.

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Walentynki – impreza
3. Pogadanka: „jadłospis zimą czyli potrawy w chłodne dni”
4. Programy kulinarne
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa - Higiena osobista

1. Kształtowanie estetyki wyglądu zewnętrznego poprzez zajęcia praktyczne.
2. Pogadanki na temat mycia poszczególnych części ciała.
3. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.
4. Pomiar RR, pomiar wagi ciała.

Pracownia rękodziela-artystycznego

1. Prace techniczne – kartki okolicznościowe:
 - walentynki – Dzień Zakochanych kultywowanie tradycji
 - imieninowe
2. Prace krawieckie – szycie maszynowe
3. Prace stolarskie – ozdoby, dekoracje z drewna
4. Prace witrażowe
5. Prace na bieżące potrzeby pracowni

Pracownia czynności codziennych

1. Gry i zabawy socjoterapeutyczne
2. Święto zakochanych – poczta walentynkowa, wróżby
3. Pielęgnacja i uprawa roślin, pogadanki florystyczne, nowinki ogrodnicze
4. Kalendarz pogodowy, obserwacja zjawisk atmosferycznych
5. Trening higieniczny, obsługi sprzętu AGD
6. Trening porządkowy, dbanie o estetykę otoczenia i pomieszczeń
7. Gry i zabawy multimedialne
8. Wypalanie w drewnie

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Trening obwodowo-stacyjny.
4. Ćwiczenia izometryczne.
5. Ćwiczenia elongacyjne z wykorzystaniem technik PIR.
6. Wzmocnienie wybranych partii mięśniowych.
7. Ćwiczenia z wykorzystaniem przyborów; drabinek, drążków, piłek, woreczków, ekspanderów

INTEGRACJA 2021 - Zabawa Taneczna w ŚDS Organizacja zabawy walentynkowej dla uczestników

MARZEC

Pracownia komputerowa

1. Dzień Kobiet – wykonanie gazetki ściennej, drukowanie życzeń z Internetu, wykonywanie kartek dla kobiet z ŚDS
2. Wiosna – wykonanie gazetki ściennej, spacer, pożegnanie zimy – palenie Marzanny
3. Dbanie o porządek na pulpicie i dyskach lokalnych, usuwanie niepotrzebnych plików
4. Praca w programie graficznym Paint – rysowanie i malowanie, modyfikowanie i przekształcanie rysunków, dołączanie napisów do rysunków, drukowanie rysunków
5. Doskonalenie zgrzywania danych na nośniki typu CD, DVD, pendrive
6. Wielkanoc – projektowanie zaproszeń dla gości na śniadanie wielkanocne, kartek wielkanocnych, ozdób o tematyce świątecznej, drukowanie życzeń z Internetu, wykonanie gazetki ściennej
7. Doskonalenie korzystania ze sprzętów peryferyjnych: obsługa drukarki, drukowanie dokumentów dwustronnie, nauka przegrywania danych z aparatu cyfrowego na dysk twardy

Pracownia muzyczna

1. Dzień Kobiet – oprawa muzyczna, przygotowanie piosenek, wierszy, życzeń
2. Wiosna – nauka piosenki o Pani Wiośnie, pomoc w wykonaniu Marzanny
3. Wielkanoc – przygotowanie świątecznego występu artystycznego, dekoracje świąteczne pracowni
4. Przekazywanie i odbieranie zjawisk muzycznych – rytm, dynamika, tempo za pomocą rekwizytów: piłek, balonów, chust, bibułek
5. Rozpoznawanie nastroju piosenek i wyrazistych prostych utworów instrumentalnych

Pracownia czynności manualnych

1. Święto Kobiet – kartki okolicznościowe, ozdoby z koralików
2. Wielkanocne niespodzianki: wykonanie ozdób, stroików, kartek różnymi technikami używając różnych materiałów (rafia, piórka, kartony, patyczki, sizal itp.)
3. Pisanki – jajka malowane. Wykonanie formy przestrzennej z masy papierowej z użyciem balonów
4. Koszyczek Wielkanocny – wydzieranka
5. Oglądanie pomników i budowli o charakterystycznej architekturze znajdujących się w naszym mieście
6. Zwiastuny wiosny – projektowanie Marzanny

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zajęcia integracyjne:
 - gry planszowe, edukacyjne
 - projekcje wybranych filmów DVD
2. Dzień Kobiet:
 - kartki z życzeniami
 - gazetka tematyczna
 - upominki dla Pań
3. Powitanie wiosny:
 - wykonanie marzanny
 - gazetka tematyczna
 - pierwsze oznaki wiosny – spacer
 - wiosenne prace plastyczne
 - stroiki
4. Florystyka – poszukiwanie inspiracji, pomysłów na dekoracje wiosenne i wielkanocne, poprzez przeglądanie czasopism i stron internetowych.
5. Florystyka – prace wiosenne w ogrodzie – porządkowanie i odchwaszczanie gleby

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Dzień Kobiet – życzenia, impreza
3. Uzupełnianie książki kucharskiej
4. Pogadanka „co powinniśmy mieć w kuchni – wyposażenie”
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa - Pierwsza pomoc

1. Nauka podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja)
2. Nauka bandażowania
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała

4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła-artystycznego

1. Prace techniczne o tematyce świąt wielkanocnych:
 - stroiki dekoracyjne
 - kartki okolicznościowe
2. Prace krawiecko – techniczne:
 - postacie z materiału
 - tulipany z materiału
3. Prace na bieżące potrzeby pracowni – ośrodka
4. Dzień Kobiet – kultywowanie tradycji
5. Powitanie wiosny – wykonanie Marzanny

Pracownia czynności codziennych

1. Dzień kobiet, życzenia dla Pań w ośrodku
2. Przywitanie wiosny, marzanna, szukanie oznak wiosny
3. Konkurs poetycki – prezentacja twórczości uczestników
4. Prace ogrodnicze – wysiew nasion, cebul doniczkowych
5. Prace rękodzielnicze ze sznurka, włóczki i nici
6. Słuchanie ulubionej muzyki

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Ćwiczenia czynne oporowe zwiększające siłę i masę mięśniową z wykorzystaniem przyrządów
4. Ćwiczenia aerobowe
5. Ćwiczenia wzmacniające wybrane partie mięśniowe cykloergonometr, stepper,
6. Ćwiczenia elongacyjne dla mięśni fazowych,
7. Trening relaksacyjny

INTEGRACJA – Dzień Kobiet – wspólne przygotowania do imprezy

INTEGRACJA – Zorganizowanie zabawy ostatekowej

INTEGRACJA – Pożegnanie zimy – powitanie wiosny, spacer – wspólne palenie Marzanny

INTEGRACJA – Organizacja Śniadania Wielkanocnego dla uczestników ŚDS – zostaną zaproszeni goście w tym min.: rodzice i opiekunowie naszych podopiecznych oraz władze powiatu ostrowskiego

KWIECIEŃ

Pracownia komputerowa

1. Upamiętnianie śmierci Papieża Jana Pawła II – dla chętnych spacer pod pomnik, zapalenie świeczki, oglądanie albumów, filmów, słuchanie homilii
2. Doskonalenie obsługi programu Windows Media Player – odtwarzanie filmów
3. Wielkanoc – pomoc przy przygotowaniu śniadania wielkanocnego
4. Aparat cyfrowy – przygotowanie aparatu na spotkanie opłatkowe, doskonalenie prawidłowego wkładania baterii, karty SD, zgrywania zdjęć
5. Doskonalenie swobodnego poruszania się po Internecie – korzystanie z wyszukiwarek internetowych np. google.pl, kont elektronicznych
6. Doskonalenie korzystania ze sprzętów peryferyjnych: obsługa drukarki, skanera – skanowanie, zapisywanie skanowanego dokumentu, obrazku

Pracownia muzyczna

1. Nauka piosenki religijnej „Barka” – rocznica śmierci Papieża Jana Pawła II
2. Wielkanoc – pomoc w przygotowaniu śniadania Wielkanocnego

3. Szukanie i rozpoznawanie źródła dźwięków – podążanie za dźwiękiem, marsz z zamkniętymi oczami, zabawy: „zgadnij kim jestem i gdzie jestem”
4. Różnicowanie dźwięków najbliższego otoczenia – szelest celofanu, gazety, szuranie krzesłem, otwieranie i zamykanie drzwi, szum wody w kranie
5. Muzykorelaksacja

Pracownia czynności manualnych

1. Wiosenna mozaika – układanie na podkładzie z plasteliny mozaiki z materiału przyrodniczego lub różnego typu nasion
2. Sztuka ludowa – oglądanie albumów z pracami wykonanymi przez twórców ludowych, fantazyjny wazon – praca wzorowana na sztuce ludowej
3. Wiosenne drzewa – odciskanie na kartonie sylwetek drzew wyciętych z tektury
4. Wiosenny deszczyk – wypryskiwanie pędzlem różnych kompozycji kolorystycznych
5. Śniadanie Wielkanocne – pomoc w przygotowywaniu uroczystości

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Święta wielkanocne:
 - kartki świąteczne
 - stroiki świąteczne
 - ozdoby świąteczne
 - prace plastyczne o tematyce wielkanocnej
 - pogadanka o tradycjach świątecznych
 - świąteczna dekoracja klubu
2. Wiosna w malarstwie i rysunku
3. Rocznica śmierci Jana Pawła II:
 - projekcje filmów o papieżu
 - wspólne muzykowanie – pieśni papieża
 - spacer pod pomnik papieża, zapalenie znicza
4. Florystyka – poznawanie różnorodności roślin (doniczkowych, cebulowych i nasion) poprzez odwiedzanie stanowisk targowych, sklepów ogrodnich, ogrodów oraz przeglądanie literatury i stron internetowych
5. Florystyka – przygotowanie dekoracji stołu, kompozycjami kwiatowymi przed śniadaniem wielkanocnym – rozwój kreatywności
6. Florystyka – wysiew pierwszych warzyw w ogrodzie
7. Przesadzanie, rozmnażanie przez podział bylin

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Książki z prostymi przepisami kulinarnymi
3. Pogadanka „zachowanie przy stole, oraz co, gdzie i dlaczego na stole”
4. Wspólne układanie jadłospisu dziennego – prawidłowy jadłospis
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa – „Pierwsza pomoc”

1. Wyposażenie apteczki domowej – pogadanka z pokazem.
2. Utrwalamy znajomość numerów alarmowych.
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

Pracownia rękodziela-artystycznego

1. Dekoracje plastyczno – techniczne – stolarskie:
 - ramki do zdjęć
 - postacie z gipsy
 - masa papierowa – tworzenie z niej figur o różnych kształtach
2. Prace krawieckie szycie maszynowe
3. Prace krawieckie prace ręczne
4. Prace na bieżące potrzeby pracowni

