



## Oferta Edukacyjna

### **NATURA REMEDIUM DLA CZŁOWIEKA** **Ogrodoterapia i ziołolecznictwo**

**Prowadzący zajęcia:** Waław Bienias

**Czas trwania zajęć:** 90 minut

**Grupa wiekowa:** 7+

**Miejsce:** Zespół Pałacowo – Parkowy w Żmigrodzie

#### **Treści programowe:**

- Kształtowanie wiedzy na temat przyrody, jej właściwości leczniczych oraz terapeutycznego wpływu na człowieka.

#### **Cele ogólne:**

- Edukacja przyrodnicza i psychologiczna ucznia.
- Pobudzanie zainteresowania w wyżej wymienionych dziedzinach.
- Złagodzenie stresu, zwiększenie zadowolenia z życia, jakości życia i poczucia wspólnoty.
- Pobudzanie poczucia sprawczości i możliwości wpływu na przyrodę oraz jej ochronę.
- Pobudzenie zmysłów i procesów poznawczych.
- Wspomaganie rozwoju emocjonalno-społecznego.
- Poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz sprawności manualnej.
- Rekreacja poprzez ruch na świeżym powietrzu.
- Poznawanie atrakcji turystycznych Żmigrodu i Doliny Baryczy, jak również ciekawostek i legend.
- Ćwiczenie umiejętności pracy w grupie.
- Ćwiczenia słuchania wypowiedzi i szlifowanie umiejętności korzystania z zapamiętanych informacji.

#### **Forma pracy:**

Indywidualna, zbiorowa

#### **Przebieg zajęć:**

- 1.1 Ogrodoterapia – istota oraz wpływ na człowieka.
- 1.2 Zapoznanie się z roślinami oraz stołami sensorycznymi.
- 1.3 Zajęcia ogrodoterapii.
- 1.4 Ziołolecznictwo – zapoznanie się z właściwościami leczniczymi roślin.
- 1.5 Zapoznanie się z ziołami, uprawianymi w żmigrodzkim parku, zbieranie ziół.
- 1.6 Praca na ziołach.