

UCHWAŁA NR VII-540/2025
ZARZĄDU POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO
z dnia 16 grudnia 2025 r.

w sprawie realizacji programu „Zima z Uśmiechem 2026 – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych”

Na podstawie art. 32 ust. 1 w związku z art. 4 ust. 1 pkt 1 i 5 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t. j. Dz. U. z 2025 poz. 1684) Zarząd Powiatu Wołomińskiego uchwala, co następuje:

§ 1

1. Ustala się regulamin programu **„Zima z Uśmiechem 2026 – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych”**, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 1 do uchwały.
2. Ustala się **Program profilaktyczny „Trzy Kolory”** dla dzieci i młodzieży uczestniczącej w programie **„Zima z Uśmiechem 2026 – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych”**, w brzmieniu stanowiącym załącznik nr 2 do uchwały.
3. Kwalifikacja do udziału w programie **„Zima z Uśmiechem 2026 – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych”** odbywa się na podstawie karty kwalifikacyjnej uczestnika wypoczynku stanowiącej załącznik do Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 marca 2016 r. w sprawie wypoczynku dzieci i młodzieży (Dz. U. z 2016. poz. 452, z późn. zm.).

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Wydziałowi Edukacji i Sportu Starostwa Powiatowego w Wołominie, Powiatowemu Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie oraz Szkole Podstawowej Specjalnej im. Marii Konopnickiej w Radzyminie.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

/-/ Arkadiusz Werelich

Regulamin Programu „Zima z Uśmiechem 2026”
– powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe
dla uczniów szkół specjalnych
organizowane przez powiat wołomiński

§ 1. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa warunki rekrutacji i uczestnictwa dzieci i młodzieży w programie „Zima z Uśmiechem 2026” - powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych organizowane w Szkole Podstawowej Specjalnej im. Marii Konopnickiej w Radzyminie, zwanym dalej programem „Zima z Uśmiechem 2026” lub programem.
2. Ustala się, że miejscem realizacji programu „Zima z Uśmiechem 2026” jest Szkoła Podstawowa Specjalna im. Marii Konopnickiej w Radzyminie, ul. Komunalna 8.
3. Ustala się, że realizacja programu następuje na podstawie porozumienia zawartego pomiędzy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wołominie a Szkołą Podstawową Specjalną im. Marii Konopnickiej w Radzyminie.

§ 2. Założenia programowe

1. Powiat Wołomiński wychodząc na przeciw oczekiwaniom rodziców dzieci powiatowych szkół specjalnych, podjął inicjatywę realizacji programu „Zima z Uśmiechem 2026 – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych”
2. Zajęcia realizowane będą w cyklach tygodniowych, zgodnie z harmonogramem stanowiącym załącznik do regulaminu, w następujących terminach:
I termin – 19 – 23 stycznia 2026 r.
II termin – 26 – 30 stycznia 2026 r.
3. Zapisy obejmują tylko pełne tygodnie, nie ma możliwości zapisu na poszczególne dni tygodnia.
4. Uczestnik może być zgłoszony na pierwszy lub drugi termin, lub w miarę wolnych miejsc na dwa terminy.

§ 3. Cel programu

Celem programu „Zima z Uśmiechem 2026” – powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe dla uczniów szkół specjalnych jest:

- 1) wdrażanie uczestników do aktywnego spędzania czasu wolnego;
- 2) rozwijanie samodzielności;
- 3) utrwalanie posiadanych umiejętności niezbędnych do funkcjonowania społecznego i osobistego;
- 4) wdrażanie do uczestnictwa w różnych formach życia społecznego;
- 5) kształtowanie nawyku aktywności ruchowej niezbędnej w różnych przejawach działalności człowieka (rekreacyjnej, zdrowotnej, artystycznej i sportowej).

§ 4. Formy realizacji zajęć

1. Zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe realizowane będą poprzez:
 - 1) zajęcia plastyczne i ogólnorozwojowe;
 - 2) zajęcia sportowo-rekreacyjne (gry zespołowe, wspólne zabawy);
 - 3) gry i zabawy integracyjne;
 - 4) projekcje filmów;

- 5) warsztaty terapeutyczne, np. TUS, radzenia z emocjami, profilaktyka zdrowotna.
2. Wyżej wymienione formy zajęć będą dostosowane stopniem trudności do wieku i niepełnosprawności uczestników.