Pracownia czynności codziennych

1. Obchody dni papieskich
2. Hodowla roślin ogrodowych, mini – ogrody, bonsai
3. Zabiegi fryzjerskie i kosmetyczne w ośrodku – treningi higieniczno – upiększające
4. Zwiedzanie ciekawych miejsc w Ostrowie i okolicy
5. Wycieczka do lasu
6. Zajęcia florystyczne z wykorzystaniem suszu, materiałów naturalnych
7. Słuchanie muzyki, kurs tańca
8. Zajęcia rewalidacyjne w samodzielnym pisaniu, liczeniu, czytaniu
9. Stroiki z kwiatów wiosennych
10. Świąta wielkanocne dla uczestników

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Tor przeszkód w ogrodzie
4. Ćwiczenia korekcyjne
5. Ćwiczenia czynne wolne, czynne oporowe
6. Ćwiczenia ogólnokondycyjne
7. Poprawa kondycji fizycznej

***INTEGRACJA** - Wycieczki krajoznawcze po okolicach Ostrowa Wielkopolskiego – zwiedzanie „Naszej Małej Stolicy”.*

MAJ

Pracownia komputerowa

1. 1 i 3 Maja – wykonywanie flagi Polski, doskonalenie hymnu, szukanie w Internecie Godła, doskonalenie funkcji kopiuj/wklej, drukuj
1. Dzień Matki – wykonanie gazetki ściennej, drukowanie życzeń z Internetu, pomoc w zorganizowaniu spotkania Matek w ŚDS
2. Praca w programie graficznym Paint – doskonalenie wykonywania prostych grafik, kartek dla mam
3. Program Movie Maker – doskonalenie tworzenia prezentacji przy użyciu szablonu, korzystanie z animacji, przejść, efektów specjalnych
4. Doskonalenie zapisów danych na dysku i przenośnych nośnikach pamięci, kopiowanie i usuwanie plików, zapisywanie i odczytywanie wyników pracy z komputerem
5. Praca w edytorze tekstu – doskonalenie poprawnego pisania na klawiaturze, redagowania tekstu, rozmieszczania tekstu na stronie, kopiowania i wycinania tekstu, zmiany koloru, wielkości i rodzaju czcionek, ozdabiania tekstu elementami graficznymi, tworzenia numerowanej i wypunktowanej listy, tworzenia i formatowania tabel, wstawianie do dokumentacji symboli, drukowania dokumentów tekstowych

Pracownia muzyczna

1. 1 i 3 Maja – nauka, słuchanie patriotycznych piosenek

2. Dzień Matki – wykonanie laurek, nauka, słuchanie piosenek o Matce, pogadanka na temat naszych ukochanych mam
3. Klaskanie miarowe w wolnym i szybkim tempie przy akompaniamencie pianina lub innego instrumentu
4. Próby ilustrowania muzyki ruchem wg własnego pomysłu
5. Indywidualne wykonywanie układów rytmiczno – tanecznych
6. Rozwijanie słuchu muzycznego – rozpoznawanie dźwięków wysokich, średnich, niskich

Pracownia czynności manualnych

1. Jesteśmy Polką i Polakiem – wyklejanie konturu flagi lub godła kulkami bibuły
2. Muzyka pędzlem malowana – tworzenie różnorodnych kompozycji inspirowanych muzyką - poznawanie znaczenia doboru barw przy wyrażaniu nastroju
3. Upominek dla Mamy i Taty – wykonanie upominków wg własnych pomysłów
4. Tulipan i żabka – wykonanie pracy przy użyciu techniki origami
5. Kolorowe motyle – dekalkomania
6. Ludziki z plastikowej butelki i nakrętek

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zajęcia rekreacyjne:
 - spacer do parku
 - treningi budżetowe
 - aktywność w ogrodzie – gry na świeżym powietrzu
 - wspólne muzykowanie
2. Wiosenne inspiracje:
 - kwiatowe stroiki
 - prace plastyczne – kredki, bibuła, farby, papier kolorowy
3. Dzień Matki:
 - życzenia dla Mam – kartki okolicznościowe
 - gazetka tematyczna – Nasze Mamy
 - drobne upominki
4. Florystyka – poznawanie roślin balkonowych, ich wymagań, sposobów pielęgnacji, wysadzanie do skrzynek jednorocznych roślin i bylin
5. Wysadzanie w ogrodzie ziół – usuwanie przekwitniętych części roślin cebulowych i bulwiastych

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Pogadanka” wyposażenie kuchni – sprzęt AGD”
3. Dzień Matki – laurki, życzenia oraz pomysły na coś słodkiego np. prosty deser
4. Surówki ze świeżych warzyw – dodatek do dań
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa – „Pierwsza pomoc”

1. Kontynuacja nauki podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja)
2. Doskonalenie nauka bandażowania – zajęcia praktyczne
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodziela – artystycznego

1. Prace techniczne:
 - ozdoby z rolek papieru
 - ozdoby z puszek
2. Prace krawieckie:
 - szycie maszynowe
 - naprawa odzieży – przeróbka
 - haft krzyżykowy
3. Prace stolarskie:
 - ozdoby z drewna
 - prace na bieżące potrzeby pracowni
4. Zajęcia na ogrodzie:
 - sadzenie kwiatów
 - grabienie liści
 - porządki na ogrodzie

Pracownia czynności codziennych

1. Trening aktywnego poszukiwania pracy, wizyta w Urzędzie Pracy
2. 1 i 3 maja – znaczenie świąt w historii Polski
3. Aktywne formy spędzania czasu wolnego
4. Biesiady i wspólne muzykowanie
5. Trening budżetowy, gospodarowanie pieniędzmi, planowanie wydatków
6. Podróże kulinarne po Europie
7. Zajęcia w pisaniu w programie Open Office
8. Spacery wiosenne
9. Pisanie pism i podań urzędowych, składanie wniosków, załatwianie spraw urzędowych
10. Dzień Matki w pracach osób niepełnosprawnych

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Rozgrywki w piłkę siatkową.
4. Gry i zabawy zwinnościowe, gry i zabawy ruchowe.
5. Rozgrywki w badmintona.
6. Ćwiczenia oddechowe mieszanym torem oddychania.
7. Trening aerobowy submaksymalny.

INTEGRACJA – „Święto Konwalii” w Psarach – wspólna zabawa integracyjna w Domu Pomocy Społecznej w Psarach

CZERWIEC

Pracownia komputerowa

1. Lato – wykonanie gazetki ściennej, spacer, zajęcia na świeżym powietrzu
2. Dzień Ojca – drukowanie życzeń z Internetu, projektowanie i drukowanie kartek
3. Dbanie o porządek na pulpicie i dyskach lokalnych, usuwanie niepotrzebnych plików, odzyskiwanie usuniętych plików, folderów, zdjęć z kosza
4. Praca w programie graficznym Paint – rysowanie i malowanie, modyfikowanie i przekształcanie rysunków, dołączanie napisów do rysunków, drukowanie rysunków
5. Doskonalenie korzystania ze sprzętów peryferyjnych: ksero – kserowanie dwustronnie, kserowanie określonej liczby stron, pomniejszanie/powiększanie kserowanego dokumentu
6. Doskonalenie zgrywania danych na nośniki typu CD, DVD, pendrive

Pracownia muzyczna

1. Dzień Ojca – nauka piosenki o tacie, wykonanie laurek
2. Lato – nauka piosenki o lecie, zajęcia plastyczne o tematyce letniej przy muzyce relaksacyjnej
3. Rytmizowanie mowy – prawidłowe wypowiedzianie głosek i sylab
4. Rozwiązywanie zagadek dźwiękowych („Co tak pięknie gra”)
5. Ćwiczenia oddechowe w marszu – świadome oddychanie – nabieranie powietrza nosem i wydychanie ustami
6. Przyswojenie nazw poszczególnych instrumentów – zabawy polegające na rozpoznawaniu brzmienia instrumentu

Pracownia czynności manualnych

1. Malarski plener – malowanie otoczenia przyrodniczego w bezpośredniej obserwacji, poznanie pojęć: sztaluga, paleta, malarz
2. Niebo i obłoki – tworzenie waloru barwy przez dodawanie bieli: tworzenie pracy z wykorzystaniem tylko jednej barwy w kilku odcieniach; wyróżnianie i nazywanie barw zimnych
3. Szkatułka na wakacyjne skarby – wykonanie przestrzennej formy użytkowej z materiałów z recydingu
4. Statek, samolot – składanie papieru wg wzoru
5. Nasze akwarium – wykonanie pracy plastycznej z wykorzystaniem różnych elementów (słoik z wodą, muszle, bursztyny, rybki)

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Powitanie lata:
 - origami
 - wianki świętojańskie
 - letni collage
 - prace plastyczne o tematyce letniej
2. Zajęcia na świeżym powietrzu:
 - grillowanie
 - spacer do parku – tętnie
 - gry zespołowe – badminton, koszyki
3. Dzień Ojca:
 - kartki z życzeniami
 - drobne upominki
 - gazetka tematyczna
4. Florystyka – relaksacja w ogrodzie – wdrażanie do aktywnego spędzania wolnego czasu poprzez spacer, kontakt z przyrodą
5. Usprawnianie manualne poprzez wykonywanie dekoracji z suszu roślinnego
6. Poznawanie roślin kwitnących latem poprzez odwiedzanie ogrodów
7. Pielęgnowanie ogrodu ziołowego – przycinanie i pierwsze suszenie ziół

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Pogadanka „jadłospis latem”
3. Zajęcia na świeżym powietrzu: ogród – grill
4. Nauka sporządzania listy zakupów
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa – „Otyłość”

1. Pogadanka na temat otyłości oraz wpływu na nasze zdrowie
2. Profilaktyka p/działania otyłości (dieta, ruch)
3. Określenie wskaźnika BMI uczestnikom ŚDS
4. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
5. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła–artystycznego

1. Prace krawieckie:
 - przyszywanie guzików
 - szycie maszynowe
 - torby dekoracyjne
2. Prace stolarskie:
 - świeczniki z drewna
 - postacie, figury ze sklejki wycinane wyrzynarką elektryczną
3. Prace plastyczne:
 - malowanie farbami, lakierem materiałów drewnianych
4. Prace na bieżące potrzeby pracowni, ośrodka
5. Pogadanki terapeutyczne

Pracownia czynności codziennych

1. Gazetka tematyczna o porze letniej
2. Aktywna rekreacja na ogrodzie
3. Zajęcia z zakresu czynności dnia codziennego
4. Szydełkowanie i robienie na drutach
5. Programy edukacyjne i przyrodnicze
6. Kalambury i rebusy, rozwiązywanie krzyżówek

