

Uchwała nr 314/2021
Zarządu Powiatu Leszczyńskiego
z dnia 22 grudnia 2021 roku

w sprawie zatwierdzenia planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Kąkolewie na 2022 rok.

Na podstawie § 4 ust. 2 zdanie drugie rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz. U. z 2020 r., poz. 249) Zarząd Powiatu Leszczyńskiego uchwala, co następuje:

§ 1.

Zatwierdza się, uzgodniony z Wojewodą Wielkopolskim, plan pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Kąkolewie na 2022 r. w brzmieniu określonym w załączniku do niniejszej uchwały.

§ 2.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia, z mocą obowiązującą od 1 stycznia 2022 r.

Członkowie Zarządu:

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. Starosta | (-) Jarosław Wawrzyniak |
| 2. Wicestarosta | (-) Maciej Wiśniewski |
| 3. Członek Zarządu | (-) Grzegorz Brzeskot |
| 4. Członek Zarządu | (-) Rafał Jagodzik |
| 5. Członek Zarządu | (-) Marian Mielcarek |

**Uzasadnienie
do uchwały nr 314/2021
Zarządu Powiatu Leszczyńskiego
z dnia 22 grudnia 2021 roku**

w sprawie zatwierdzenia planu pracy Środowiskowego Domu Samopomocy w Kąkolewie na 2022 rok.

Konieczność podjęcia niniejszej uchwały wynika wprost z Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 9 grudnia 2010 r. w sprawie środowiskowych domów samopomocy (Dz.U. z 2020r., poz 249), które stanowi, że plan pracy na dany rok Środowiskowego Domu Samopomocy podlega zatwierdzeniu przez jednostkę prowadzącą lub zlecającą prowadzenie ŚDS-u.

Powiat Leszczyński jest jednostką prowadzącą Środowiskowy Dom Samopomocy w Kąkolewie. Zgodnie z powołanym rozporządzeniem plan pracy na 2022 rok Środowiskowego Domu Samopomocy w Kąkolewie został opracowany przez kierownika wymienionej placówki oraz uzgodniony z Wojewodą Wielkopolskim.

KIEROWNIK

Środowiskowego Domu Samopomocyw Kąkolewie

(-) Agnieszka Demska-Chudy

PLAN PRACY ŚRODOWISKOWEGO DOMU SAMOPOMOCY W KĄKOLEWIE NA ROK 2022

STYCZEŃ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Uszycie maskotki z kolorowych, wełnianych rękawic i ozdobienie postaci guzikami, koralikami.
2. Wykonanie lampionu ze słoika z użyciem sznurka jutowego.
3. Wykonanie ośmiornicy z wełny.
4. Wykonanie serca z tektury owiniętego czerwoną wełną na zewnątrz lub wewnątrz.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wyszukiwanie w internecie książek w postaci e-book czy audio-book, wspólne czytanie krótkich fragmentów lub słuchanie lektora.
2. Przegląd bieżących informacji i wydarzeń na stronach informacyjnych, gromadzenie oraz selekcjonowanie potrzebnych informacji. Własna aktywność uczestników.
3. Rozwijanie umiejętności intelektualnych oraz sprawnej pracy z myszką poprzez pracę w programie „Logowirówki logopedyczne” oraz gry edukacyjne i zręcznościowe.
4. Praca w programie Microsoft Word – tworzenie marginesów, wstawianie nagłówka, orientacja strony, wstawianie numerów stron, podział strony na kolumny.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązujących w pracowni kulinarnej – praca ciągła.
2. Zaplanowanie, przygotowywanie, wydanie ciepłego posiłku na każdy dzień kształtowanie nawyku estetycznego i prawidłowego nakrywania do stołu oraz porządkowania miejsca pracy – praca ciągła.
3. Nabywanie umiejętności praktycznych przypominanie oraz nauka obsługi sprzętu w pracowni: zmywarki, kuchenki, piekarnika, blendera, miksera, robota kuchennego, tostera, ekspresu do kawy – praca ciągła.
4. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – chemiczne jajo.

5. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie. Założenie zeszytów obserwacji dla każdej grupy.
6. Sezonowa kuchnia - zdrowa zapiekanka z brukselki i kapusty.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Wspólne kolędowanie.
2. Koncert muzyki klasycznej - projekcja i analiza.
3. Słuch barwowy - rozpoznawanie instrumentów oraz głosów ludzi z otoczenia.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Dokarmiamy ptaki zimą. Płaskie origami. Ułożenie i przyklejenie na czarnej kartce z patyków kreatywnych karmnika. Z wyciętych z kolorowego papieru kółek złożenie i przyklejenie ptaka wewnątrz karmnika. Całość przyozdobione piórkami. Wysypanie nasion słonecznika.
2. Bałwan z wacików. Naszkicowanie na niebieskim kartonie bałwana. Wyklejenie jego sylwetki wacikami kosmetycznymi. Wycięcie z kolorowego papieru elementów charakterystycznych dla bałwana. Poprzyklejanie kawałków porwanej waty imitujące śnieg.
3. Pejzaż zimowy. Praca malowana farbami akrylowymi.
4. Święta w moim domu. Praca tematyczna wykonana za pomocą pasteli mokrych.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Przypomnienie zasad bezpieczeństwa w miejscu pracy.
2. Przypomnienie zasad działania urządzeń znajdujących się na dziale stolarskim.
3. Szybowiec: wykonanie ze sklejk drewnianej modelu szybowca za pomocą wyrzynarki stołowej, pilników, szlifierki precyzyjnej.
4. Lampa kolejowa: odnowienie starej zniszczonej lampy kolejowej naftowej przy użyciu papieru ściernego, szlifierki precyzyjnej. Doskonalenie umiejętności malowania za pomocą farby w sprayu.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Gry i zabawy edukacyjne rozwijające rozpoznawanie oraz nazewnictwo pór roku, miesięcy, dni tygodnia.
2. Doskonalenie umiejętności liczenia na prostych działaniach.

VIII. ZAJĘCIA Z PIEŁĘGNIARKĄ

1. Zimowe przypadłości (choroby) – pogadanka.

IX.TERAPIA RUCHOWA

1. Taniec jako forma aktywnego spędzania czasu, dobrej zabawy i integracji. Zabawa Karnawałowa ŚDS Kąkolewo.
2. Gimnastyka poranna z elementami choreoterapii.

X. INTEGRACJA

1. Zabawa karnawałowa w ŚDS w Kąkolewie.
2. Wyjazdy na zabawy karnawałowe w innych ośrodkach.
3. Dzień łamigłówek i składanek.