§ 5. Grupa odbiorców – uczestników zajęć

1. Program „Zima z Uśmiechem 2026” skierowany jest do uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym, znacznym i ze spektrum autyzmu.
2. Zajęcia odbywają się od poniedziałku do piątku, pod stałym nadzorem wychowawców, według ustalonego harmonogramu.
3. Zajęcia w ramach programu „Zima z Uśmiechem 2026” odbywają się od godz. 7.00 do godz. 17.00 i na ten czas wychowawcy przejmują odpowiedzialność za uczestników zajęć.

§ 6. Warunki realizacji

1. Zajęcia w ramach programu „Zima z Uśmiechem 2026” nie są formą zajęć szkolnych.
2. Udział w ramach programu „Zima z Uśmiechem 2026” jest dobrowolny.
3. Udział w zajęciach jest bezpłatny.
4. Rodzice pokrywają koszty śniadania i obiadu.
5. Rodzice są odpowiedzialni za bezpieczną drogę uczestnika „Zima z Uśmiechem 2026” na zajęcia i z powrotem.
6. W przypadku samodzielnego powrotu uczestnika do domu rodzice/opiekunowie prawni są zobowiązani przedłożyć stosowne oświadczenie.
7. Uczestnicy realizujący program „Zima z Uśmiechem 2026” są zdolni do realizacji zajęć określonych w programie mimo ograniczeń psychofizycznych wynikających z danej niepełnosprawności.

§ 7. Rekrutacja

1. Rekrutacja wstępna do udziału w programie będzie odbywać się w szkole specjalnej macierzystej, do której uczeń uczęszcza, w terminie do dnia **9 stycznia 2026 r.**
2. Zgłoszenie uczestnika programu zawiera pisemną deklarację podpisaną przez rodziców/prawnych opiekunów, obejmującą kartę kwalifikacyjną uczestnika oraz oświadczenie rodziców/prawnych opiekunów o zapoznaniu i akceptacji regulaminu.
3. Deklaracje zebrane w szkołach macierzystych przekazywane są po rekrutacji wstępnej bezpośrednio do sekretariatu Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie.
4. Rekrutacji ostatecznej dokonuje komisja w składzie:
 - 1) przedstawiciel PCPR;
 - 2) przedstawiciel Szkoły Podstawowej Specjalnej w Radzyminie;
 - 3) przedstawiciel Wydziału Edukacji i Sportu.
5. Wyniki rekrutacji ostatecznej zostaną przedstawione rodzicom do 15 stycznia 2026 r. telefonicznie lub w formie elektronicznej.
6. Osoby chętne, ale niezakwalifikowane z powodu braku miejsc, zostaną wpisane na listę rezerwową, z której w przypadku rezygnacji uczestnika z przyczyn spowodowanych chorobą lub innym zdarzeniem losowym, będą rekrutowani do udziału w zajęciach w wyznaczonym terminie.
7. Obieg dokumentacji zgłoszeniowej oraz realizacja zajęć odbywa się zgodnie z zasadami określonymi w porozumieniu, o którym mowa w § 1 ust. 3.

§ 8. Postanowienia końcowe

1. Rodzice/opiekunowie prawni zobowiązani są do wyposażenia dziecka w strój i obuwie, stosownie do warunków atmosferycznych i rodzaju planowanych zajęć, w tym na czas wycieczek poza teren szkoły.