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Aktywne formy rekreacji w ogrodzie
4. Ćwiczenia koordynacji wzrokowo- ruchowej
5. Ćwiczenia kształtujące orientację przestrzenną
6. Zwiększenie wydolności fizycznej
Grillowanie na ogrodzie

INTEGRACJA – Wycieczka całonocna z uczestnikami ŚDS autokarem i busami przystosowanymi do przewozu osób niepełnosprawnych – miejsce zostanie ustalone w ciągu 2021 roku

INTEGRACJA – Integracja Odolanów 2021 (czerwiec lub wrzesień) – coroczna impreza dla osób niepełnosprawnych organizowana przez Stowarzyszenie „Wiara Nadzieja Miłość” oraz ŚDS w Odolanowie

INTEGRACJA – spartakiada osób niepełnosprawnych – Przygodzice 2021

LIPIEC

Pracownia komputerowa

1. Wakacje – doskonalenie adresowania kopert, kartek pocztowych, pogadanka na temat bezpiecznego spędzania czasu wolnego podczas wakacji, zajęcia na ogrodzie, grillowanie
2. Komunikowanie się z komputerem w środowisku Windows – wyszukiwanie i uruchamianie programów, zapisywanie i odczytywanie wyników pracy z komputerem, tworzenie folderów, zmiany nazwy plików i folderów

3. Praca w programie graficznym Paint – doskonalenie wykonywania prostych grafik, plakatów
4. Praca w edytorach tekstu – doskonalenie poprawnego pisania na klawiaturze, rozmieszczanie tekstu na stronie, kopiowanie i wycinanie tekstu, zmiana koloru, wielkości i rodzaju czcionek, tworzenie i formatowanie tabel
5. Rozwijanie umiejętności intelektualnych oraz sprawnej pracy z myszką poprzez pracę w programie „Logopedyczne zabawy” oraz gry edukacyjne, zręcznościowe

Pracownia muzyczna

1. Wakacje – nauka wakacyjnej piosenki
2. Zajęcia plastyczno-muzyczne o tematyce wakacyjnej przy muzyce relaksacyjnej
3. Nauka prawidłowego posługiwania się instrumentami – prawidłowe chwytanie, przyłożenie odpowiedniej siły, prawidłowa postawa
4. Wydobywanie z instrumentów dźwięków, wystukiwanie prostych rytmów na instrumentach
5. Dyskoteka na ogrodzie, grill
6. Wytwarzanie dźwięku i tworzenie akompaniamentu na parainstrumentach

Pracownia czynności manualnych

1. Nasze plany wakacyjne – rysunek dowolną techniką
2. Ozdobne butelki – wypełnienie butelek różnymi rodzajami nasion
3. Muszelkowe fantazje – technika collage
4. Tworzenie własnych pocztówek wakacyjnych
5. Spacery do parku
6. Gry i zabawy na ogrodzie oraz wspólne grillowanie

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Wakacyjny czas:
 - zajęcia integracyjne- karaoke, kalambury
 - grillowanie
 - spacer – park – tężnie
2. Letnie fantazje:
 - collage – wykorzystanie skarbów letnich- muszelki, kamyki
 - ozdobne butelki z letnimi motywami
 - rysunek, malarstwo, techniki plastyczne – bibuła, papier kolorowy
3. Biblioterapia:
 - czytanie wybranych pozycji książkowych
 - poranki z poezją
 - albumy
4. Wdrażanie do systematyczności i odpowiedzialności poprzez wypełnianie obowiązków dyżurnego, pielęgnacja roślin doniczkowych, balkonowych, prac w ogrodzie (nawadnianie, spulchnianie gleby, odchwaszczanie, usuwanie przekwitniętych kwiatów, suchych liści oraz zbior pierwszych warzyw)
5. Usprawnianie manualne, doskonalenie kreatywności poprzez wykonywanie dekoracji z suszu (wykonywanie dekoracji letnich – wianki, dekoracje okienne, kompozycje na stół)

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Zajęcia na ogrodzie – grill

3. Pogadanka „system odżywiania, co to są witaminy”
4. Sałatki owocowe, desery lodowe – przepisy
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa - Ciśnienie tętnicze (RR)

1. Pogadanka na temat RR: normy, skutki wysokiego ciśnienia i wpływ na nasz organizm
2. Nauka pomiaru ciśnienia tętniczego
3. Naturalne sposoby obniżania RR: aktywność fizyczna, dieta
4. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
5. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła-artystycznego

1. Prace techniczno – plastyczne:
 - decoupage ozdabianie butelek, puszek itp.
 - tworzenie obrazów typu collage
 - oklejanie butelek, słoików sznurkiem itp.
2. Prace stolarskie:
 - prace na bieżące potrzeby pracowni
3. Prace krawieckie:
 - haftowanie haft – płaski, krzyżykowy, richelie
 - szydełkowanie

Pracownia czynności codziennych

1. Zajęcia relaksacyjne i wyciszające z elementami aromaterapii
2. Haftowanie na płótnie
3. Wycinanki z bibuły, papieru, origami
4. Cykl wyjść „ Jak załatwić sprawę”
5. Wypiek ciast, deserów, słodkości
6. Wykorzystanie materiałów segregowanych do pracy terapeutycznej

Gabinet usprawniający – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Ćwiczenia aerobowe w ogrodzie
4. Ćwiczenia oddechowe torem mieszanym
5. Ćwiczenia poprawiające gibkość
6. Usprawnianie funkcji motorycznych motoryki małej
7. Mini-olimpiada sportowa w ogrodzie z wykorzystaniem wybranych dyscyplin sportowych

INTEGRACJA – Mini olimpiada sportowa 2021 w ogrodzie z wykorzystaniem wybranych dyscyplin sportowych

INTEGRACJA – Rozgrywki w piłkę nożną 2021 - na zaproszenie przez WTZ Przygodzice na Stadionie Miejskim w Ostrowie Wielkopolskim

SIERPIEŃ

Pracownia komputerowa

1. Wakacje – zajęcia na ogrodzie, grillowanie, pogadanki, gry i zabawy ruchowe
2. Program Power Point – doskonalenie robienia prezentacji, zapisywanie gotowych prac na dysku i innych nośnikach pamięci
3. Doskonalenie swobodnego poruszania się po Internecie – korzystanie z wyszukiwarek internetowych, np. google.pl, kont elektronicznych, wysyłania maili z załącznikami, korzystanie z komunikatorów internetowych, np. gadu-gadu

4. Rozwijanie umiejętności intelektualnych oraz sprawnej pracy z myszką poprzez pracę w programie „Logopedyczne zabawy” oraz gry edukacyjne, zręcznościowe
5. Program Movie Maker – doskonalenie tworzenia prezentacji przy użyciu szablonu, korzystanie z animacji, przejść, efektów specjalnych

Pracownia muzyczna

1. Gry i zabawy ruchowe na ogrodzie
2. Rozwiązywanie zagadek dźwiękowych i muzycznych
3. Towarzyszenie melodii – gra na janczarach, ksylofonie; tworzenie dialogów instrumentalnych
4. Spontaniczna gra na instrumentach perkusyjnych przy wybranej muzyce
5. Ćwiczenia i zabawy relaksacyjne

Pracownia czynności manualnych

1. Dzwonki wietrzne – z muszelek i kamyków
2. Kraina kolorów – malowanie farbami
3. Morze – rysowanie na betonie kolorową kredą
4. Tęcza – praca wykonana z kolorowych chrupek
5. Wycinanki z falistej faktury

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zajęcia zintegrowane:
 - wspólne muzykowanie
 - gry i zabawy stolikowe
 - zajęcia w ogrodzie
 - spacer – tężnie
2. Wakacje:
 - morskie inspiracje – kredki, farby
 - krajobrazy morskie – różne techniki plastyczne
 - muszelkowe fantazje
 - pocztówka z wakacji
3. Zajęcia ogrodnicze:
 - podlewanie roślin
 - plewienie
 - sadzenie nowych roślinek

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Trening budżetowy – spacer do marketu
3. Zajęcia na ogrodzie – grill
4. Pogadanka – rozmowy o domowych przetworach, czyli „lato w słoiku”
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarski – „Pierwsza pomoc”

1. Kontynuacja nauki podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja).
2. Doskonalenie nauki bandażowania – zajęcia praktyczne.
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

Pracownia rękodzieła–artystycznego

1. Prace techniczno – plastyczne:

- wykorzystywanie materiałów ekologicznych (darów natury) liście, gałązki, kasztany, szyszki, traw, nasion – prace grupowe, indywidualne
- kompozycje kwiatowe
- 2. Prace krawieckie:
 - szycie maszynowe skrzaty dekoracyjne
 - pojemniki z materiału
- 3. Prace stolarskie:
 - rysowanie i wycinanie w deskach różnorodnych kształtów
 - czyszczenie listew i kawałków drewna papierem ściernym
- 4. Florystyka – doskonalenie wiedzy na temat roślin, tworzenie papeterii i zielników.
- 5. Zbiory ziół, przycinanie liści starszych krzewów

Pracownia czynności codziennych

1. Lato – wakacyjne plany uczestników
2. Moda letnia
3. Spotkania z ciekawymi ludźmi
4. Zajęcia multimedialne z wykorzystaniem Internetu
5. Kompozycje ze słomy
6. Pogadanki o zdrowym stylu życia, diety, odchudzanie pod kontrolą
7. Przetwory letnie

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Ćwiczenia ogólnokondycyjne i inne formy relaksacji na świeżym powietrzu.
4. Usprawnienie funkcji motorycznych motoryki dużej
5. Rozgrywki w piłkę nożną
6. Tor przeszkód w ogrodzie
7. Ćwiczenia podnoszące $VO_2\max$
8. Zwiększenie wydolności fizycznej

INTEGRACJA – Wycieczki i spacer po Ostrowie Wielkopolskim i okolicy

WRZESIEŃ

Pracownia komputerowa

1. Jesień – wykonanie gazetki ściennej, spacer, jesienne porządki na ogrodzie
2. Komunikowanie się z komputerem w środowisku Windows – wyszukiwanie i uruchamianie programów, zapisywanie i odczytywanie wyników pracy z komputerem, tworzenie folderów, zmiany nazwy plików i folderów
3. IX Przegląd Karaoke – pomoc w wybieraniu piosenek, projektowanie zaproszeń, dyplomów
4. Dzień Chłopca – pomoc w przygotowaniu dyskoteki, drukowanie życzeń
5. Doskonalenie swobodnego poruszania się po Internecie