LUTY

I.PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie łapacza snów przyozdobionych piórkami z bibuły i patyków do szaszłyków.
2. Wianek z motków – praca wykonana z kulek gazetowych owiniętych wełną.
3. Wykonanie podkładki pod kubek metodą tkania na papierowym talerzyku.
4. Wykonanie serca z drutu, krepy i sztywnej firany.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Dzień bezpiecznego internetu – czyli przypomnienie zasad bezpiecznego korzystania z sieci internetowej. Uświadomienie i poznanie zagrożeń wynikających z nieograniczonego dostępu do informacji w sieci internetowej.
2. Praca w programie Microsoft Word – wstawianie tabel, rysowanie tabel, formatowanie wierszy i komórek.
3. Stworzenie prezentacji multimedialnej w programie Power Point przy wykorzystaniu zdjęć wykonanych podczas zajęć. Zamieszczenie prezentacji na portalu społecznościowym facebook.
4. Przygotowanie kartek walentynkowych w wybranym przez siebie programie: Word, Publisher lub Paint. Wyszukiwanie sentencji w internecie i kopiowanie ich do zaprojektowanych kartek. Wydruk gotowych prac.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – „kolorowa sól”.
2. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – zapisy, notatki jakie zmiany zachodzą?
3. Sezonowa kuchnia - przygotowanie barszczu ukraińskiego.

4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Wykorzystywanie naturalnych receptur. Woda ocet i olejki eteryczne jako naturalne środki czyszczące.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Audycje muzyczne wg gatunków - cechy charakterystyczne.
2. Emisja głosu z dykcją - soliści.
3. Słuch relatywny - ćwiczenia na rozpoznawanie wysokości dźwięku.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Zaprojektowanie i tworzenie kartek walentynkowych przy użyciu maszynki Big Shot.
2. Tworzenie serca przy użyciu szablonu. Naszkicowanie i wycięcie z kartonu szablonu serca. Ułożenie go na białej kartce i wylanie w środek kropek z farby akrylowej. Nałożenie na wierzch foli spożywczej i rozwałkowanie całości.
3. Kolorowa mozaika. Pocięcie ilustracji na małe części, następnie przeniesienie ich i przyklejenie na karton.
4. Pobudzenie kreatywności. Dowolności w doborze techniki i tematu pracy.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Wazoniki: wykonanie na tokarce drewnianych wazoników z użyciem noży tokarskich i papieru ściernego.
2. Wymiarowanie: przypomnienie jakie mamy narzędzia do mierzenia i ich zastosowanie w pracach technicznych. Nauka wymiarowania i zaprojektowania przedmiotów do toczenia w drewnie.
3. Tablica sensoryczna: wykonane tablice sensorycznej drewnianej z oświetleniem przy użyciu piły stołowej, szlifierki i wyrzynarki ręcznej.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia wspomagające koordynację wzrokowo – ruchową.
2. Zabawy edukacyjne związane z ćwiczeniami pamięci.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Zwichnięcia i złamania. Pierwsza pomoc – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Wspólne wybranie utworu muzycznego i opracowanie układu tanecznego.
2. Zabawa Walentynkowa (tańce w parach, konkursy)
3. Gimnastyka podstawowa poprawiająca ruchowość i wydolność całego organizmu.
4. Ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym.

X. INTEGRACJA

1. Walentynki – zabawa taneczna.
2. Międzynarodowy Dzień Pizzy.
3. Zabawa „Randka w ciemno”.
4. Florystyka – walentynkowe tworzenie bukietów dla osób, które kochamy.

MARZEC

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie lalki - babuleńki ze szmatek.
2. Szycie ręczne owoców z filcu (arbuz, pomarańcz, truskawka, kiwi, itp.)
3. Wykonanie liści ze sznurka bawełnianego i umocowanie ich na gałęzi – utrwalanie ściągów makramowych.
4. Wykonanie kotów owijanych różnokolorową wełną.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Tworzenie tabeli w programie Microsoft EXCEL - edycja tabeli, obramowanie, czcionka a także nauka wprowadzania funkcji suma.
2. Korzystanie z internetu w celach rozrywkowych – oglądanie zabawnych filmików, wyszukiwanie treści humorystycznych, słuchanie muzyki.
3. Przygotowanie plakatu z życzeniami z okazji Dnia Kobiet. Praca w programie Microsoft Publisher – wstawianie tekstu, projektowanie grafiki oraz wydruk plakatu.
4. Wykonanie własnego projektu graficznego przy wykorzystaniu tabletu – nauka umiejętności właściwego posługiwania się rysikiem do tabletu.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – wiosna w ogródku eksperyment z kwiatami i kapustą, barwienie na różne kolory.
2. Agroterapia obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – terapia w ogrodzie, wiosenne działania porządkowe.
3. Sezonowa kuchnia - marcowe czyszczenie spiżarni posiłek z zapasów szczególnie z puszek i słoików, wspólne tworzenie.
4. Przygotowywanie słodkiego poczęstunku dla Pań z okazji Dnia Kobiet – kruche ciasteczka z czekoladą i orzechami.
5. Ekologiczne porządki, czyli jak sprzątać bez chemii? Rozwijanie umiejętności estetycznych, ekologiczny plyn do szyb i luster, generalne porządki wiosenne.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Muzyczne "Memory" wspólna budowa i rozgrywka.
2. Ćwiczenia orientacyjno porządkowe i rytmizujące.
3. Warsztat wokalny - nowy repertuar.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Martwa natura. Malowanie farbami akrylowymi ułożonej kompozycji.
2. Rzeźbienie w glinie rzeźbiarskiej samoutwardzalnej. Pomysł własny.
3. Wylewane obrazy. Tworzenie obrazów techniką pouring.
4. Pierwsze oznaki wiosny. Wydzieranka z kolorowego papieru.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Dzień kobiet: wykonanie tulipanów z tektury introligatorskiej i sklejki przy użyciu wyrzynarki stołowej, wypalarki do grawerowania i szlifierki.
2. Drewniana miska: zaprojektowanie i wytoczenie z drewna miski przy użyciu tokarki i noży tokarskich oraz szlifowanie ręczne przy użyciu papierów ściernych.
3. Tablica z podświetleniem: zaprojektowanie i wykonanie tablicy podświetlanej z drewna i pleksi do rysowania piaskiem. Prace szykowane przy użyciu piły stołowej, szlifierki, wyrzynarki, wkrętarki i lutownicy.
4. Przegląd techniczny: wykonanie przeglądu technicznego mebli i podstawowych urządzeń w ośrodku.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia rozwijające myślenie przyczynowo - skutkowe.
2. Ćwiczenie i rozwijające umiejętność mówienia pełnymi zdaniami i rozwijające wyobraźnię.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

- 1 Nastroje zimowo-wiosenne (zmienny humor) – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Spacery z kijkami nordic-walking.
2. Gimnastyka poranna i ćwiczenia relaksacyjne
3. Przygotowania do przeglądu tanecznego
4. Obwód stacyjny na sprzęcie rehabilitacyjnym.