2. Rodzice/opiekunowie prawni będą informowani o przypadkach nieodpowiedniego zachowania dziecka, szczególnie o naruszaniu zasad bezpieczeństwa.
3. Nieodpowiednie zachowanie dziecka może być powodem wykluczenia ucznia z udziału w zajęciach.
4. Za wszystkie szkody wyrządzone przez dziecko na zajęciach, koszty ponosi rodzic/opiekun prawny dziecka.
5. Rodzice/opiekunowie prawni zobowiązani są do przyprowadzenia dziecka do placówki najpóźniej do godz. 8.30 i odbioru dziecka najpóźniej o godz. 17.00.
6. W przypadku nieodebrania dziecka w wyznaczonym czasie wychowawcy grup podejmują próby kontaktu z rodzicami/opiekunami, a w przypadku braku skutecznego kontaktu zawiadamiają odpowiednie służby.
7. Uczestnik programu podlega ubezpieczeniu w ramach Polisy NNW.
8. Warunki uczestniczenia w Programie:
 - 1) posiadanie ważnej legitymacji szkolnej;
 - 2) złożenie prawidłowo wypełnionej karty zgłoszenia dziecka do uczestnictwa w programie „Zima z Uśmiechem 2026”.
9. Korzystanie z wyżywienia zbiorowego przez uczestnika jest odpłatne. Opłatę za wyżywienie rodzic wnosi niezwłocznie po uzyskaniu informacji o zakwalifikowaniu dziecka do uczestnictwa w programie, najpóźniej w dniu 16 stycznia 2026 r., w sekretariacie Szkoły Podstawowej Specjalnej w Radzyminie.
10. Rodzice/opiekunowie prawni dzieci, które nie mogą korzystać z żywienia zbiorowego ze względu na wskazania lekarskie, zgodnie z przedłożonym zaświadczeniem, są zobowiązani do przyniesienia dla dziecka posiłków przygotowanych w domu. W takim przypadku rodzic nie ponosi kosztów wyżywienia zbiorowego.
11. Wypełnienie karty zgłoszenia dziecka do udziału w programie nie gwarantuje uczestnictwa w programie.
12. Rodzice dzieci zakwalifikowanych do uczestnictwa w programie zostaną zapoznani z niniejszym regulaminem najpóźniej w dniu 16 stycznia 2026 r. przez organizatorów programu.
13. Szczegółowy plan i harmonogram realizacji programu zostanie określony w porozumieniu, o którym mowa w § 1 ust. 3.
14. Organizatorzy mają prawo do zmiany rozkładu zajęć.

Charakterystyka programu profilaktycznego „*Trzy Kolory*”
dla dzieci i młodzieży uczestniczącej
w powiatowych zajęciach profilaktyczno-kulturalno-sportowych

ADRESACI PROGRAMU:

Dzieci i młodzież z niepełnosprawnością intelektualną uczęszczające do szkół specjalnych prowadzonych przez Powiat Wołomiński, zakwalifikowane do udziału w programie „*Zima z Uśmiechem 2026*” - powiatowe zajęcia profilaktyczne i kulturalno-sportowe.

ZAŁOŻENIA PROGRAMU Z UWZGLĘDNIENIEM OCENY POTRZEB:

Działania psychoprofilaktyczne dotyczą następujących obszarów:

- 1) doskonalenia umiejętności życiowych w zakresie samoobsługi, tj. np. utrzymania higieny osobistej, dostosowania ubioru do pory dnia i charakterystyki terenu, dbania o estetykę najbliższego otoczenia, zachowania przy stole, zachowania porządku wokół siebie, itp.;
- 2) kształtowania systemu wartości, opartego na ogólnie przyjętych zasadach współżycia społecznego, zgodnych z obowiązującym prawem;
- 3) przestrzegania zasad i reguł w sytuacjach społecznych: sklep, park, wycieczka;
- 4) uczenia rozwiązywania problemów i konfliktów osobistych oraz interpersonalnych;
- 5) aktywnego uczestnictwa w alternatywnych formach spędzania wolnego czasu;
- 6) uświadamiania własnych atutów i poprawy samooceny;
- 7) uświadamiania zagrożeń związanych z używaniem alkoholu, substancji psychoaktywnych, nikotyny;
- 8) uświadamianie zagrożeń związanych z podejmowaniem zachowań ryzykownych i niepożądanych, np. stosowania przemocy.