Pracownia muzyczna

1. IX Przegląd Karaoke -organizacja całej imprezy pod względem oprawy muzycznej
2. Jesień- zajęcia plastyczno- muzyczne o tematyce jesiennej przy muzyce relaksacyjnej
3. Dzień Chłopca- przygotowanie życzeń, drobnych upominków, śpiew „Sto lat”
4. Śpiewanie piosenek zespołowo i solo do akompaniamentu i acapella
5. Zespołowe wykonywanie układów rytmiczno-tanecznych

Pracownia czynności manualnych

1. Moje wakacyjne wspomnienia – praca plastyczna metodą dowolną
2. Liście – różne techniki
3. Wyklejanie jesiennych owoców i warzyw

4. Prace techniczne z wykorzystaniem „darów jesieni” (kaształy, jarzębina, suszone liście)
5. Nitką malowane – praca z użyciem nici i farb
6. Dzień Chłopca – kartki okolicznościowe, drobne upominki

Klub środowiskowo-rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Pożegnanie lata:
 - pogadanka na temat spędzonych wakacji
 - wakacyjny pamiętnik
 - letnie prace plastyczne
 - projekcje zdjęć z wakacji
2. Witamy jesień:
 - jesienne dekoracje w klubie
 - spacer do parku – zbieranie liści, kasztanów, żołędzi
 - jesienne prace ze skarbów jesiennych
 - gazetka tematyczna
3. Dzień Chłopca:
 - upominki
 - kartki z życzeniami
4. Grzybobranie:
 - wycieczka do lasu
5. Florystyka – utrwalanie wiadomości dotyczących otaczającej nas przyrody, zmian w niej zachodzących poprzez obserwację oraz czytanie literatury przyrodniczej
6. Integrowanie się z naturą poprzez organizowanie wyjść do lasu na grzyby

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Pogadanka „jadłospis jesienią”
3. Pożegnanie lata – grill na ogrodzie
4. Spacer do parku – tężnie
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarski – „Zdrowie psychiczne”

1. Pogadanki na temat profilaktyki zdrowia psychicznego (systematyczna kontrola lekarska, stosowanie farmakologii itp.)
2. P/działanie w zdrowiu psychicznym – pogadanka (relaksacja, hobby)
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła-artystycznego

1. Prace ceramiczne glina:
 - lepienie, łączenie elementów, zdobienie, suszenie
2. Prace plastyczne:
 - malowanie świecą
 - malowanie farbą akrylową, plakatowa portret, rysunek z natury
3. Prace witrażowe
4. Wiklina papierowa:
 - wykonywanie rurek papierowych
 - przeplatanie doskonalenie technik plecienia

- malowanie dekoracja

Pracownia czynności codziennych

1. Kompozycje z darów jesieni
2. Topografia miasta Ostrowa Wielkopolskiego – utrwalenie nazewnictwa ulic, skwerów. Poznanie miejsc o znaczenie historycznym i przemysłowym
3. Porządki ogrodnicze
4. Odwiedzanie instytucji użyteczności publicznej
5. Zajęcia krawieckie
6. Spacerowanie jesienne
7. Dzień chłopca
8. Moda jesienna

Gabinet usprawniający – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Rozgrywki w piłkę nożną
4. Ćwiczenia poprawiające koncentrację wzrokowo - ruchową, płynność ruchową
5. Trening oporowy metodą de Lorma
6. Ćwiczenia z wykorzystaniem przyborów: piłek (koszykowa, siatkowa, lekarska), ringo obręcze, woreczki z piaskiem
7. Rozbudzenie zainteresowań sportem

***INTEGRACJA** – Kolejna Wycieczka całodniowa z uczestnikami ŚDS autokarem i busami przystosowanymi do przewozu osób niepełnosprawnych – miejsce zostanie ustalone w ciągu 2021 roku*

***INTEGRACJA** – IX Przegląd Karaoke w naszym ośrodku – festyn rodzinny pn.: **CHCEMY BYĆ SOBĄ**” – Jesień 2021 wrzesień/październik – organizowany przez pracowników ŚDS w Ostrowie Wielkopolskim - w tej cyklicznej, naszej sztandarowej już imprezie integracyjnej, biorą udział zaproszone ośrodki wsparcia (ŚDS, DPS, WTZ, DOM SENIOR VIGOR), które na co dzień z nami współpracują*

***INTEGRACJA** – Grzybobranie 2021, zbiory jesiennych darów natury. To wspaniała forma terapii oraz integracji. Uczestnicy nasi bardzo żywiołowo reagują na wieść o wspólnym wyjeździe na grzyby do okolicznych lasów i zagajników*

PAŹDZIERNIK

Pracownia komputerowa

1. Grzybobranie – wyjazd do lasu na grzyby
2. Program Movie Maker – tworzenie prezentacji przy użyciu szablonu, animacji, przejścia, efektów specjalnych
3. Doskonalenie robienia prezentacji multimedialnych w programie Power Point: wykonywanie prezentacji komputerowych, zapisywanie gotowych prac, nazywanie ich
4. IX Przegląd Karaoke – pomoc w organizacji integracji (strojenie sali, układanie stolików)
5. Praca z aparatem cyfrowym

Pracownia muzyczna

1. IX Przegląd Karaoke – integracja
2. Tańce w parze – krok dostawny w prawo i w lewo
3. Hamowanie zamierzone (reagowanie na sygnał muzyczny pauzę i wznowienie muzyki)
4. Improwizacje ruchowe do muzyki dyskotekowej
5. Dynamiczne malowanie farbami lub kredkami do muzyki ze zróżnicowaniem tempa ruchu

Pracownia czynności manualnych

1. Jesienne drzewo – stemplowanie liśćmi pokrytymi farbą
2. Jesienny bukiet – odciskanie faktury liści na powierzchni papieru – (metoda frotage)
3. Stroik – wykonanie dekoracji z liści, mchu, traw, jesiennych kwiatów, zbóż, jarzębiny, kory, itp.
4. Wesoła dynia – wykonanie dekoracji z dyni
5. Wykonywanie prac plastycznych przy użyciu stempli z warzyw lub owoców

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Prace ze skarbów jesieni:
 - frotaż
 - kompozycje z liści
 - kasztanowe ludziki
 - jesienne bukiety
2. Zajęcia zintegrowane:
 - gry i zabawy stolikowe
 - projekcje filmów DVD
 - audiobooki
 - wspólne muzykowanie
 - biblioterapia
3. Jesienne prace – świeczniki, lampiony, stroiki na groby
4. Muzykoterapia – muzyka poważna, jesienna melancholia
5. Florystyka – usprawnianie manualne poprzez wykonywanie dekoracji suszu roślinnego - (wianki z gałęzi brzozy)

Pracownia kulinarna- dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Zajęcia plastyczne – bukiety z liści
3. Pogadanka „moja ulubiona potrawa”
4. Uzupełnianie książki kucharskiej
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa – „Pierwsza pomoc”

1. Szkolenie dla uczestników z pierwszej pomocy przeprowadzone przez instruktora
2. Utrwalanie technik bandażowania
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła–artystycznego

1. Prace techniczne:
 - filc – wycinanie kształtów
 - kartki okolicznościowe
 - ramki do zdjęć
2. Żywica epoksydowa:
 - biżuteria
 - ozdoby
 - pudełka dekoracyjne
3. Witraże – butelki witrażowe:
 - szlifowanie butelek, słoików

- przyklejanie pasków miedziowych
- cynowanie

Pracownia czynności codziennych

1. Gazetka tematyczna z życia ŚDS
2. Wyjazd do lasu – grzybobranie
3. Święto zmarłych, przygotowanie stroików i kompozycji okolicznościowych dla zmarłych uczestników
4. Odwiedzanie cmentarzy ostrowskich
5. Jan Paweł II w pracach osób niepełnosprawnych

Gabinet uprawniający – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Rozgrywki w lotki
4. Ćwiczenia wzmacniające wybrane partie mięśniowe
5. Ćwiczenia elongacyjne
6. Ćwiczenia korekcyjne: korekcja bocznych skrzywień kręgosłupa, zniekształceń stóp, klatki piersiowej, szyi
7. Normalizacja napięcia mięśniowego

INTEGRACJA – IX Przegląd Karaoke w naszym ośrodku – festyn rodzinny pn.: CHCEMY BYĆ SOBĄ” – Jesień 2021 wrzesień/październik – organizowany przez pracowników ŚDS w Ostrowie Wielkopolskim - w tej cyklicznej, naszej sztandarowej już imprezie integracyjnej, biorą udział zaproszone ośrodki wsparcia (ŚDS, DPS, WTZ, DOM SENIOR VIGOR), które na co dzień z nami współpracują

INTEGRACJA – Grzybobranie 2021, zbiory jesiennych darów natury. To wspaniała forma terapii oraz integracji. Uczestnicy nasi bardzo żywiołowo reagują na wieść o wspólnym wyjeździe na grzyby do okolicznych lasów i zagajników

LISTOPAD

Pracownia komputerowa

1. Wszystkich Świętych i Zaduszki – odwiedzanie grobów naszych koleżanek i kolegów
2. Andrzejki – pomoc w przygotowaniu zabawy andrzejkowej, drukowanie z Internetu wróżb andrzejkowych
3. Obsługa laminatora – laminowanie dokumentów
4. Rozwijanie umiejętności intelektualnych oraz sprawnej pracy z myszką poprzez pracę w programie „Logopedyczne zabawy” oraz gry edukacyjne, zręcznościowe
5. Doskonalenie korzystania ze sprzętów peryferyjnych: obsługa drukarki, skanera, ksera

Pracownia muzyczna

1. Wszystkich Świętych i Zaduszki- odwiedzanie grobów naszych koleżanek i kolegów
2. Andrzejki- przygotowanie wróżb i zabaw, przygotowanie muzyki
3. Elementy ćwiczeń Mobilnej Rekreacji Muzycznej – słuchanie utworów wokalnych i instrumentalnych z zakresu różnych gatunków muzycznych
4. Ćwiczenia odreagowujące: ćwiczenia dynamiczne do muzyki aktywizującej
5. Muzykowanie naturalne – klaskanie, tupanie, stukanie, oklepywanie części ciała

Pracownia czynności manualnych

1. Jeż – wyklejanie sylwety zwierzaka dowolnymi nasionami
2. Malownicza przyroda – przybliżenie wybranych dzieł sztuki (reprodukcje) przedstawiających malarstwo krajobrazowe
3. Deszczowy dzień – malowanie na wilgotnej kartce farbami plakatowymi – technika mokre na mokrym
4. Kropla deszczu – wypełnianie konturu za pomocą korka lub gąbki maczanej w farbie plakatowej

5. Zabawy kolorami – mieszanie barw. Określanie barw podstawowych i pochodnych.
6. Nietoperz – wykonanie pracy z rolki po papierze

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Wszystkich Świętych:
 - odwiedzanie cmentarzy, grobów
 - stroiki na groby bliskich
 - wspomnienia tych, którzy odeszli
2. Zajęcia edukacyjne:
 - pisownia – litery, cyfry, własny podpis
 - czytanie
 - proste działania matematyczne
3. Jesienne spacerunki do parku, tężnie
4. Andrzejki:
 - wróżby andrzejkowe
 - zabawa
 - kotyliony
5. Florystyka – doskonalenie umiejętności wykonywania wianków, dekoracji świątecznych, bożonarodzeniowych z drewna i suszu roślinnego itp.