X. INTEGRACJA

1. Dzień Kobiet – impreza organizowana przez Panów dla Pań.
2. Dzień Wiosny – organizacja grilla w ogrodzie.

KWIECIEŃ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie wspólnej pracy „Wiosenne pola” z szydełkowych łańcuszków przyklejonych do bristolu.
2. Uszycie zajaczka z skarpet.
3. Przygotowanie elementów strojów na Przegląd Taneczny.
4. Wyszywanie po śladzie wełnę na podziurkowanych tekturkach (liścia, kwiatu, motyla, pierwszej litery imienia).

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Utrwalenie technik pracy z tekstem – praca w programie Microsoft Word .
Wprowadzenie tekstu i jego formatowanie tj. justowanie, zmiana koloru, wielkości czcionki, wprowadzenie indeksu górnego i dolnego, interlinia, pochylenie.
2. Projektowanie pisanek wielkanocnych w programie Paint – rysowanie kształtu owal oraz ozdabianie go za pomocą ołówka, pędzla oraz innych narzędzi programu.
3. W poszukiwaniu darów wiosny – wspólne spacerowanie z aparatem fotograficznym, obsługa urządzenia, kadrowanie, dobór światła i kontrastu, zbliżenia i oddalenia optyczne.
4. Rozwijanie postrzegania wzrokowo-słuchowego, wykorzystanie technik interaktywnych do rozwijania spostrzegawczości, koncentracji, pamięci oraz rozpoznawania dźwięków i obrazów przy wykorzystaniu gier multimedialnych dostępnych w pracowni.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Przygotowywanie Śniadanka Wielkanocnego – przygotowywanie tradycyjnych dań Wielkanocnych, pogadanka tematyczna.
2. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – naturalne sposoby na barwienie jajek.
3. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – terapia w ogrodzie czas budzenia się przyrody, zakładamy mini szklarnie dla każdej grupy i sadzimy rośliny.
4. Sezonowa kuchnia - przygotowanie zdrowej sałatki z nowalijek.
5. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Nauka robienia ekologicznego preparatu do czyszczenia mikrofalówki.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Słuch melodyczny - zapamiętywanie i powtarzanie za słyszenia oraz wymyślanie melodii.
2. Kółko kaligraficzne - praca w zeszytach.
3. Moc sprawcza - ćwiczenia z wykorzystaniem instrumentarium Orffa.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Tworzenie ozdób świątecznych. Zbieranie wydmuszek, styropianowych jajek. Tworzenie baranka z patyczków do uszów.
2. Zwierzęta z papieru. Wycinanie i sklejanie z kolorowego papieru elementów potrzebnych do złożenia zwierząt (kot, żyrafa, lis).
3. Zaprojektowanie i tworzenie kartek wielkanocnych przy użyciu maszynki Big Shot.
4. Pobudzenie kreatywności. Dowolność w doborze techniki i tematu pracy.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Porządki w ogrodzie: wykonanie prac porządkowych na terenie ośrodkowego ogrodu, przegląd narzędzi ogrodowych, porządki w altance.
2. Gra hokej: zaprojektowanie w drewnie planszy, zwymiarowanie i wykonanie gry w mini hokeja z wykorzystaniem narzędzi na dziale stolarskim.
3. Serwis, przegląd na dziale stolarskim: sprawdzenie stanu technicznego urządzeń i przedmiotów znajdujących się na dziale stolarskim.
4. Wielkanoc: przygotowanie świątecznych drewnianych ozdób za pomocą wyrzynarki stołowej, szlifierki i lakierowanie.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Stymulacja sprawności analizatora słuchowego.
2. Usprawnianie percepcji wzrokowej.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Odpowiedzialne zażywanie leków – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Przegląd taneczny Środowiskowych Domów Samopomocy
2. Wycieczki piesze w plener z kijami nordic-walking.
3. Gry i zabawy na świeżym powietrzu:
 - bulle
 - skok w dal

- babington
- piłka nożna
- bieg z woreczkiem na głowie
- wyścigi rowerowe

X. INTEGRACJA

1. Przegląd Taneczny – impreza integracyjna zorganizowana przez ŚDS w Kąkolewie. Zaproszenie uczestników z innych ośrodków.
2. Śniadanko Wielkanocne – wspólne śniadanie uczestników, kadry oraz zaproszonych gości.
3. Zawody układania puzzli na czas.

MAJ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie ptaszka z wełny.
2. Wykonanie filcowych zakładki do książek z użyciem filcu, wełny, koronek i wstążek.
3. Praca zbiorowa – Wykonanie obrazu wyplecionymi warkoczami z wełny.
4. Wykonanie proporczyka z roślinnymi motywami z filcu oraz pomponów z wełny.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wykonanie własnej wizytówki w programie Microsoft Word - wstawianie obramowania, kształtów, obrazów, tła oraz tekstu.
2. Projektowanie bukietu z okazji Dnia Matki przy wykorzystaniu programu Paint i narzędzi do rysowania tj. ołówki, gumka, pędzel, wybór koloru i wypełnianie kolorem.
3. Przypomnienie zasad drukowania – wybór drukarki, ustawienia wydruku.
4. Zapisywanie plików i dokumentów na nośniku zewnętrznym. Korzystanie z nośników pendrive – nauka prawidłowej techniki podłączania urządzenia, zapisywania danych oraz odłączania urządzenia od komputera.
5. Spacer i zajęcia na świeżym powietrzu dokumentowane aparatem fotograficznym.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – tęczna na talerzu.
2. Agroterapia obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – pełnia wiosny, czas obfitości dbamy i obserwujemy nasze rośliny w ośrodkowym ogrodzie.
3. Sezonowa kuchnia - zupa szparagowa.
4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii?- płyn do podłóg laminowanych i płytek. Rozwijanie umiejętności estetycznych, generalne porządki w pracowni.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Warsztat filmowy - produkcja klipów z życia ośrodka.
2. Logarytmiczne inspiracje.
3. Audycje muzyczne wg epok - omówienie.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Dzień Matki. Tworzenie kartek dla mam przy użyciu maszyny Big Shot.
2. Wydrapywanka. Wydrapywanie obrazka na kartce pokrytej kredą świecową i tuszem kreślarskim.
3. Nakrapiane obrazy. Ułożenie na kartce kompozycji wyciętej z tektury, a następnie skrapianie jej szczoteczką do zębów zamoczonej w farbie akrylowej.
4. Paw wycięcie z czarnego bloku technicznego sylwetki pawia. Powycinanie różnorodnych piór z liści papierowych. Przyklejenie na kartkę wyciętych piór i sylwetki pawia. Naklejenie na koniec piór plastikowych czarno-białych oczek.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Czysty bus: sprzątanie busa, mycie za pomocą myjki ciśnieniowej, polerowanie i woskowanie karoserii przy użyciu past polerskich. Ogólny przegląd pojazdu: ciśnienie w kołach, płyny do spryskiwaczy, oświetlenie.
2. Nowa ścieżka: wykonanie ścieżki ogrodowej przy użyciu krawężników typu ekobord, foli ogrodowej i narzędzi ogrodowych.
3. Donice na kwiaty: przerobienie, wykonanie i malowanie donic z przedmiotów z recyklingu. Trening i przypomnienie jak lakierować farbami typu spray.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Zabawy edukacyjne związane z ćwiczeniem pamięci.
2. Ćwiczenia wspomagające procesy myślowe, zdolność dokonywania kategoryzacji.