CELE PROGRAMU:

Celem głównym programu profilaktycznego dla dzieci i młodzieży uczestniczącej w powiatowych zajęciach profilaktyczno-kulturalno-sportowych jest ograniczenie podejmowania zachowań ryzykownych przez dzieci i młodzież poprzez taki wpływ na dziecko i młodego człowieka, aby radziło sobie lepiej, w nawiązywaniu relacji interpersonalnych, rozwiązywaniu problemów, aby lepiej rozumiało siebie, umiało współżyć i współdziałać z innymi, aby także umiało znaleźć oparcie w sobie, w sytuacjach kryzysowych oraz aby lepiej rozumiało zagrożenia związane z używaniem alkoholu, substancji psychoaktywnych, nikotyny.

Cele szczegółowe dotyczą więc następujących obszarów:

- 1) dbania o zdrowie psychiczne i fizyczne poprzez:
 - a) poznanie i zachowanie zasad higieny osobistej i najbliższego otoczenia,
 - b) poznawanie i zachowanie zasad zdrowego stylu życia,
 - c) poznanie i uczestnictwo w alternatywnych formach spędzania wolnego czasu,
 - d) rozwijanie świadomości własnego ciała i poznanie roli równowagi psychofizycznej,
 - e) zachęcanie do świadomego wyboru ról życiowych,
 - f) odkrywanie zainteresowań własnych;
- 2) nawiązywania relacji interpersonalnych i rozwiązywanie konfliktów poprzez
 - a) autoprezentację,
 - b) trening umiejętności społecznych (komunikacja, konflikty),

- c) tworzenie, rozumienie i przestrzeganie reguł oraz zasad współżycia w grupie;
- 3) uczestnictwa w grupie - wymiana informacji, doświadczeń, bodźców, świadomość wsparcia ze strony innych, życzliwość, pomoc, zrozumienie, itp.;
- 4) zapobiegania uzależnieniom i zachowaniom niepożądanym poprzez:
 - a) zwiększenie wiedzy o konsekwencjach uzależnień,
 - b) zwiększenie wiedzy o konsekwencjach stosowania przemocy i innych niepożądanych zachowań,
 - c) kształtowanie umiejętności zabawy, wypoczynku bez stosowania środków uzależniających,
 - d) tworzenie „mody na niepalenie, niepicie, niebranie”;
- 5) rozwijania zainteresowań i talentów dzieci i młodzieży.

OCZEKIWANE REZULTATY:

Uczestnicy powiatowych zajęć profilaktyczno-kulturalno-sportowych odpowiednio do swojego poziomu wiekowego, intelektualnego oraz do posiadanych doświadczeń i wiedzy ogólnej będą mieli okazję:

- 1) uzyskać wsparcie w sytuacjach trudnych;
- 2) poznać i nauczyć się przestrzegać zasad higieny osobistej, a także zachować estetyczny wygląd najbliższego otoczenia;
- 3) poznać zasady zdrowego stylu życia;
- 4) uczestniczyć w alternatywnych formach spędzania wolnego czasu – zabawa bez alkoholu, narkotyków oraz innych środków uzależniających;
- 5) konstruktywnie wyrażać swoje zdanie i opinie;
- 6) odkryć własne zainteresowania, talenty, ewentualną drogę życiową;
- 7) nawiązać nowe relacje interpersonalne;
- 8) nauczyć się prezentowania siebie na forum grupy;
- 9) poznać efektywne sposoby komunikacji, rozwiązywania sporów i konfliktów;
- 10) tworzyć zasady, zgodne z obowiązującym prawem;
- 11) lepiej rozumieć ogólne zasady i normy współżycia społecznego;
- 12) rozpoznawać, nazywać i wyrażać konstruktywnie swoje uczucia;
- 13) zrozumieć własne zachowanie i postępowanie;
- 14) poszerzyć wiedzę o szkodliwości alkoholu, nikotyny, środków psychoaktywnych dla zdrowia;
- 15) poszerzyć wiedzę o konsekwencjach uzależnień;
- 16) nabyć umiejętność odmawiania - „nie biorę”, „nie piję”, „nie palę”.

Ponadto ważnym elementem oczekiwanej pracy psychoprofilaktycznej będzie tworzenie atmosfery dającej dzieciom i młodzieży poczucie zaufania, bezpieczeństwa, ciepła i radości.