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
2. Pogadanka „idzie zima, zapasy kulinarne – nasza spiżarnia”
3. Ozdoby piernikowe na choinkę – doskonalimy pomysłowość
4. Nauka korzystania z książek kucharskich
5. Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarski – „Pierwsza pomoc”

1. Sprawdzenie nabytych umiejętności z udzielania pierwszej pomocy – przeprowadzenie konkursu pod hasłem „My też potrafimy”.
2. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
3. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła-artystycznego

1. Prace techniczne:
 - kwiaty z liści
 - zwierzątka z liści
 - kartki okolicznościowe
 - stroiki dekoracyjne
2. Prace stolarskie:
 - podkładki do stroików dekoracyjnych
 - karmniki dla ptaków
 - drabinki do kwiatów
3. Prace krawieckie:
 - torby dekoracyjne na zakupy
 - skrzaty z materiałów łączenie różnych materiałów
 - kosmetyczki

Pracownia czynności codziennych

1. Andrzejki, zabawa okolicznościowa, wróżki, lanie wosku, obrzędy związane z tradycją

2. Odwiedzanie Biblioteki Miejskiej
3. Wykonanie kartek okolicznościowych, pisanie życzeń
4. Zajęcia rewalidacyjne
5. Nauka obsługi sprzętu biurowego
6. Kalendarz – nauka odczytywania dni, tygodni, miesięcy
7. 11 listopada – święto niepodległości, symbole narodowe

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Ćwiczenia korekcyjne
4. Ćwiczenia ogólno-usprawniające
5. Kształtowanie psychomotoryki (umiejętności ruchowych)
6. Ćwiczenia wzmacniające mięśnie toniczne
7. Trening relaksacyjny

***INTEGRACJA** – Wszystkich Świętych: wspólne odwiedzanie zapomnianych, opuszczonych grobów, spacery na cmentarzu*

***INTEGRACJA** – ZABAWA ANDRZEJKOWA w ŚDS*

***INTEGRACJA** - Turniej tenisa stołowego Przygodzice 2021*

GRUDZIEN

Pracownia komputerowa:

1. Zima – wykonanie gazetki ściennej, spacery
2. Boże Narodzenie – wykonanie gazetki ściennej, drukowanie życzeń, pomoc w przygotowaniu spotkania opłatkowego dla uczestników ŚDS, ich rodziców i opiekunów
3. Praca w edytorach tekstu – doskonalenie poprawnego pisania na klawiaturze, rozmieszczanie tekstu na stronie, kopiowanie i wycinanie tekstu, zmiana koloru, wielkości i rodzaju czcionek
4. Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych – pogadanka o codziennym życiu z niepełnosprawnością

Stałymi punktami są:

- redagowanie gazetki „Co w trawie piszczy ...?”
- projektowanie kartki z kalendarza w programie Office Publisher z uwzględnieniem imiennin i urodzin uczestników
- programy edukacyjne
- gry komputerowe
- Internet
- doskonalenie korzystania ze sprzętów peryferyjnych
- relaksacja
- udział w imprezach okolicznościowych, spacerach i wycieczkach
- uzupełnianie kroniki
- współpraca z innymi pracowniami
- pomoc w przygotowywaniu prac, występów na imprezy wyjazdowe, integracyjne do innych ośrodków
- drukowanie, kserowanie materiałów do terapii według zapotrzebowania w ośrodku

Pracownia muzyczna:

1. Kolędy i Pastorałki – nauka, przypomnienie, wspólne śpiewanie
2. Święta Bożego Narodzenia – przygotowanie oprawy muzycznej, życzeń, pomoc w przygotowaniu Wigilii, dekoracja pracowni

3. Słuchanie muzyki relaksacyjnej z jednoczesnym obserwowaniem płonącej świecy, aromaterapią, byciem w kręgu z innymi
4. Malowanie farbami przy muzyce
5. Sylwester-podsumowanie starego roku, dyskoteka
6. Słuchanie utworów wokalnych, instrumentalnych, wokalnie – instrumentalnych z zakresu 15 różnych gatunków muzycznych (muzyka, popularna, ludowa, etniczna, klasyczna itp.)

Pracownia czynności manualnych:

1. Górnik – rysowanie węglem na gazecie czarno - białej podklejonej na brystol
2. Bombeczki jak z bajeczki – ozdabianie styropianowej bombki wg własnej inwencji ogólnodostępnymi materiałami
3. Kolorowy łańcuch – praca zespołowa, tworzenie łańcucha z wykorzystaniem, np. kolorowych pasków papieru lub kolorowych słomek do picia i bibuły
4. Świąteczne pierniki – ozdabianie pierników
5. Malowanie farbami plakatowymi z dodatkiem olejków zapachowych, Tematyka prac świąteczna
6. Pomoc w przygotowaniu Spotkania Opłatkowego

Klub środowiskowo – rekreacyjny – Czytelnia i wideoteka dorosłego człowieka

1. Zima w pracach plastycznych:
 - rysunek, malarstwo
 - trójwymiarowe bałwanki z materiałów plastycznych
 - technika kulek z bibuły
 - wydzieranki
 - zimowe pejzaże – technika collage
2. Święta Bożego Narodzenia:
 - ubieranie choinki, świąteczna dekoracja klubu
 - kartki świąteczne
 - stroiki świąteczne, wieńce, aniołki
 - świąteczna gazetka
 - wspólne kolędowanie
 - spotkanie opłatkowe
3. Projekcje świątecznych filmów
4. Florystyka – poszukiwanie inspiracji, rozwijanie fantazji, kreatywności poprzez wykonywanie drobnych upominków bożonarodzeniowych dla uczestników ŚDS.

Pracownia kulinarna – dobrego smaku

1. Codzienne przygotowanie pracowni do zajęć:
 - wietrzenie, dezynfekcja
 - przygotowanie herbaty dla uczestników
 - przygotowanie naczyń do cateringu
 - Pogadanka „Menu wigilijne w różnych regionach Polski”
 - Rozmowa o zbliżających się świętach: tradycje oraz potrawy na świąteczny stół
 - Spotkanie opłatkowe – wigilia w ośrodku
 - Sprzątanie pracowni – mycie podłogi, dezynfekcja

Gabinet pielęgniarstwa

1. Konsultacje i porady z rodzicami
2. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała
3. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

Pracownia rękodzieła–artystycznego

1. Pogadanka na temat Świąt Bożego Narodzenia, symbole, obrzędy
2. Prace krawiecko – techniczne:
 - skrzaty z materiału
 - skrzaty z gipsu
 - stroiki dekoracyjne
3. Prace plastyczne:
 - pasta do zębów bielenie rysunków
 - malowanie skrzatów z gipsu
4. Choinki z różnych materiałów:
 - szyszki
 - masa papierowa
 - makaron

Pracownia czynności codziennych

1. Mikołajki
2. Boże Narodzenie w pracach osób niepełnosprawnych
3. Wigilia dla podopiecznych
4. Śpiewanie kolęd i pastorałek
5. Pogadanki z uczestnikami o tradycjach bożonarodzeniowych w domach rodzinnych
6. Choinka – ubieranie drzewka
7. Potrawy wigilijne
8. Dekoracja ośrodka pracami uczestników
9. Serwetki z motywami świątecznymi
10. Koniec roku, podsumowanie, refleksja, plany na rok 2022

Gabinet usprawniająco – rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne dostosowane do potrzeb i możliwości każdego uczestnika.
2. Gimnastyka poranna
3. Trening relaksacyjny
4. Ćwiczenia kształtujące mięśnie antygravitacyjne
5. Doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej
6. Ćwiczenia rozciągające mięśnie fazowe

INTEGRACJA wspólna wigilia w ośrodku z uczestnikami i ich rodzicami oraz opiekunami

INTEGRACJA spotkanie Bożonarodzeniowe w DPS Psary 2021 - Wystawa Bożonarodzeniowa w DPS

INTEGRACJA – wspólna zabawa integracyjna – „SYLWESTER - 2021”

DODATKOWE ZAJĘCIA I ZADANIA PLANOWANE W ROKU 2021:

ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM I LEKARZEM PSYCHIATRĄ:

I. PSYCHOLOG

ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGIEM ORAZ PORADY

1. Rozmowy indywidualne z uczestnikami ŚDS i ich rodzicami oraz opiekunami
2. Udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzicom i opiekunom prawnym
3. Nawiazywanie kontaktów międzyludzkich z uczestnika naszego Domu, rodzicami, opiekunami i ich środowiskiem lokalnym

II. PSYCHIATRA

ZAJĘCIA Z LEKARZEM PSYCHIATRĄ ORAZ PORADY

1. Rozmowy indywidualne z uczestnikami ŚDS i ich rodzicami oraz opiekunami
2. Udzielanie wsparcia uczestnikom i ich rodzicom i opiekunom prawnym

3. Nawiązywanie kontaktów międzyludzkich z uczestnikami naszego Domu, rodzicami, opiekunami i ich środowiskiem lokalnym

III. DOGOTERAPIA

Usługa zewnętrzna – prowadzenie zajęć terapeutycznych - dogoterapii dla osób dorosłych niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi z naszego ŚDS.

