启智活动计划表

启智训练活动，旨在为在站的服务对象提供强身益智的活动，日常开展篮球、唱歌、手指操等，为服务对象的站内生活提供日常服务，调动服务对象的各种感官，使身体肌肉得到锻炼，思维更加活跃。以下为启智活动计划：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | | **活动** | **负责人** | **备注** |
| 周一 | 8:00-10:00 | 各区活动（1.绕球场慢步，2.集中做热身操，3.篮球及其他活动） | 乐雅社工 | 1.每日由负责人带领活动，活动岗社工协助开展，听从负责人安排。  2.周二上午开寻亲例会则活动暂停，改由区内其他工作人员带领慢步及篮球活动。  3.如当天负责人为核查班或休息，则提前安排其他社工负责。  4.可适当开展折纸、串珠等手工活动。  热身操如下：  1.伸展运动  2.扩胸运动  3.手腕运动  4.扭腰运动  5.拍腿运动  6.踏步运动  7.推拳运动  8.跳跃运动 |
| 15:00-16:20 | 儿保区活动 |
| 周二 | 8:00-10:00 | 各区活动（1.绕球场慢步，2.集中做热身操，3.组织投篮） |
| 15:00-16:20 | 女区手指操 |
| 周三 | 8:00-10:00 | 各区活动（1.绕球场慢步，2.集中做热身操，3.篮球及其他活动） |
| 15:00-16:20 | 儿保区活动 |
| 周四 | 8:00-10:00 | 各区活动（1.绕球场慢步，2.集中做热身操，3. 组织投篮） |
| 15:00-16:20 | 男区唱歌 |
| 周五 | 8:00-10:00 | 各区活动（1.绕球场慢步，2.集中做热身操，3.篮球及其他活动） |
| 15:00-16:20 | 女区唱歌 |