PROCEDURA EWALUACYJNA:

Metody ewaluacyjne będą obejmowały m.in.:

- 1) obserwację uczestników;
- 2) rozmowy indywidualne;
- 3) rozmowy w grupie;
- 4) analizę wykonywanych prac plastycznych;
- 5) opinie i spostrzeżenia nauczycieli;
- 6) ankiety adresowane do rodziców/opiekunów prawnych i uczestników.

METODY PRACY:

Nadrzędną zasadą obowiązującą na powiatowych zajęć profilaktyczno-kulturalno-sportowych jest zasada wszechobecnych działań:

- 1) prozdrowotnych;
- 2) profilaktycznych;
- 3) związanych z nabywaniem różnorodnych umiejętności.

Metody i formy pracy każdorazowo dostosowane będą do wieku jego uczestników, a także potrzeb i specyfiki grupy. Proponowane metody pracy, realizowane w grupie lub indywidualnie, obejmować będą m.in.:

- 1) techniki plastyczne;
- 2) śpiew i muzykowanie;
- 3) inscenizacje;
- 4) zabawy;
- 5) taniec;
- 6) relaksację;
- 7) zajęcia sportowo-rekreacyjne;
- 8) konkursy;
- 9) pogadanki.

Terapeutyczna rola zajęć grupowych będzie polegała na stosowaniu odpowiednio dobranych ćwiczeń i zabaw, które będą tworzyć sytuacje sprzyjające zdobywaniu przez dziecko nowych doświadczeń oraz umożliwią mu bezpieczne ćwiczenie i utrwalanie nowych sposobów zachowania.

Trzy Kolory: zielone, żółte, czerwone symbolizują trzy obszary, na które program zwraca uwagę:

KOŁO ZIELONE – największe – **klimat i więzi społeczne**

KOŁO ŻÓLTE – **sprawy i problemy** przeżywane przez dzieci i młodzież

KOŁO CZERWONE – **zdrowie i zagrożenia**

SCHEMAT PRZEBIEGU ZAJĘĆ:

1. Wprowadzenie w tematykę zajęć - prowadzący opowiada o kolejnym aspekcie zgodnym z celami programu.
2. Dyskusja/pogadanka w grupie, wspólne sformułowanie tematu zajęć.
3. Ustalenie kontraktu - przypomnienie jego zasad.
4. Zabawy integrujące grupę.
5. Zabawy właściwe dla tematu zajęć.
6. Podsumowanie dyskusji.
7. Ewaluacja: co myślę na temat zajęć? Podobało mi się że..., Nie podobało mi się, że..., Zaskoczyło mnie..., Zmienił(a) bym... (przykładowe formy).

KOLOR ZIELONY

Integracja grupy

1. Rozmowa wstępna - przedstawienie się prowadzącego, celu spotkań i tematyki programu.
2. Krąg prezentacji – każdy podaje swoje imię, to co go wyróżnia np. swoje zainteresowania, ulubioną muzykę, sport lub czynność.
3. „Znajdź kogoś kto ...” - zabawa integracyjna.
4. Ustalenie kontraktu z grupą. (Jak czujesz się z ustalonymi zasadami? Czy zasady te będą ułatwiać czy może ograniczać Twoje funkcjonowanie w grupie?).
5. „Fala na oceanie” - zabawa integracyjna.
6. Pożegnanie z każdym uczestnikiem.

Poznaję siebie

- „Rakieta” ćwiczenie rozluźniające, przełamujące onieśmienie.
- „Życzenie” – zabawa.
- Poszukiwacze skarbów – zabawa integracyjna.
- Moje myśli – ćwiczenie.

- Zmiana sposobu myślenia – ćwiczenie.
- Dyplom Uznania – zabawa.

Potrafie rozmawiać

- Głuchy telefon – zabawa.
- Podstawowe wiadomości o komunikacji werbalnej i niewerbalnej – mini wykład.
- Różnice w komunikacji werbalnej i niewerbalnej – burza mózgów.
- Rozmowa w parach - ćwiczenie - uczestnicy siadają tyłem i prowadzą przez 2 minut rozmowę.
- Mój sukces - ćwiczenie - opowiadanie w parach za pomocą ruchu i mimiki o swoim największym sukcesie.
- „Ludzie do ludzi” – zabawa.