VIII. ZAJĘCIA Z PIEŁĘGNIARKĄ

1. Pierwsza pomoc – zajęcia praktyczne.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Rozbudzanie i pogłębianie wiary we własne siły poprzez dyscypliny lekkoatletyczne:

- bieg
 - sztafeta
 - bieg z przeszkodami
 - wyścig wózków
 - majówka rowerowa
 - bieg na orientację
2. Piłka koszykowa - zasady gry, ćwiczenia kształtujące szybkość, podawanie piłki, kozłowanie, rzuty do kosza.
 3. Ćwiczenia indywidualne.
 4. Masaż suchy wybranych partii mięśni.

X. INTEGRACJA

1. Światowy Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną.
2. Majówka – piknik wyjazdowy w plenerze.

CZERWIEC

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie obrazu na styropianie – praca zbiorowa.
2. Wykonanie portretów z resztek makramowych sznurków.
3. Wykonanie motyla z patyków, wełny i koralików.
4. Wykonanie ośmiornicy z tkaniny bawełnianej oraz nauka zaplatania warkoczy.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Stworzenie albumu fotograficznego w formie prezentacji multimedialnej w programie Power Point, zapisywanie na dysku i nośnikach pamięci.
2. Sesja fotograficzna podczas wyjazdów nad jezioro czy spacerów do lasu.
3. Doskonalenie pracy w programie graficznym. Zapoznanie z podstawową ofertą programu graficznego Paint, rysowanie za pomocą myszy okręgów, prostokątów, łamanych itp., wypełnianie zamkniętych obiektów, dobór kolorów, grubość linii oraz zapisywanie rysunku.
4. Słuchanie bajek terapeutycznych online, wyciąganie wniosków i rozmowa na temat usłyszonej bajki.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – ciecz nienewtonowska, a woda – obserwacje i spostrzeżenia.
2. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – co siejemy? Co zbieramy? jakie zmiany obserwujemy?
3. Sezonowa kuchnia - przygotowujemy koktajl z truskawek.
4. Pierwszy Dzień Lata – piknik jako forma spożywania posiłku na świeżym powietrzu, rozwijanie kreatywności podczas wspólnego przygotowywania się na wyjazd.
5. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? - uniwersalny płyn do czyszczenia blatów. Rozwijanie umiejętności estetycznych, generalne porządki w pracowni.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Muzykoterapia grupowa i indywidualna – emocje wyrażane za pomocą instrumentów.
2. Śpiew solowy z akompaniamentem gitary.
3. Relaksacja i aktywizacja.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Spacer, gry i zabawy na świeżym powietrzu.
2. Owady z odrysowanych dłoni. Odrysowanie własnych dłoni i wycięcie ich. Powstałe w ten sposób sylwetki motyli, biedronek zdobienie kropkami, paskami, przyklejanie plastikowych oczek.
3. Pierwszy dzień lata. Malowanie pracy o tematyce letniej.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Ścieżka ogrodowa etap II: kolejny etap ścieżki ogrodowej, położenie podkładów typu żwir, gres, drewniane kręgi, płyty chodnikowe.
2. Drzewek nigdy nie za dużo: sadzenie drzew owocowych w ogrodzie. Wzmocnienie za pomocą drewnianych wsporników wcześniej wykonanych przy pomocy piły stołowej.
3. Pergola ogrodowa: zaprojektowanie i wykonanie drewnianej pergoli ogrodowej przy użyciu piły stołowej, szlifierki płaskiej taśmowej, wkrętarki, niezbędnych ręcznych narzędzi.
4. Ogrodowe prace porządkowe: koszenie trawnika przy użyciu kosiarki spalinowej i podkaszarki elektrycznej. Wertykulacja trawnika, odchwaszczanie i nawożenie. Przegląd kosiarki, uzupełnienie paliwa i oleju.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia edukacyjne wspomagające wyobraźnię oraz wzbogacające słownictwo.
2. Relaksacja grupowa na świeżym powietrzu.

VIII. ZAJĘCIA Z PIEŁĘGNIARKĄ

1. Pierwsza pomoc w przypadku ataku epilepsji. Jak pomóc? – zajęcia warsztatowe.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Ćwiczenia gimnastyki porannej i ćwiczenia relaksacyjne.
2. Spacer na świeżym powietrzu.
3. Poznajemy sposoby kulturalnego kibicowania, poszanowania przeciwnika gry fair-play. Wyścigi zespołów z elementami piłki nożnej :
 - start do piłki
 - prowadzenie piłki do chorągiewki
 - prowadzenie piłki slalomem.
4. Ćwiczenia indywidualne, masaż wybranych partii mięśniowych.

X. INTEGRACJA

1. Pierwszy Dzień Lata – grill i wspólne zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.
2. Rozgrywki sportowe w kapsle i monety.
3. Dzień Rodziny – festyn rodzinny przy udziale opiekunów uczestników.