Praca socjalna

1. Współpraca z organami administracji rządowej, samorządowej, organizacjami społecznymi oraz innymi instytucjami na terenie miasta
2. Współpraca z komórkami Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie
3. Prowadzenie wywiadów środowiskowych, kompletowanie dokumentów oraz podejmowanie innych niezbędnych czynności związanych ze świadczeniem różnorodnych form pomocy
4. Prowadzenie pracy socjalnej i poradnictwa
5. Udzielanie informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych osobom, które dzięki tej pomocy będą zdolne samodzielnie rozwiązywać problemy, będące przyczyną trudnej sytuacji życiowej, skuteczne posługiwanie się przepisami prawa w realizacji tych zadań
6. Współpraca i współdziałanie ze specjalistami, w celu przeciwdziałania i ograniczania skutków negatywnych zjawisk społecznych
7. Trening umiejętności społecznych, interpersonalnych, budżetowy, organizowania czasu wolnego i rozwijania zainteresowań, aktywnego poszukiwania pracy, autoprezentacji, umiejętności samoobsługowych i zaradności życiowej
8. Współpraca z psychologiem, psychiatrą, pielęgniarką
9. Współdziałanie w organizowaniu imprez w ośrodku i poza placówką
10. Uczestnictwo w spotkaniach zespołu wspierająco-aktywizującego
11. Współpraca z byłymi uczestnikami ośrodka i osobami oczekującymi na przyjęcie
12. Współpraca z rodzicami i opiekunami

**PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY - DWA II
UL. KOMUNY PARYSKIEJ 14
W OSTROWIE WIELKOPOLSKIM NA 2021 ROK**

Priorytety działania na rok 2021

1. Pracownia artystyczna: cięcie nożyczkami po linii - doskonalenie umiejętności wycinania prostych kształtów.
2. Pracownia komputerowa: nauka posługiwania się programem „Akademia umysłu”, „SOCRATES111”, nauka użytkowania programu paint i office word.
3. Pracownia muzyczna: rozbudzanie kreatywności muzycznej poprzez zabawę i ruch, doznawanie radości w obcowaniu z muzyką i pobudzenie aktywności ruchowej.
4. Pracownia krawiecka: nauka przewlekania sznurka.
5. Pracownia relaksacyjna: nauka obsługi aparatu fotograficznego, wykonanie albumu „Cztery pory roku”.
6. Pracownia gospodarstwa domowego: nauka planowania II śniadania, doskonalenie nauki sprzątanania, zmywania.
7. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny: badanie podmiotowe oceniające funkcjonowanie zdolności ruchowe każdego z uczestników, praca nad poprawą kondycji ruchowej uczestników poprzez różne metody fizjoterapeutyczne.
8. Promocja zdrowia: nauka podstaw udzielania pierwszej pomocy.

STYCZEŃ

I. Pracownia artystyczna

1. Krajobraz zimowy – malowanie białą farbą na niebieskim tle.
2. Kartka okolicznościowa z okazji „Dnia Babci i Dziadka” – wykonanie techniką quillingu.
3. Kostium na bal karnawałowy – wykonanie stroju z materiałów recyklingowych.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Nabycie, doskonalenie umiejętności z zakresu obsługi komputera: włączanie komputera, korzystanie z myszki i klawiatury.
2. Nauka posługiwania się programem „Akademia umysłu”.
3. Utrwalanie zasad bezpieczeństwa podczas korzystania ze sprzętu komputerowego (m.in. prawidłowa postawa ciała, odpowiednia odległość od monitora).
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Śpiewanie i utrwalanie kolęd przy akompaniamencie m.in.. gitary.
2. Nauka piosenki o tematyce zimowej pt. „Ulica Śnieżynkowa”- zapoznanie się z tekstem, linią melodyjną.

3. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanego po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Przypomnienie, omówienie zasad panujących w pracowni.
2. Nauka przewlekania dużych koralii.
3. „Płatki śniegu” - utrwalanie techniki posługiwania się nożyczkami.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Nauka obsługi aparatu fotograficznego, zapoznanie się z funkcją przycisków, sposobem wykonywania zdjęć – pogadanka, zajęcia praktyczne na terenie SDS.
2. Omówienie zasad wyboru miejsc do sfotografowania, cechy charakterystyczne dla danej pory roku - zajęcia praktyczne.
3. Wykonanie elementów ozdobnych celem dekoracji pracowni.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Kontynuacja doskonalenia nauki przygotowania II śniadania – ćwiczenia w zakresie smarowania chleba.
2. Doskonalenie nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem owoców.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Wzmacnianie narządu ruchu poprzez systematyczne ćwiczenia ogólnousprawniające.
2. Ćwiczenia czynne z wykorzystaniem sprzętu rehabilitacyjnego.
3. Zastosowanie różnych technik relaksacji.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja zdrowia - Zdrowie i choroba

5. Omówienie podstawowych objawów chorobowych (gorączka, kaszel, katar).
6. Profilaktyka i p/działanie ww. objawom (pogadanka, gazetka).
7. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

8. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.

IX. Integracja

1. Zorganizowanie balu przebierańców w Domu.
2. Kolędowanie z zaprzyjaźnionymi jednostkami tj. ŚDS, WTZ, DPS i inni.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatry

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

LUTY

I. Pracownia artystyczna

1. Kartka walentynkowa – wykonanie kartki metodą scrapbookingu.
2. Ozdoby walentynkowe – wycinanie elementów, łączenie z drutem i patyczkiem.
3. Filcowanie na sucho - ozdabianie styropianowego serduszka.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Nauka, nabycie umiejętności z zakresu programu paint - korzystanie z przybornika, rysowanie figur, wypełnianie kolorem.
2. Wykonanie w programie paint serduszek z okazji walentynek – kolorowanie, wydruk prac.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Techniki relaksacyjne z wykorzystaniem muzyki nawiązującej do aktualnej pory roku.
2. Wykonanie prostych instrumentów muzycznych z recyklingu (butelki, rolki, puszki itp.).
3. Kontynuacja nauki piosenki pt. „Ulica Śnieżynkowa”.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.

5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Utrwalenie znajomości zabaw ruchowych z wykorzystaniem chusty Klanza.
2. Relaksacja z aromaterapią przy muzyce.
3. Utrwalanie piosenek wiosennych z wykorzystaniem wykonanych instrumentów.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Nauka korzystania z funkcji przybliżania - powiększania w aparacie fotograficznym.
2. Wycieczki po okolicy - przygotowanie dokumentacji fotograficznej - „Zima”.
3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania II śniadania – ćwiczenia w zakresie krojenia składników do kanapek.
2. Kontynuacja nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem warzyw.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia siłowe oraz ćwiczenia z obciążeniem z wykorzystaniem sprzętu typu: hantle, gumy, taśmy rehabilitacyjne, piłki lekarskie.
2. Ćwiczenia rozciągające - stretching.
3. „Zdrowy kręgosłup”- ćwiczenia wzmacniające mięśnie kręgosłupa.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja zdrowia – Higiena osobista

5. Kształtowanie estetyki wyglądu zewnętrznego poprzez zajęcia praktyczne.
6. Pogadanki na temat mycia poszczególnych części ciała.
7. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.
8. Pomiar RR, pomiar wagi ciała.

IX. Integracja

1. Organizacja zabawy walentynkowej dla uczestników Domu.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbalność o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatry

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

MARZEC

I. Pracownia artystyczna

1. „Marzanna” – wykonanie kukły ze słomy, bibuły, sznurka i papieru.
2. „Kartka wielkanocna” - wykonanie kartki z wykorzystaniem różnego rodzaju technik dekoracyjnych.
3. „Wielkanocna pisanka” – ozdabianie jajek styropianowych techniką decoupage, kawałkami papieru, sznurkiem dekoracyjnym.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Nauka z zakresu programu office word, pisanie liter alfabetu i tekstu, praca w edytorze tekstu.
2. Nauka z zakresu prawidłowego posługiwania się płytą DVD, prawidłowe jej wkładanie w kieszeń komputera.
3. Nauka pisania na klawiaturze imienia i nazwiska.
4. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Utrwalenie znajomości zabaw ruchowych z wykorzystaniem chusty Klanza.
2. Relaksacja z aromaterapią przy muzyce.
3. Utrwalanie piosenek wiosennych z wykorzystaniem wykonanych instrumentów.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.

5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Doskonalenie umiejętności zwijania wełny na wałek.
2. Doskonalenie techniki nawlekania – wykonanie bransoletki.
3. Nauka obrysowywania elementów i cięcie po śladzie – kartka z okazji „Dnia Kobiet”.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Doskonalenie nauki obsługi aparatu fotograficznego, włączanie, sprawdzenie stanu baterii, wykonywanie zdjęć krajobrazu.
2. Wybór materiału fotograficznego z minionej pory roku do albumu przyrodniczego - wydruk wybranych zdjęć, dopasowanie rozmiaru zdjęć do wielkości stron albumu, wykonanie I części albumu pn. „Zima”.
3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania II śniadania – nauka dekorowania kanapek.
2. Kontynuacja nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem nabiału.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Wycieczki piesze w okolicy ośrodka jako trening rekreacyjny oraz ruchowy.
2. Gimnastyka indywidualna i zbiorowa.
3. Zabawy ruchowe oraz zajęcia muzyczno - taneczne.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja Zdrowia – Pierwsza pomoc

5. Nauka podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja).
6. Nauka bandażowania.
7. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
8. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Powitanie wiosny z dziećmi z Przedszkola nr 15.

2. Organizacja Dnia Kobiet dla uczestników Domu.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

KWIECIEŃ

I. Pracownia artystyczna

1. „Stonoga” – praca przestrzenna z wykorzystaniem korków plastikowych i pomponików kreatywnych.
2. Pierwsze wiosenne kwiaty – wydzieranka z papieru kolorowego wykonana na tle mozaiki z papieru gazetowego.
3. „Jeż” – wykonanie sylwetki jeża z masy solnej, wbijanie kolców z pestek dyni.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Doskonalenie umiejętności korzystania z przeglądarki internetowej „google”.
2. Nauka posługiwania się programem „Socrates 111” oraz wykorzystanie go do zajęć dydaktycznych.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Zagadki muzyczne z wykorzystaniem dostępnego sprzętu muzycznego.
2. Doskonalenie sprawności umysłowej metodą Denisona.
3. Aerobik jako forma zajęć zabawowo – ruchowych.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Doskonalenie techniki zszywania materiałów ścięciem prostym.
2. „Łąka wiosenna” – doskonalenie techniki wycinania, przyklejania.
3. Doskonalenie umiejętności nawlekania wełny na motek.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Nauka wymiany baterii w aparacie fotograficznym.
2. Utrwalanie zasad fotografowania przyrody, wyznaczanie kolejnych zadań związanych z nową porą roku.
3. Omówienie symboliki zwyczajów i tradycji wielkanocnych.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania II śniadania – doskonalenie nauki przygotowywania np. herbaty, kakao itp.
2. Kontynuacja nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie z uwzględnieniem produktów zbożowych.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia korekcyjne z wykorzystaniem: piłek, lasek, gum, taśm, woreczków, materaców.
2. Zajęcia indywidualne na sprzęcie rehabilitacyjnym.
3. Aktywne formy rekreacji w ogródku i na spacerach.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja Zdrowia - Pierwsza pomoc

5. Wyposażenie apteczki domowej – pogadanka z pokazem.
6. Utrwalamy znajomość numerów alarmowych.
7. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
8. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Przygotowanie śniadania wielkanocnego dla uczestników i zaproszonych gości.
2. Zwiedzanie Grobów Pańskich w ostrowskich kościołach.
3. Udział w MATP – Program Treningu Aktywności Motorycznej w Koninie w ramach olimpiad specjalnych – integracja z uczestnikami, trenerami z terenu Wielkopolski.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

MAJ

I. Pracownia artystyczna

1. „Margaretka” – wykonanie kwiatka techniką stemplowania.
2. Kartka okolicznościowa z okazji „Dnia Matki” – technika dowolna.
3. Ozdobna torebka prezentowa - wycinanie szablonu, sklejanie i ozdabianie torebek.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Wykonanie kartki z okazji „Dnia Matki” z użyciem programu paint, office word.
2. Rozwijanie umiejętności intelektualnych poprzez pracę w programach edukacyjnych „Logiczne zabawy”.
3. Utrwalanie funkcji klawisza Caps lock, shift, spacja w trakcie pisania na klawiaturze.
4. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Nauka tekstu i linii melodycznej piosenki pt. „Wyjątkowa” – M.Mijał.
2. Zabawy ruchowe ze śpiewem.
3. Prezentowanie umiejętności wokalne-tanecznych.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Doskonalenie techniki wyszywania przy użyciu gotowych wzorów.