Budowanie poczucia własnej wartości

- Wizytówka – zabawa.
- Dokończenie zdania: Dwie rzeczy, które podobają mi się w sobie samym, to.....
- „Jestem, potrafię, mam” – zabawa.
- Bajka pt. „Orzeł”.
- „To już potrafię” – karty ze słonecznikiem – zabawa.
- „Jestem super” - ćwiczenie rozluźniające.

Ja – inni

- „Plotki” – zabawa.
- „Co byś zrobił, gdybyś...?” – zabawa.
- Jestem indywidualistą, ponieważ... - rysunki.
- Mini alfabet mojego charakteru – praca indywidualna.
- „Zgadnij kto?” – zabawa poszukiwany – poszukiwana.
- Na pożegnanie chciałbym powiedzieć wam, że...- niedokończone zdania.

KOLOR ŻÓŁTY

Podjęmuje odpowiedzialne decyzje dotyczące zdrowia

- „Kto tak jak ja...?” - zabawa integracyjna.
- Odpowiedzialność każdego dnia – podejmowanie decyzji dotyczące zdrowia.
- Cele dotyczące mojego zdrowia – wypełnienie arkusza.
- Podjęmowanie ryzykownych decyzji – odgrywanie scenek.
- Zabójca - zabawa integracyjna.
- Kiedy muszę zabrać głos w tej grupie czuję się...
- Aktywne słuchanie – mini wykład.
- Krótkie polecenia – ćwiczenie.
- Odgadnij tytuł – zabawa pantomimiczna.
- Zakończenie – Dlaczego często trudno jest powiedzieć, jak się czujemy?

Walka ze stresem

- Porozmawiajmy na temat stresu.
- Kto, co, nas stresuje? – mapa myśli.
- Napięcie wywołuje ból – ćwiczenie.
- Doświadczane w życiu zmiany a stres – zabawa.
- Metody pozytywnej walki ze stresem – ćwiczenie.
- Wypisywanie recepty na stres – zabawa.
- Ćwiczenia relaksacyjne.

Przemoc nie jedno ma imię

- Przywitanie.
- Burza mózgów – „Co rozumiemy pod pojęciem przemoc”.
- Warsztat – „Ja w roli świadka, ofiary i sprawcy przemocy”.
- Jak stajemy się ofiarą? - dyskusja, odgrywanie scenek.

- „MAPY PRZEMOCY” – czyli miejsca, gdzie występuje przemoc.
- Warsztat – „*Jak radzić sobie z przemocą w środowisku rówieśników*”.
- Gdzie szukać pomocy w sytuacjach trudnych.

KOLOR CZERWONY

Dlaczego sięgamy po używki?

- „*Chiński posąg*” – zabawa.
- Co robią ludzie, żeby czuć się dobrze i mieć zadowolenie z życia? (podział na przyjemności naturalne i substancje chemiczne) - praca w grupach.
- Niewidomy w muzeum – zabawa.
- Co daje naturalną przyjemność? – praca w grupach.
- „*Supły*” – zabawa.
- Gra edukacyjna – fakty o alkoholu i narkotykach.
- Jak substancje psychoaktywne działają na nasz organizm? - dyskusja.
- Powody picia alkoholu i brania narkotyków – pogadanka.
- Jak można pomóc tym, których rodzice piją? – rozmowa kierowana.
- Plakat – Świat byłby lepszy bez środków uzależniających.

Odmawiania można się nauczyć

- Trzy etapy odmawiania – mini wykład.
- „*Dziękuję nie skorzystam z tej propozycji*” – ćwiczenie.
- „*Tak – Nie*” – ćwiczenie.
- „*Trzy kroki*” – ćwiczenie.
- „*Otwórz pięść*” – zabawa.
- Podawanie przedmiotu – ćwiczenia integracyjne.
- Podsumowanie programu: ankieta.