LIPIEC

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie wachlarza z papieru i wyplatanie satynową wstążką.
2. Wykonanie letniego krajobrazu wyklejanego wełną.
3. Wszywanie po śladzie wełną na podziurkowanych tekturkach (serce, samochód, tęcza, gwiazdy).
- 4.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Fotograficzna fotorelacja zawodów.
2. Projektowanie i drukowanie dyplomów na zakończenie spartakiady.
3. Tworzenie plakatu – wstawianie ozdobnych napisów Word Art. oraz wstawianie obrazków Clip Art.
4. Rozwiązywanie zagadek, krzyżówek, quizów i łamigłówek korzystając ze znanych uczestnikom stron internetowych.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – soda i ocet nie tylko do sprzątania i gotowania jak za ich pomocą napompować balon?
2. Przygotowanie posiłków regeneracyjnych dla uczestników Aquamen 2022
3. Sezonowa kuchnia – przygotowanie leczy z warzyw sezonowych: cukinii, pomidorów i papryki.
4. Ekologiczne porządki, jak sprzątać bez chemii? Jak zrobić środek do czyszczenia desek do krojenia.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Wielkie formy muzyczne - Opera. Projekcja i wspólna analiza.
2. Pokój wyciszeń - afirmacje.
3. Repetytorium elementarnej wiedzy ogólnej.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Gąsienica z wytłaczanek po jajkach. Rozcięcie wytłaczanki po jajkach i sklejenie jej tak, by powstał długi tułów gąsienicy. Pomalowanie farbami plakatowymi każdego elementu tułowia na inny kolor. Doklejenie nóżek i czulek z patyków kreatywnych. Przyklejenie gąsienicy czarno-białych plastikowych oczek.
2. Pobudzanie kreatywności. Dowolność w wyborze techniki i tematu.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Przygotowanie elementów ogrodowego toru przeszkód na coroczną bitwę wodnymi balonami. Ustawienie przeszkód z materacy, drewnianych parawanów.
2. Drewniana ławeczka: odnowienie drewnianej ławeczki ogrodowej, wymiana zniszczonych desek, szlifowanie przy pomocy szlifierki taśmowej, malowanie farbą typu drewnochron.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Edukacja poprzez sport.
2. Ćwiczenia usprawniające motorykę dużą.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Oparzenia słoneczne. Jak się ich ustrzec? Jak je leczyć? – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Spartakiada ŚDS Kąkolewo.

2. Czynne spędzanie czasu nad jeziorem.
3. Gimnastyka poranna.

X. INTEGRACJA

1. Grille oraz gry i zabawy na świeżym powietrzu.
2. Wspólne dbanie o teren zielony ŚDS w Kąkolewie.
3. Spartakiada.
4. Aquamen 2022.

SIERPIEŃ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie serca z wieszaka na ubranie, gąbek do mycia naczyń i kwiatów – praca zbiorowa.
1. Wykonanie patchworkowych wiatraczków z pudełek po mleku.
2. Ozdabianie puszek wełną, wstążkami, filcem, kolorowymi szmatkami.
3. Pleciemy duży dywanik na kole hula-hop wełną spaghetti.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Zakładanie konta elektronicznego, poznanie zasad działania poczty e-mail, tworzenie grupy kontaktów, tworzenie i przysyłanie poczty oraz załączanie plików do wiadomości.
2. Nauka poszukiwania pliku, folderu lub programu zapisanego na dysku.
3. Lato – korzystanie z uroków lata, fotograficzna dokumentacja czasu spędzonego nad jeziorem, w ogrodzie lub podczas spacerów. Rozwijanie umiejętności korzystania z aparatu fotograficznego, odpowiedni dobór ustawień.
4. Nauka korzystania z generatora kart pracy, tworzenie własnych krzyżówek, wykreślanek zadań matematycznych, logicznych itp.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – malowanie na mleku.
2. Lato w pełni, dzień bosoj stopy – biegamy boso po trawniku i odczuwamy różne bodźce. Piknik jako forma spożywania posiłku na świeżym powietrzu przygotowanie zdrowych kanapek.
3. Agroterapia obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – zbiór plonów nauka przechowywania warzyw i owoców sezonowych przygotowywanie przetworów.
4. Sezonowa kuchnia- przygotowywanie racuchów z jabłkami.
5. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii?- mleczko do czyszczenia fug. Rozwijanie umiejętności estetycznych, generalne porządki w pracowni.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Orkiestra Carla Orffa - aranżacja utworu.
2. Piosenki matematyczne.
3. Trening autogenny Schulza.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Spacer. Zbieranie podczas spaceru roślin, kwiatów i liści potrzebnych do zajęć.
2. Frottage. Pomalowanie farbą plakatową zebranych darów natury i odbijanie ich na kartce.
3. Moje wakacje. Rysowanie pracy tematycznej.
4. Kwiaty w wazonie. Naszkicowanie na kartce bukietu kwiatów. Pokrycie szkicu pozwijanymi, cienkimi kolorowymi paskami bibuły.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Gra żużel: wykonanie gry planszowej o tematyce żużlowej z tektury introligatorskiej, drewnianej podstawy planszy.
2. Prace ogrodowe: koszenie trawnika, podcinanie żywopłotu, pielęgnacja ogródka warzywno – owocowego.
3. Drewniane zwierzaki: wycinanie za pomocą wyrzynarki włosowej małych drewnianych zwierzątek. Szlifowanie krawędzi, lakierowanie przy pomocy pędzla.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Gry edukacyjne mające na celu usprawnienie funkcji poznawczych.
2. Ćwiczenia usprawniające analizę i syntezę wzrokową.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Krwotok z nosa – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Przygotowywanie choreografii tanecznych.
2. Rehabilitacja w terenie.
3. Piesze i rowerowe wycieczki w plener.
4. Gimnastyka poranna.

X. INTEGRACJA

1. Grille oraz gry i zabawy na świeżym powietrzu.

2. Spacery po okolicy.
3. Wyjazdy na plażę - zawody tworzenia form przestrzennych z piasku.

WRZESIEŃ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Szycie ręczne sowy z resztek tkanin.
2. Zabawki z dużych pomponów z użyciem różnokolorowych wełen.
3. Wykonanie jesiennego liścia oplatanego odpowiednimi kolorami wełen.
4. Wypełnianie częściowo wełną talerzyka papierowego metodą tkania.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Z okazji Światowego Dnia Pierwszej Pomocy zapoznanie uczestników z technikami udzielania pierwszej pomocy przy wykorzystaniu filmów instruktażowych dostępnych w internecie.
2. Zapoznanie z najpopularniejszymi portalami internetowymi tj. youtube, facebook, instagram, twitter, allegro, olx i inne.
3. W poszukiwaniu darów jesieni – spacer z aparatem fotograficznym i wykonanie zdjęć ukazujących jesienny pejzaż.
4. Bezpieczne zakupy w sieci. Uświadomienie uczestnikom zasad bezpieczeństwa podczas zakupów dokonanych w internecie, pokazanie możliwości zapłaty i odbioru towaru.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – stany skupienia wody, co ukryte jest w lodzie? Zabawa w archeologów.
2. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – intensywne prace czas przygotowań roślin do spoczynku.
3. Sezonowa kuchnia - kolorowe ratatouille.
4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Domowy preparat do czyszczenia toalety. Rozwijanie umiejętności estetycznych.
5. Upieczenie słodkich drożdżówek z okazji Dnia Chłopaka.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Koncert muzyki rozrywkowej - projekcja i wspólna analiza.
2. Jaka to melodia - edycja gitarowa.
3. Warsztat filmowy - produkcja fabularna.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Pejzaż jesienny. Praca tematyczna wykonana pastelami olejnymi.