2. Przekładanie sznurowadła według wzoru na tacy styropianowej.
3. Utrwalanie umiejętności fastrygowania – wykonanie poduszki na igły.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Tworzenie opisów do poszczególnych zdjęć wykorzystanych w albumie przyrodniczym.
2. Ozdabianie stron albumu przyrodniczego.
3. Fotografowanie najbliższego otoczenia śds celem uchwycenia pory roku.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania II śniadania na ciepło – nauka przygotowywania tostów.
2. Kontynuacja nauka sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem sera.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Doskonalenie nauki chodzenia z kijkami.
2. Zwiększenie wydolności fizycznej i odporności psychofizycznej poprzez codzienne spacerowanie.
3. Pogadanki na temat zdrowego stylu życia - dieta, ćwiczenia, regularny trening i spacerowanie.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja Zdrowia – Pierwsza pomoc

5. Kontynuacja nauki podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja).
6. Doskonalenie nauka bandażowania – zajęcia praktyczne.
7. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
8. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Spotkanie popołudniowe dla mam wraz z uczestnikami połączone z warsztatami kosmetycznymi.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbalność o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatry

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

CZERWIEC

I. Pracownia artystyczna

1. Filcowanie na sucho z wykorzystaniem wzornika.
2. Próby plecenia warkocza z wełny, nauka robienia kokardy – ozdabianie szablonu postaci.
3. „Autoportret” – praca plastyczna z wykorzystaniem dowolnie wybranej techniki.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Praca na programie „SOCRATES 111”, rozwiązywanie logicznych zadań dopasowanych do możliwości i umiejętności.
2. Kontynuacja nauki korzystania przeglądarki internetowej celem poszerzanie wiedzy o otaczającym świecie.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Doskonalenie umiejętności rozróżniania muzyki poważnej od innego rodzajów muzyki.
2. Ćwiczenia rozluźniające i oddechowe na materacach przy muzyce.
3. Kontynuacja nauki piosenki pt. „Wyjątkowa”.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Doskonalenie nauki przyszywania guzików.

2. Utrwalanie nazewnictwa przyborów krawieckich i praktyczne ich użycie.
3. Kontynuacja nauki przekładania np. koraliki na sznurek.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Utrwalanie umiejętności fotografowania przyrody, specyfika fotografowania kwiatów.
2. Wybór materiału fotograficznego z minionej pory roku do albumu przyrodniczego - wydruk wybranych zdjęć, dopasowanie rozmiaru zdjęć do wielkości stron albumu, wykonanie II części albumu pn. „Wiosna”.
3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Nauka przygotowania koktajlów z ulubionych produktów.
2. Pogadanka na temat walorów zdrowotnych koktajlów.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Gry i zabawy na świeżym powietrzu.
2. Wyjście na basen miejski - ćwiczenia w wodzie, aqua aerobik.
3. Kontynuacja nauki poprawnego chodzenia o kijkach.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja Zdrowia - Otyłość

6. Pogadanka na temat otyłości oraz wpływu na nasze zdrowie.
7. Profilaktyka p/działania otyłości (dieta, ruch).
8. Określenie wskaźnika BMI uczestnikom ŚDS.
9. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
10. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Zorganizowanie VI Dnia Rodziny w Domu dla rodziców i uczestników.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).

2. Dbłość o poprawne relacje i komunikacj w grupie uczestnikw (wzmacnianie empatii, syntonii i wspoldziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatry

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

LIPIEC

I. Pracownia artystyczna

1. Tworzenie obrazków z wykorzystaniem techniki frotażu – odbijania na kartce ozdobnej faktury przedmiotów.
2. „Las w słoiku” wykonanie kompozycji w szkle z wykorzystaniem roślin zielonych.
3. „Meduza” – praca przestrzenna z wykorzystaniem butelki plastikowej i kolorowych tasiemek.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Rozwijanie zainteresowań z zakresu treningu spędzania czasu wolnego przy użyciu stron internetowych (wirtualne zwiedzanie muzeów, miast itp.).
2. Doskonalenie umiejętności posługiwania się programem „Akademia umysłu”.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Zabawy z chustą Klanza.
2. Utrwalenie znajomości piosenek o tematyce wakacyjnej m.in. „Niech żyją wakacje”.
3. Karaoke – jako przykład rozbudzania kreatywności muzycznej.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Kontynuacja doskonalenia umiejętności cięcia nożyczkami (cięcie wełny na sieczkę – wykonanie obrazu pn. „Morze”).
2. Przypomnienie zasad bhp podczas wykonywania zajęć w pracowni krawieckiej.

3. Przeprowadzenie quizu z zakresu przyborów krawieckich oraz zasad bhp panujących w pracowni.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Tworzenie stron albumu przyrodniczego w oparciu o zgromadzony materiał.
2. Wycieczki do parku i najbliższego otoczenia celem utrwalenia letnich obrazów natury przy użyciu aparatu fotograficznego.
3. Nauka prawidłowego zachowania w miejscach publicznych i środkach transportu.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania II śniadania – ćwiczenia w zakresie przygotowania sałatek owocowych (doskonalenie umiejętności krojenia).
2. Kontynuacja nauka sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem owoców sezonowych.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia i zabawy ruchowe w wodzie - wyjście na pobliski basen.
2. Zwiększenie wydolności fizycznej poprzez regularne spacerowanie.
3. Ćwiczenia rozciągające przy muzyce w formie pilatesu.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja Zdrowia – Ciśnienie tętnicze (RR)

6. Pogadanka na temat RR: normy, skutki wysokiego ciśnienia i wpływ na nasz organizm.
7. Nauka pomiaru ciśnienia tętniczego.
8. Naturalne sposoby obniżania RR: aktywność fizyczna, dieta.
9. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
10. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Wyjście do kawiarni na lody.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbalność o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

SIERPIEŃ

I. Pracownia artystyczna

1. „Słonecznik” – ozdabianie konturu kwiatka nasionami.
2. „Bukiet” – tworzenie kompozycji przestrzennej z kwiatów polnych.
3. „Pudełko prezentowe” - ozdabianie pudełek drewnianych i tekturowych techniką decoupage.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie zajęć z zakresu pracowni artystycznej, relaksacji oraz zajęć ogólnorozwojowych.

II. Pracownia komputerowa

1. Ćwiczenia z zakresu pisania swoich danych osobowych posługując się programem office word.
2. Doskonalenie nauki posługiwania się kserokopiarką celem kopiowania materiałów dydaktycznych.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie zajęć z zakresu pracowni komputerowej oraz zajęć ogólnorozwojowych.

III. Pracownia muzyczna

1. Ćwiczenia rytmiczne do muzyki - taniec disco.
2. Utrwalanie technik relaksacyjnych.
3. Zabawy muzyczno - ruchowe z wykorzystaniem m.in. baloników, piłek, szarf.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie zajęć z zakresu pracowni muzycznej oraz zajęć ogólnorozwojowych.

IV. Pracownia krawiecka

1. Doskonalenie nauki składania materiału.
2. Doskonalenie techniki przekładania, przewlekania.
3. Wybór zajęcia przez podopiecznego – trening kreatywności.

4. Prowadzenie zajęć z zakresu pracowni krawieckiej, relaksacji oraz zajęć ogólnorozwojowych.
5. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Przygotowanie zdjęć poprzez ich dopasowanie do kart albumu - wydruk stron albumu.
2. Udoskonalanie techniki fotografowania - zajęcia praktyczne w terenie.
3. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie zajęć z zakresu pracowni relaksacyjnej oraz zajęć ogólnorozwojowych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie umiejętności przygotowania II śniadania – ćwiczenia utrwalające dekoracje kanapek.
2. Pogadanka na temat walorów zdrowotnych II śniadania.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Kontynuacja wyjść na basen - nauka pływania.
2. Gimnastyka poranna na świeżym powietrzu.
3. Ćwiczenia w formie treningu obwodowego z wykorzystaniem sprzętu (hantle, gumy, hula-hop, piłki).
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja zdrowia – Pierwsza pomoc

1. Kontynuacja nauki podstaw udzielania pierwszej pomocy (resuscytacja).
2. Doskonalenie nauki bandażowania – zajęcia praktyczne.
3. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
4. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Zwiedzanie pomników pamięci narodowej w Ostrowie Wlkp.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbałość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).

