

Konspekt szkolenia realizowanego w ramach testowania innowacji społecznej  
"Pomocna Dłoń 24na7"

Data :

Czas trwania: **3h.**

Miejsce: **Centrum Pozytywnej Edukacji, ul. Błażeja 3, Poznań**

Prowadzący zajęcia: **Angelika Kowalczevska**

Uczestnicy zajęć: **Adresatami szkolenia są asystenci oraz osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich, które zdecydowały się w testowaniu pełnić rolę nie tylko osoby potrzebującej pomocy, ale także takiej, która taką pomoc może zaoferować.**

Liczba uczestników: **8.**

Temat: **"Jak pomagać nie wyręczając?" cz.2**

I. Cel ogólny:

- zdobycie i doskonalenie umiejętności w samodzielnym, codziennym funkcjonowaniu i przekazywanie tej wiedzy innym;

II. Cele szczegółowe:

- uczestnik wie:

- + jakie są podstawowe założenia idei pomagania bez wyręczania;
- + jak asekurować osobę poruszającą się na wózku;

- uczestnik potrafi:

- + przekazać wiedzę i instruować osobę poruszającą się na wózku w zakresie prawidłowej techniki jazdy oraz czynności samoobsługowych
- + samodzielnie poprowadzić w grupie rozgrzewkę oraz rozciąganie;

III. Formy pracy:

zbiorowa, grupowa, indywidualna;

IV. Środki dydaktyczne:

Wózki inwalidzkie, krzesła, niska ławeczka, materac, przeszkody (progi, podesty i podjazdy w dwóch różnych wysokościach) - mogą być to elementy znajdujące się w bliskim sąsiedztwa miejsca odbywania się szkolenia, plastikowe kubki z wodą, jednorazowe talerze i sztucce.



	różne strony w siadzie i w pozycji leżącej - doskonalenie wykonywania tej czynności oraz nauka instruowania i asekuracji podczas tego ćwiczenia;	
<b>Zakończenie</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ćwiczenia rozciągające mięśnie rąk, szyi i tułowia (przypominanie uczestnikom szkolenia głównych zasad prawidłowego rozciągania po ćwiczeniach,</li><li>• Podsumowanie szkolenia.</li></ul>	20 minut