2. Drzewo z liśćmi z makaronu. Naszkicowanie pnia i gałęzi drzewa. Pokrycie go farbą plakatową. Pomalowanie makaronu kokardki na kolory jesiennych liści.
3. Dzień Kropki. „Drzewo życia” Naszkicowanie drzewa życia i wyklejenie różnokolorowymi kropkami wyciętymi za pomocą dziurkacza.
4. Pobudzanie kreatywności. Dowolność w wyborze techniki i tematu pracy.

VI. PRACOWNIA STOLARSKA

1. Pilot komunikacyjny: zaprojektowanie i wykonanie w drewnie podświetlanego pilota komunikacyjnego TAK/NIE przy użyciu piłki ręcznej, pilnika do drewna, wkrętarki i lutownicy.
2. Lampa ozdobna: wykonanie przy pomocy tokarki drewnianej lampki na biurko z użyciem akcesoriów elektrycznych.
3. Drewniany kalendarz: wykonanie drewnianego całorocznego kalendarza przy użyciu narzędzi ręcznych do obróbki drewna.
4. Mała szkatułka: przygotowanie i zaprojektowanie małej szkatułki drewnianej, grawerowanej przy użyciu wypalarki elektrycznej.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia rozwijające wyobraźnię i pobudzające zmysł dotyku.
2. Doskonalenie pamięci bezpośredniej.

VIII. ZAJĘCIA Z PIEŁĘGNIARKĄ

1. Opatrywanie ran – pierwsza pomoc przedmedyczna - zajęcia warsztatowe.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Gimnastyka ogólnie usprawniająca - aerobic, zumba.
2. Zawody wewnątrz-ośrodkowe w Bule.
3. Tor przeszkód
4. Ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym.

X. INTEGRACJA

1. Dzień Urody
2. Dzień Pierwszej Pomocy – ośrodkowy quiz z wiedzy o pierwszej pomocy.
3. Dzień Chłopaka – impreza przygotowana przez Panie dla Panów.
4. Wycieczka krajoznawcza.
5. Liga Gier – rozgrywki gier planszowych z okazji Dnia Gier Planszowych.

PAŹDZIERNIK

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Szyjemy jedzenie z filcu (jajka, pizza, bułki).
2. Wykonanie kwiatu z wełny na desce z powybijanymi gwoździami.
3. Guzikowe obrazy.
4. Wykonanie ducha z białej wełny i metalowego wieszaka.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Korzystanie z gier edukacyjnych online rozwijających zdolności intelektualne i poznawcze.
2. Nauka przesyłania wiadomości za pomocą poczty elektronicznej (sama wiadomość plus wiadomość z plikiem).
3. Zapoznanie z programem CANVA do tworzenia grafik, plakatów, ulotek, prezentacji.
4. Nauka wyszukiwania potrzebnych informacji z sieci internetowej, korzystanie z różnych przeglądarek internetowych.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – różne gęstości cieczy, wybuchowe kieliszki.
2. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – jesień w ogrodzie, obserwacja jakie rośliny jeszcze kwitną? Które przygotowujemy do zimowania?
3. Sezonowa kuchnia – przygotowanie zawijanych gołąbków z kaszą i sosem pieczarkowym.
4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Cytrynowy płyn do naczyń.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Analiza dzieła muzycznego - ocena walorów artystycznych.
2. Interaktywny dywan - gry muzyczne.
3. Śpiew grupowy.
- 4.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Zakładka do książki. Wycięcie z kolorowej tektury kształtu zakładki do książki. Następnie wycięcie nieco mniejszego kształtu z wybranego fragmentu pokolorowanej kolorowanki antystresowej i przyklejenie do zakładki.
2. Liściasty świecznik ze słoika. Przyklejenie zebranych jesiennych liści w barwach ciepłych do wewnętrznej strony słoika. Przyozdobienie sznurkiem sizalowym.
3. Emo kasztany. Malowanie za pomocą farb akrylowych jasnych części kasztanów na żółto i czarno w różnego rodzaju emotikony.

4. Halloween. Tworzenie elementów ozdób charakterystycznych dla halloween z rolek po papierze toaletowym, plastikowych nakrętek i papieru kolorowego.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Cięcie i szlifowanie: doskonalenie techniki cięcia piłką ręczną i szlifowanie za pomocą pilników i papieru ściernego.
2. Bateria i żarówka: nauka lutowania, łączenia żarówki i zasilania elektrycznego typu bateria za pomocą lutownicy i przewodów.
3. Ogrodowe jesienne prace: koszenie trawnika, nawożenie, grabienie liści, podcinanie krzewów i drzewek oraz tui przy użyciu narzędzi ogrodowych.
4. Świeczniki: toczenie w drewnie świeczników, szlifowanie ręczne przy pomocy papieru ciernego, lakierowanie i osuszanie.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Psychodrama. Nazewnictwo i rozróżnianie emocji pozytywnych i negatywnych.
2. Ćwiczenie refleksu oraz motoryki małej.

VIII. ZAJĘCIA Z PIEŁĘGNIARKĄ

1. Jesienne infekcje – jak się ich ustrzec? Pogadanka na temat profilaktyki.

IX .TERAPIA RUCHOWA

1. Wycieczki piesze i rowerowe w plener do parku, lasu na pola w celu obserwacji oznak jesieni.
2. Gimnastyka ogólno-usprawniająca.
3. Przygotowania choreografii do jasełek.
4. Choreoterapia.

X. INTEGRACJA

1. Jesienne spacerowanie.
2. Zaangażowanie społeczne: zbiórka potrzebnych rzeczy na rzecz schroniska dla zwierząt.
3. Konkurs recytatorski.

LISTOPAD

I.PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie jesiennego kapelusza z słomkowego kapelusza, wełny, wstążek i liści.
2. Uszycie dyni z materiału.
3. Obraz na styropianie - praca zbiorowa.