2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

WRZESIEŃ

I. Pracownia artystyczna

1. „Parasol” – stemplowanie gąbką tła i naklejanie szablonu parasola.
2. „Jeż” - przyklejanie szyszek do butelki, owijanie sznurkiem szyjki butelki.
3. „Wrzos” – wykonanie kartki metodą quillingu.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Kolorowanie obrazów na komputerze za pomocą programu paint.
2. Fimoterapia jako przykład terapii spędzania czasu wolnego z użyciem tablicy multimedialnej.
3. Utrwalanie umiejętności pisania na tablicy multimedialnej, trzymanie wskaźnika, przeciąganie elementów.
4. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Zabawy z Knilem na wesoło (m.in. wesołe podskakiwanie, śmianie się itp.).
2. Utrwalanie piosenek o tematyce jesiennej z użyciem wykonanych wcześniej instrumentów i instrumentów dostępnych w pracowni.
3. Doskonalenie form zajęć zabawowo – ruchowych – Aerobic.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Wycinanie liści według wzorów – przygotowanie dekoracji jesiennej.
2. Utrwalanie i doskonalenie techniki przewlekania przy użyciu dużych i małych koralików.
3. Doskonalenie nauki szycia ściegiem krzyżowym.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Ozdabianie stron albumu różnymi technikami plastycznymi.
2. Pogadanka na temat dbałości o zdrowie, promowanie prozdrowotnego stylu życia.
3. Wybór materiału fotograficznego z minionej pory roku do albumu przyrodniczego - wydruk wybranych zdjęć, dopasowanie rozmiaru zdjęć do wielkości stron albumu, wykonanie III części albumu pn. „Lato”.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Nauka przygotowywania koktajli przy użyciu sprzętu AGD.
2. Kontynuacja nauka sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem produktów leśnych.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Kształtowanie odruchów prawidłowej postawy poprzez ćwiczenia korekcyjne.
2. Ćwiczenia na świeżym powietrzu - siłownia zewnętrzna.
3. Terapia ruchowa z uczestnikami z małą siłą mięśniową - rehabilitacja osób na wózkach.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja zdrowia – Zdrowie psychiczne

5. Pogadanki na temat profilaktyki zdrowia psychicznego (systematyczna kontrola lekarska, stosowanie farmakologii itp.).
6. P/działanie w zdrowiu psychicznym – pogadanka (relaksacja, hobby).
7. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
8. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Wyjazd nad jezioro – Antonin.
2. Nagroda za zaangażowanie w ćwiczenia i rehabilitację - wyjazd na Piaski Szczegliczka.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

PAŹDZIERNIK

I. Pracownia artystyczna

1. „Jesienne portrety” – ozdabianie twarzy osób wyciętych z kolorowej makulatury i ozdabianie ich stemplami liści.
2. „Ulewa” – malowanie „mokre w mokrym” – malowanie akwarelą na zmoczonej papierze.
3. „Poduszka ozdobna” – cięcie materiału wg. linii, szycie ściąganiem prostym, wypełnianie zszytych elementów wypełniaczem.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Praca na programie „Akademia umysłu”, wyszukiwanie w nim zadań o tematyce jesiennej.
2. Doskonalenie techniki pisania na edytorze tekstów.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Prezentowanie umiejętności wokalne - tanecznych – konkurs.
2. Nauka reagowania ruchem ciała na sygnał słowny poprzez zabawy rytmiczne.
3. Utrwalenie ćwiczeń metodą Denisona.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Utrwalanie nauki prasowania.
2. Doskonalenie przekładania sznurka przy użyciu pomocy terapeutycznych typu przekładanki itp.
3. Utrwalanie nauki szycia fastrygą – „Dyńka”.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Tworzenie stron albumu przyrodniczego w oparciu o zgromadzony materiał.
2. Ozdabianie stron albumu według własnej inwencji.
3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Nauka przyrządzania gofrów.
2. Kontynuacja nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem makaronów.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Ćwiczenia indywidualne na sprzęcie rehabilitacyjnym (rower, bieżnia).
2. Zajęcia w formie treningu obwodowego - stacje.
3. Ćwiczenia w odciążeniu - UGUL.
4. Rehabilitacja indywidualna.

VIII. Promocja zdrowia - Pierwsza pomoc

5. Szkolenie dla uczestników z pierwszej pomocy przeprowadzone przez instruktora.
6. Utrwalanie technik bandażowania.
7. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
8. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

IX. Integracja

1. Udział w Konkursie Karaoke organizowanym przez Środowiskowy Dom Samopomocy w Ostrowie Wielkopolskim, integracja z Ośrodkami z Powiatu.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).
- 3.

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

LISTOPAD

I. Pracownia artystyczna

1. „Latarenka” – ozdabianie słoików bibułą, koronkami, koralikami, tasiemkami.
1. Witraż z papieru i bibuły gładkiej.
2. Wykonanie dekoracji na zabawę andrzejkową.
3. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Doskonalenie pracy na przeglądarce internetowej – wspomnienia o osobach znanych, które zmarły w bieżącym roku, pogadanka.
2. Zabawy logiczne na komputerze z wykorzystaniem programu „Socrates111”.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Trening kreatywności poprzez swobodny taniec z dostępnymi przyborami.
2. Zabawy taneczno - naśladowcze mające na celu utrwalenie znajomości części ciała.
3. Rozpoznawanie linii melodycznych znanych piosenek - konkurs muzyczny.
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Utrwalanie umiejętności filcowania na sucho.
2. Udoskonalanie techniki posługiwania się nożyczkami – kolaż z materiału o tematyce jesiennej.
3. Stymulowanie techniki nawlekania nitki na włóczkę – praca przestrzenna „Bałwan”.
4. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Ćwiczenia praktyczne z fotografowania celem sprawdzenia umiejętności posługiwania się aparatem – fotografowanie jesieni.
2. Odwiedzanie miejskich cmentarzy, pogadanka na temat zasad zachowania na cmentarzach.

3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątnięcie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Doskonalenie nauki przygotowania naleśników
2. Kontynuacja nauki sporządzania tygodniowego jadłospisu na II śniadanie ze szczególnym uwzględnieniem mleka
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Redresja jako rodzaj ćwiczeń zwiększający zakres ruchu w stawie.
2. Ćwiczenia na materacu wzmacniające mięśnie brzucha oraz mięśnie przykręgosłupowe.
3. Trening relaksacyjny połączony z muzykoterapią.
4. Rehabilitacja indywidualna i grupowa.

VIII. Promocja Zdrowia – Pierwsza pomoc

4. Sprawdzenie nabytych umiejętności z udzielania pierwszej pomocy – przeprowadzenie konkursu pod hasłem „ My też potrafimy”.
5. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
6. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego

IX. Integracja

1. Zorganizowanie przez Ośrodek IX Turnieju Domina oraz zabawy andrzejkowej i zaproszenie ośrodków z terenu Powiatu.
2. Zwiedzanie najstarszego cmentarza w Ostrowie Wielkopolskim.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Współpraca z rodzicami.
2. Pomoc w załatwianiu spraw urzędowych.
3. Pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych.

XII. Praca lekarza psychiatry

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.

GRUDZIEŃ

I. Pracownia artystyczna

1. Kartki świąteczne – wycinanie i przyklejanie elementów dekoracyjnych.
2. „Skrzaty” – ozdoby świąteczne z filcu i szyszek.
3. „Wieniec bożonarodzeniowy” - ozdabianie wianka styropianowego, wiklinowego elementami dekoracyjnymi (bombki, gwiazdki, szyszki, wstążki itp.).
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd, wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątanie go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych, rozwijania zainteresowań i uzdolnień artystycznych.

II. Pracownia komputerowa

1. Wyszukiwanie na komputerze życzeń świątecznych oraz wzorów kartek świątecznych.
2. Przeglądanie internetu w poszukiwaniu wzorów na stroiki świąteczne.
3. Dbanie o porządek w pracowni, odpowiednie czyszczenie sprzętów komputerowych, wyrabianie nawyków prawidłowego zachowywania się podczas pracy przy komputerze.
4. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej, umiejętności interpersonalnych.

III. Pracownia muzyczna

1. Przypomnienie, utrwalenie tekstów i linii melodycznych kolęd.
2. Doskonalenie umiejętności wystukiwania rytmu przy pomocy patyków, klocków do utworu z płyty „Jeden rytm jeden świat”.
3. Techniki relaksacyjne przy muzyce nawiązującej do aktualnej pory roku (elementy aromaterapii).
4. Dbanie o porządek w pracowni i jej estetyczny wygląd wyrabianie nawyków przygotowywania stanowiska pracy i sprzątania go po wykonaniu zadań, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
5. Prowadzenie treningów w zakresie: umiejętności interpersonalnych, zaradności życiowej, spędzania czasu wolnego.

IV. Pracownia krawiecka

1. Wykonanie łańcucha z korków - sprawdzenie nabytych umiejętności polegających na przewlekanii.
2. Przygotowanie ozdób świątecznych.
3. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni krawieckiej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
4. Prowadzenie treningów w zakresie umiejętności interpersonalnych, umiejętności spędzania czasu wolnego, zaradności życiowej.

V. Pracownia relaksacyjna

1. Ostateczne prace wykończeniowe albumu, wydruk zdjęć, bindowanie, ozdabianie.
2. Prezentacja wykonanych albumów przyrodniczych pn. „Cztery pory roku”.
3. Wykonywanie ozdób choinkowych, ozdabianie pracowni.
4. Głośne czytanie opowiadań o tematyce bożonarodzeniowej oraz słuchanie kolęd.

5. Dbanie o porządek i estetyczny wygląd pracowni relaksacyjnej, przygotowanie swojego stanowiska pracy, sprzątanie po ukończonym zadaniu, prawidłowe zabezpieczenie narzędzi pracy.
6. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, umiejętności praktycznych, gospodarowania środkami własnymi, spędzania czasu wolnego, umiejętności interpersonalnych.

VI. Pracownia gospodarstwa domowego

1. Nauka pieczenia pierników
2. Nauka ozdabiania pierników.
3. Prowadzenie treningów w zakresie: funkcjonowania w życiu codziennym, higieny, umiejętności interpersonalnych, nabycie i rozwijanie umiejętności posługiwania się sprzętem AGD.

VII. Gabinet usprawniająco - rehabilitacyjny

1. Rehabilitacja indywidualna i grupowa.
2. Zajęcia taneczne w formie zumbi.
3. Gimnastyka korekcyjno - zbiorowa stosowana w wadach postawy: koślawość i szpotawość kolan, płaskostopie, skolioza.
4. Ćwiczenia siłowe i ćwiczenia z obciążeniem celem wzmocnienia wybranych partii mięśniowych.

VIII. Promocja Zdrowia

1. Konsultacje i porady z rodzicami.
2. Pomiar RR, kontrola z zakresu higieny ciała.
3. Prowadzenie treningów z zakresu higieny osobistej, treningu lekowego, treningu prozdrowotnego.

IX. Integracja

1. Zorganizowanie wigilii dla rodziców i zaproszonych gości m.in. proboszcza parafii, władz samorządowych.

X. Zajęcia z psychologiem

1. Ochrona zasobów emocjonalnych personelu (utrzymywanie pozytywnego samopoczucia i funkcjonowania).
2. Dbłość o poprawne relacje i komunikację w grupie uczestników (wzmacnianie empatii, syntonii i współdziałania).

XI. Praca socjalna

1. Wsparcie w zakresie uzyskiwania świadczeń z tytułu niepełnosprawności (PCPR, OPS, PFRON).
2. Bieżące informowanie w zakresie zmieniającego się prawa.

XII. Praca lekarza psychiatrii

1. Ocena stanu psychicznego, porady indywidualne.