

"Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji" na rzecz aktywizacji edukacyjnej osób dorosłych 2" w Gminie Zaklików.

**przedsięwzięcie w ramach Programu Operacyjnego Wiedza
Edukacja Rozwój 2014 – 2020**

- Głównym celem LOWE (Lokalnego Ośrodka Wiedzy i Edukacji) jest aktywizowanie dorosłych i społeczności lokalnych na rzecz rozwoju umiejętności stanowiących podstawę dla uczenia się przez całe życie, przydatnych do poruszania się na rynku pracy, dla rozwoju osobistego i rozwoju wspólnot.
- Obszarem działania LOWE jest Gmina Zaklików.
- LOWE działa w oparciu o istniejącą infrastrukturę i zaplecze organizacyjno-instytucjonalne Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Zaklikowie.
- LOWE działa w zgodzie z aktualnym stanem prawnym oraz na podstawie przepisów wewnętrznych, porozumienia pomiędzy Organem prowadzącym szkołę a Dyrektorem.





Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Rozwijanie sprawności ruchowej i rekreacyjnej

- poprawa sprawności fizycznej,
- upowszechnianie aktywnego spędzania czasu,
- rozwój kontaktów towarzyskich,
- walka z chorobami cywilizacyjnymi,
- zatrzymanie procesów starzenia,
- lepsze samopoczucie,
- zmniejszanie masy ciała i tkanki tłuszczowej,
- wzmocnienie odporności,
- poznanie zasad zdrowego żywienia.

Propozycja zajęć



"Sprawność i bezpieczeństwo"
– kurs samoobrony.



"Sprawność fizyczna, kluczem do zdrowia w każdym wieku" – trening siłowy z obciążeniem w siłowni.



"Aktywni przez życie" – zajęcia rekreacyjno-sportowe z piłki siatkowej.



"Żyjmy zdrowo i sportowo" – zajęcia rehabilitacyjno-rekreacyjno-ruchowe.



"Nordic Walking" – spacerzy dla aktywnych.



Gimnastyka fitness.



"Tanecznym krokiem"
– zumba, aerobic, taniec towarzyski.

Rozwijanie kompetencji językowych i kulturowych

- rozwijanie kompetencji świadomego odbioru współczesnej kultury, w tym języka, literatury, sztuki teatralnej i filmowej, fotografii, ewentualnie malarstwa,
- pobudzanie własnej inicjatywy uczestnika w poszukiwaniu i pogłębianiu osobistych zainteresowań i pasji,
- nabycie umiejętności prawidłowego i skutecznego korzystania z różnych języków w celu porozumiewania się,
- podniesienie poczucia pewności siebie,
- doskonalenie umiejętności tworzenia wizerunku osobistego i stylu.

Propozycja zajęć



"Językowe zmagania" – kursy językowe z angielskiego, niemieckiego, hiszpańskiego i włoskiego.



"Blżej współczesnej kultury" – warsztaty literacko – językowe.



**"Ze sztuką za pan brat"
– warsztaty teatralne.**



**"Ocalić od zapomnienia"
– warsztaty z historii, tradycji
i obyczajów lokalnych.**



"Śladami przeszłości" – Ziemia Zaklikowska w starej fotografii (warsztaty).

Rozwijanie kompetencji cyfrowych

- doskonalenie kompetencji informatycznych w zakresie systemu operacyjnego Windows i programów Microsoft (Word, PowerPoint, Excel) oraz aplikacji mobilnych,
- doskonalenie umiejętności korzystania z informacji i danych,
- doskonalenie umiejętności komunikowania się i współpracy na odległość,
- umiejętność korzystania z mediów,
- poszerzenie wiedzy naukowo-technicznej w zakresie nowych technologii,
- poznanie zagadnień związanych z bezpieczeństwem w sieci,
- poznanie kwestii dotyczących własności intelektualnej.

Propozycja zajęć



"Komputer i Internet bez tajemnic" – kurs komputerowy dla zaawansowanych.



"E-obywatel" – nowoczesne formy komunikacji z urzędami" – szkolenie.



"Senior aktywny i bezpieczny w sieci internetowej" – rozwijanie kompetencji cyfrowych dla początkujących.



"W sieci powiązań" – bezpieczne korzystanie z portali społecznościowych.