4. Wykonanie laleczek – ozdabianie patyków po lodach, szmatkami, wełną, wstążkami.

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Wyszukiwanie grafik w sieci. Doskonalenie techniki korzystania z funkcji wyszukiwarki zdjęć, animacji i grafiki wektorewej, a także kopiowanie wybranego elementu i wklejanie go do dokumentu.
2. Wykonanie projektu Flagi Polskiej w programie Microsoft PAINT, korzystanie z narzędzi programu tj. wypełnienie kolorem, ołówki, gumka, pędzel, wstawianie.
3. Nabycie umiejętności korzystania z programów do odtwarzania plików zdjęciowych, muzycznych czy filmowych między innymi Windows Media Player.
4. Nauka pisania na klawiaturze przy wykorzystaniu programu „Mistrz klawiatury”.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – woda i różne stany skupienia.
2. Agroterapia obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – porządki jesienne przygotowywanie ogrodu do zimy.
3. Sezonowa kuchnia- przygotowanie rozgrzewającej, jesiennej zupy dyniowej.
4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Domowy środek do czyszczenia piekarnika.
5. Dyniowe ciasteczka z cynamonem przysmak na zabawę Andrzejkową.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Preorientacja multimedialna
2. Relaksacja - mantra słowiańska.
3. Praca nad wyrażaniem własnego „ja” poprzez muzykę
- 4.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Kolorowa mozaika ze sznurka sizalowego. Ułożenie na kartce dowolnej kompozycji ze sznurka sizalowego zanurzonego w kleju. Powstałe puste przestrzenie wypełnienie farbą plakatową, roztartą plasteliną, zwiniętymi wałeczkami kolorowej bibuły.
2. Krajobraz jesienny. Malowanie pracy tematycznej za pomocą farb akrylowych. Połączenie powstałego pejzażu z zebranymi liśćmi, jarzębiną, kasztanami.
3. Sowa z tektury falistej. Wycinanie i zwijanie tektury falistej w elementy składowe sowy. Posklejanie gotowych elementów w całość. Przyklejenie oczek i dziobu z koralików.
4. Stemplowane obrazy. Naszkicowanie i wycięcie dowolnych szablonów z tektury. Położenie ich na uprzednio przygotowane tło i stemplowanie gąbką zamoczoną w farbie.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Drewniany labirynt: wykonywanie labiryntu makiety z drewna typu sklejka przy pomocy piły stołowej, wkrętarki i narzędzi do obróbki ręcznej.
2. Ozdobne dekoracje: przy użyciu tokarki wykonanie ozdób z drewna i żywicy epoksydowej. Prace wykonane przy użyciu noży tokarskich.
3. Dzień Niepodległości: pomoc techniczna przy przygotowaniu apelu z okazji Niepodległości. Rozstawienie stołów, krzeseł, sprzętu audio, wywieszenie flag.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia rozwijające pamięć, spostrzegawczość i koncentrację.
2. Trening pamięci, spostrzegawczości i wyobraźni przestrzennej.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Jak zapobiec grypie? Pogadanka na temat szczepień.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Zabawa Andrzejkowa ŚDS Kąkolewo.
2. Ćwiczenia koordynacji ruchowej poprzez wykonywanie ustalonych ruchów w rytmie muzyki.
3. Gry i zabawy
 - gonimy ogon węża
 - wojna na papierowe kule
 - zabawa gdzie jest moje dziecko
4. Ćwiczenia indywidualne, masaż wybranych partii mięśniowych.

X. INTEGRACJA

1. Wszystkich Świętych – odwiedziny na grobach zmarłych pracowników i uczestników ŚDS w Kąkolewie.
2. Święto Niepodległości – dzień tematyczny.
3. Dzień Pracownika Socjalnego – uroczystość przygotowana przez uczestników dla kadry ŚDS w Kąkolewie.
4. Zabawa Andrzejkowa – zabawa taneczna połączona z wróżbami.
5. Uczestnictwo w zabawach Andrzejowych organizowanych przez inne placówki.

GRUDZIEŃ

I. PRACOWNIA KRAWIECKO – DZIEWIARSKA

1. Wykonanie wieńca świątecznego z szarego papieru, filcu, wełny i koralików.
2. Wykonanie choinki z pomarszczonych pasków tkaniny i stożka ze styropianu.
3. Wykonanie gwiazdy z patyków szaszłykowych owijanych wełną.
4. Uszycie poduszki - choinki

II. PRACOWNIA KOMPUTEROWA

1. Nauka doboru odpowiednich gier internetowych zgodnych z własnymi zainteresowaniami oraz umiejętnościami. Szukanie w Internecie stron z grami, a także poszukiwanie aplikacji z grami z wykorzystaniem tabletu.
2. Tworzenie i formatowanie dokumentów tekstowych w programie Microsoft Word.
3. Zaprojektowanie własnej kartki bożonarodzeniowej w programie Canva.
4. Kiermasz bożonarodzeniowy i spotkanie opłatkowe – pomoc w przygotowaniach do kiermaszu i spotkania wigilijnego. Wykonanie świątecznych zdjęć.

III. PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

1. Magia w kuchni fizyka i eksperymenty – sztuczny śnieg.
2. Agroterapia - obserwujemy zmiany w naszym ogrodzie – czas odpoczynku w ogrodzie. Analizujemy i omawiamy nasze całoroczne zapiski i uczymy się jak chronić rośliny przed mrozem?
3. Sezonowa kuchnia – przygotowanie zapiekanki ziemniaczanej.
4. Ekologiczne porządki jak sprzątać bez chemii? Świąteczne porządki, przygotowujemy preparat do czyszczenia mebli. Rozwijanie umiejętności estetycznych generalne porządki w pracowni oraz przygotowywanie świątecznego wystroju sali.
5. Wspólne pieczenie oraz dekorowanie pierników.
6. Przygotowanie tradycyjnych potrawy wigilijnych przygotowywanie uroczystej Wigilii w Ośrodku.

IV. PRACOWNIA MUZYKOTERAPII I POZNAWANIA ŚWIATA

1. Praktyki wokalne z podkładami muzycznymi.
2. Trening autogeny Schultza.
3. Ćwiczenia relaksacyjne przy klawiaturze keyboardu.

V. PRACOWNIA PLASTYCZNA

1. Boże Narodzenie. Przedstawienie Świąt Bożego Narodzenia w technice witrażu.
2. Zaprojektowanie i wykonanie kartek bożonarodzeniowych przy użyciu maszynki Big Shot.

3. Tworzenie ozdób świątecznych. Zdobienie styropianowych bombek według własnego pomysłu.
4. Pobudzanie kreatywności. Swoboda w doborze technik i materiałów do tworzenia ozdób świątecznych.

VI. PRACOWNIA STOLARSKO - TECHNICZNA

1. Choinka z drewna: wykonanie podświetlanej drewnianej choinki przy użyciu piły stołowej, szlifierki, wkrętarki i wyrzynarki.
2. Malowanie ozdób: malowanie drewnianych ozdób choinkowych. Doskonalenie techniki malowania i lakierowania przy użyciu pędzla i wałka malarskiego.
3. Przegląd techniczny: przegląd techniczny urządzeń w pracowni stolarskiej, prace porządkowe, kontrola urządzeń.
4. Kółko i krzyżyk: wykonanie drewnianej gry, kółko i krzyżyk. Gra wykonana przy użyciu takich narzędzi jak piła stołowa, szlifierka, wiertarka, tokarka i grawerka elektryczna.

