

Przykładowy tygodniowy plan zajęć terapeutycznych

Godzina i rodzaj zajęć	Cele oddziaływań terapeutycznych	Działania terapeutyczne: rodzaje, metody, techniki, czynności	Formy zajęć: indywidualna/grupowa/zbiorowa	Materiały, narzędzia, pomoce i środki dydaktyczne
Poniedziałek				
11:00–13:00, zajęcia kulinarne	- Wzrost umiejętności kulinarnych - Nabycie umiejętności przygotowywania sałatki jarzynowej - Kształtowanie nawyku sprzątania w pracowni kulinarnej po zajęciach	Rodzaj: socjoterapia Metoda: trening czynności codziennych Technika: trening kulinarny – samodzielne przygotowanie sałatki jarzynowej; trening porządkowy Czynności: gotowanie, obieranie i krojenie warzyw, mieszanie składników, doprawianie, sprzątanie pracowni po zajęciach	Grupowa	- Przepis - Produkty spożywcze: ziemniaki, marchewka, pietruszka, jajka, ogórki kiszone, jabłka, groszek konserwowy oraz przyprawy i dodatki: sól, pieprz, majonez, musztarda - Sprzęty: miska, salaterka, łyżka, noże, deski do krojenia, talerze, widelce
Wtorek				
11:00–13:00, zajęcia kulinarne	- Nabycie umiejętności obsługi piekarnika - Nabycie umiejętności przygotowywania muffinek - Rozwijanie umiejętności korzystania z przepisu kulinarnego	Rodzaj: socjoterapia Metoda: trening czynności codziennych Technika: trening kulinarny – przygotowanie muffinek; trening praktyczny – trening obsługi piekarnika Czynności: odmierzanie potrzebnej ilości składników, mieszanie składników, rozbijanie jajek, ćwiczenia w obsłudze piekarnika	Grupowa	- Przepis - Instrukcja obsługi piekarnika - Piekarnik - Produkty spożywcze: mąka pszenna, cukier, jajka, olej, proszek do pieczenia, kakao - Sprzęty: łopatką, forma na muffinki, papilotki

Środa				
11:00–13:00, zajęcia kulinarne	- Zwiększenie samodzielności w wykonywaniu czynności kulinarnych - Nabycie umiejętności przygotowywania minikanapek	Rodzaj: socjoterapia Metoda: trening czynności codziennych Technika: trening kulinarny – przygotowanie różnorodnych minikanapek Czynności: krojenie, smarowanie bagietki, obkładanie kanapek, dekorowanie, układanie na półmisku	Grupowa	- Produkty spożywcze: bagietka, salami, pasztet, żurawina, sałata karbowana, ogórek konserwowy, serek śmietankowy, kiełki - Sprzęty: wykałaczki ozdobne, nóż, deska do krojenia, półmisek, talerzyki, serwetki papierowe
Czwartek				
11:00–13:00, zajęcia kulinarne	- Nabycie umiejętności przygotowywania koktajlu owocowego - Nauka posługiwania się blenderem	Rodzaj: socjoterapia Metoda: trening czynności codziennych Technika: trening kulinarny – przygotowanie koktajlu; trening praktyczny – nauka obsługi blendera Czynności: mycie i oczyszczanie truskawek, obieranie bananów, wyciskanie soku z cytryny, ćwiczenia w obsłudze blendera	Grupowa	- Przepis - Instrukcja obsługi blendera - Blender - Produkty spożywcze: truskawki, banany, cytryna, mleko - Sprzęty: nóż, deska do krojenia, szklaneczki koktajlowe, wyciskacz do cytrusów, miseczka, słomki

Piątek				
11:00–13:00, zajęcia kulinarne	- Nabycie umiejętności przygotowywania koreczków z oliwkami - Wzrost umiejętności krojenia - Kształtowanie umiejętności estetycznego nakrywania do stołu	Rodzaj: socjoterapia Metoda: trening czynności codziennych Technika: trening kulinarny – przygotowanie koreczków z oliwkami; trening czynności związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego – nakrywanie do stołu Czynności: krojenie warzyw, sera i kabanosów, nadziewanie na wykałaczkę, układanie koreczków na półmisku, nakrywanie do stołu, składanie serwetek	Grupowa	- Przepis - Produkty spożywcze: czarne oliwki, papryka czerwona, ogórki konserwowe, ser gouda, kabanosy - Sprzęty: nóż, deska do krojenia, talerze, wykałaczki, półmisek, obrus, sztućce, talerze, serwetki