Rozwijanie umiejętności twórczych

- rozwijanie kreatywności i zdolności estetycznych poprzez wyrażanie siebie środkami artystycznymi,
- rozwijanie zainteresowań w dziedzinie rękodzieła artystycznego i innych technik kreacji twórczej,
- pobudzanie własnej aktywności,
- rozwijanie pasji,
- rozwijanie otwartości na nowe doświadczenia,
- doskonalenie zdolności do tworzenia nowych pomysłów i rozwiązań,
- rozwijanie ciekawości poznawczej.

Propozycja zajęć



"Mozaika pasji" – warsztaty rękodzielnicze.



"Mam talent" – warsztaty z dekoratorstwa i florystyki.



"Gotuj smacznie i zdrowo" – warsztaty kulinarne.



"Cztery pory roku" warsztaty z wizażu i stylizacji dla pań i panów.



"Zakładanie i pielęgnacja ogrodów" – warsztaty.



"Ukryte w kadrze" – warsztaty fotograficzne.

Rozwijanie kompetencji społecznych

- nabycie umiejętności rozwiązywania problemów w sposób twórczy,
- podniesienie poziomu poczucia własnej wartości,
- wzrost wiary we własne siły,
- zwiększenie motywacji do zmiany swojej ścieżki życiowej i zawodowej,
- rozwój kreatywnego myślenia,
- wyrobienie postawy otwartości na innowacje i nowości,
- nabycie umiejętności pisania pism urzędowych,
- poszukiwanie inspiracji własnej twórczości.

Propozycja zajęć



"Jak tworzyć pisma urzędowe ?" – szkolenie.



"Ekologia na co dzień – szkolenie".



"Sekret bycia dobrym rodzicem"
– warsztaty dla rodziców.



"Być kobietą ..., nowoczesną"
– nowe technologie w kuchni.



"Świadomy konsument" – wiem co
kupuję" – szkolenie.



"Senior otwarty na przestrzeń
publiczną" – poszukiwanie
inspiracji do własnej twórczości.

Rozwijanie umiejętności pomocy innym

- poznanie zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej,
- wzmacnianie postawy zaangażowania społecznego,
- doskonalenie umiejętności prawidłowego reagowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia innych ludzi,
- poznanie zasad pełnienia opieki nad seniorem,
- poznanie sposobów niesienia pomocy potrzebującym.

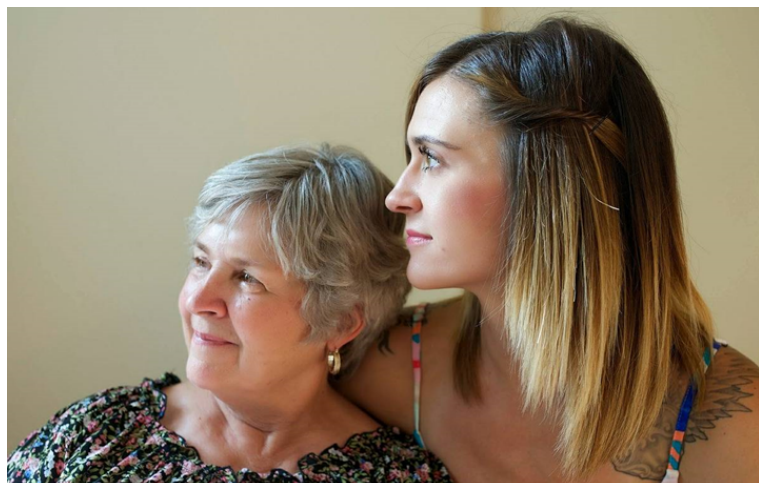


Propozycja zajęć



"Podziel się..." – jak pomagać innym i sobie (warsztaty).

"Już wiemy jak pomóc" – kurs pierwszej pomocy przedmedycznej.



"Jak opiekować się seniorem?" – szkolenie.





ZAPRASZAMY

Kontakt:

Zespół Szkół Ogólnokształcących

im. Adama Sapińskiego ul. Sandomierska 56, 37-470 Zaklików;

Sekretariat: tel. 158738409;

Koordynator: tel. 692116074

Animator: tel. 726578220

zsozaklikow@zaklikow.pl; zsozaklikow.szkolna.net