VII. ZAJĘCIA EDUKACYJNE

1. Ćwiczenia rozwijające logiczne myślenie, percepcję wzrokową, spostrzegawczość, kojarzenia.
3. Gry edukacyjne rozwijanie zmysłu dotyku, spostrzegawczość, rozumienie pojęć, koordynacje i spostrzegawczość.

VIII. ZAJĘCIA Z PIELEŃNIARKĄ

1. Zimowe osłabienie organizmu, jak sobie z nim poradzić? – pogadanka.

IX. TERAPIA RUCHOWA

1. Gimnastyka poranna oraz ćwiczenia relaksacyjne Schultza.
2. Przygotowania do jasełek.
3. Masaż wybranych partii mięśniowych.
4. Wspólne przygotowania do świąt Bożego Narodzenia.
5. Ćwiczenia na sprzęcie rehabilitacyjnym.

X. INTEGRACJA

1. Mikołajki.
2. Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych.
3. Wspólne ubieranie choinki.
4. Wigilia – wspólne spotkanie przy wigilijnym stole uczestników, kadry oraz zaproszonych gości.

Ponadto w ciągu całego roku 2022 w ramach codziennych zajęć w poszczególnych pracowniach zaplanowano realizację treningów umiejętności społecznych.

TRENINGI

Trening umiejętności spędzania czasu wolnego.

1. Poznawanie i rozwijanie zainteresowań uczestników.
2. Umiejętna organizacja czasu wolnego.
3. Ukazywanie sposobów na spędzanie czasu wolnego: spacer, kino, wycieczki.
4. Ukazywanie korzyści ze spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu: gry, zawody.
5. Ukazywanie korzyści ze spędzania czasu wolnego w gronie znajomych: wyjazdy na turnieje, zawody, zabawy taneczne.

Trening umiejętności praktycznych.

1. Rozwijanie umiejętności edukacyjno – poznawczych: stymulowanie i usprawnianie funkcji psychomotorycznych, rozwijanie umiejętności czytania, pisania, liczenia, zdolności samodzielnego myślenia, koncentracja uwagi, rozwijania wiedzy na temat otaczającego świata.
2. Doskonalenie umiejętności porządkowych: wytwarzanie potrzeby dbania o czystość najbliższego otoczenia, nauka sprzątan, prania, prasowania, obsługa urządzeń gospodarstwa domowego, sprzętu ogrodniczego, dobór detergentów itp.
3. Rozwijanie orientacji czaso-przestrzennej: rozumienie czasu, przestrzeni, miejsca i schematu własnego ciała, rozwijanie umiejętności posługiwania się kalendarzem czy zegarem, prawidłowe posługiwanie się terminami tj. góra - dół, w środku - na zew. - w wew., nad - pod,
4. Rozwijanie samodzielności i odpowiedzialności: zwiększenie samodzielności i motywowanie do aktywności, poprawa funkcjonowania w życiu codziennym, nauka radzenia sobie z podstawowymi czynnościami. Trening umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach i brania odpowiedzialność za swoje decyzje.

Trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów.

1. Trenowanie zachowań asertywnych.
2. Budowanie pozytywnej samooceny
3. Trening mający na celu poprawę otwartości osób nieśmiałych.
4. Trening rozwiązywania konfliktów.
5. Trening poprawy komunikacji.
6. Trening akceptacji innych.
7. Poznawanie sposobów radzenia sobie z lękiem, ze stresem.
8. Rozwijanie poczucia przynależności do grupy.
9. Trening radzenia sobie z uczuciami, emocjami – złość, itd.
10. Doskonalenie umiejętności komunikacji werbalnej.
11. Trening stawiania i przestrzegania granic swoich i cudzych.

Trening kulinarny.

1. Nauka przygotowania różnego typu potraw, korzystanie z przepisów kulinarnych, poszerzanie wiedzy kulinarnej, układania jadłospisu oraz listy zakupów.
2. Trening umiejętności praktycznych: obsługa sprzętu kuchennego, kształtowanie nawyku porządkowania miejsca pracy, mycie naczyń kuchennych oraz estetyczne i prawidłowe nakrywanie stołu.
3. Kulturowanie tradycji: poszerzanie wiedzy na temat tradycji Polskiej kuchni oraz zapoznanie z kuchniami świata.
4. Ciało człowieka: funkcjonowanie organizmu, nauka dostarczania organizmowi niezbędnych składników odżywczych, zasady zdrowego odżywiania.

Trening dbałości o wygląd zewnętrzny, trening nauki higieny.

1. Uświadamianie konieczności doboru ubrań do wieku, okoliczności, warunków atmosferycznych.
2. Dbanie o wygląd zewnętrzny.
3. Higiena osobista w wysokich temperaturach.
4. Utrwalanie nawyku mycia rąk po skorzystaniu z toalety.
5. Zachowanie zasad intymności.
6. Kształtowanie konieczności prania i zmieniania odzieży na nową
7. Kształtowanie nawyku konieczności systematycznego mycia całego ciała.
8. Estetyczne i higieniczne korzystanie z toalety.
9. Higiena spożywania posiłków.
10. Kształtowanie nawyku konieczności systematycznego dbania o higienę i estetyczny wygląd paznokci.
11. Utrwalanie nawyku mycia rąk przed posiłkiem.
12. Utrzymanie porządku i higieny swojego miejsca pracy.

Trening aktywnego udziału uczestnika w leczeniu farmakologicznym i radzenia sobie z objawami choroby.

1. Poszerzanie wiedzy na temat oddziaływania leków na organizm.
2. Uwrażliwianie na konieczność systematycznego zażywania leków.
3. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania charakterystycznych dla siebie objawów zwiastunowych.
4. Poznawanie sposobów radzenia sobie z objawami choroby i jej nawrotami.
5. Zachęcanie do systematycznego korzystania z porad psychologa i psychiatry.

Trening umiejętności komunikacyjnych

1. Rozwijanie prawidłowych sposobów komunikowania się z innymi.
2. Poznanie zagadnień związanych z komunikacją interpersonalną.
3. Zdobywanie wiedzy na temat tego, jak w sposób otwarty i kulturalny prowadzić konwersację, jak nawiązywać i podtrzymywać rozmowę.
4. W przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej wykorzystywanie alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się. (AAC)

5. Nabywanie umiejętności dokonywania wyborów, sprawczości, odmawiania, reagowania na krytykę, opierania się presji, wyrażania próśb oraz przyjmowania komplementów.
6. Ćwiczenie mowy wyrażnej.
7. Wzbogacanie słownictwa.

KIEROWNIK

Środowiskowego Domu Samopomocyw Kąkolewie

(-) Agnieszka Demska-Chudy