

Zajęcia z wykorzystaniem hortiterapii w ZSS w Kolbuszowej Dolnej



Zajęcia z wykorzystaniem hortiterapii w ZSS w Kolbuszowej Dolnej

Hortiterapia to stosunkowo nowa metoda leczenia w Polsce, która wspomaga terapie konwencjonalne, a wykorzystuje świat roślin. Dobrodziejstwo wynikające z oddziaływania natury na człowieka zauważył już Hipokrates w starożytności mówiąc „Lekarz leczy, natura uzdrawia”, a dziś hortiterapia daje szeroki wachlarz możliwości realizowania tej koncepcji w wielu placówkach, w tym również w szkołach, tym bardziej w specjalnych. Organizując zajęcia w naturalnym środowisku (ogród, park, ogródek kwiatowy czy warzywny, sad, las) łatwiej nauczać przez bezpośredni kontakt i doświadczenie. Ponadto łatwo i przyjemnie można zorganizować odpoczynek na łonie przyrody pozwalając dzieciakom na swobodne leżenie na trawniku. Hortiterapia to także hodowle roślin doniczkowych w klasie, hodowla kieltek, wysiew nasion, sadzonkowanie, pikowanie, jak i zajęcia florystyczne z materiałem roślinnym żywym i suszonym. Podczas takich zajęć, niby całkiem przy okazji usprawniamy motorykę podopiecznych. Pielęgnując rośliny, używając narzędzi ogrodniczych, zakładając fartuszki czy ochronne buty bądź rękawiczki, zbierając kwiaty lub tylko je wachając, uczniowie samowolnie rehabilitują swoje ciała, a opiekując się roślinami, podlewając je i pielęgnując wzmacniają poczucie pewności siebie i czują się potrzebne. Nie sposób pominąć, że daje im to jednocześnie możliwość usprawniania języka, czy wręcz bogacenia go w sposób czynny poprzez nazywanie roślin i czynności przy nich wykonywanych. To właśnie terapia ogrodnicza daje takie szerokie pole do pracy edukacyjno-terapeutycznej, stwarzając dziecku możliwość obcowania z przyrodą prawie przez cały rok, odciągając je od komputera i telewizora i minimalizując jego naukę przy ławce. Praca w ogrodzie, w otoczeniu roślin wspaniale wycisza i relaksuje, wpływając pozytywnie na umiejętność skupiania uwagi oraz pozwala na rozwój bacznej obserwacji. Zajęcia hortiterapeutyczne mogą być prowadzone w formie czynnej, co daje poczucie sprawstwa, rozwija kreatywność, pomaga opanować stres, ale korzystna jest też ich forma bierna czyli samo tylko przebywanie w ogrodzie czy też widok roślin.

Przekonani o dobrodziejstwie obcowania z naturą, uznając jej dobroczynny wpływ na człowieka (dziecko) oraz biorąc pod uwagę potencjał jaki posiadamy jako szkoła (lokalizacja budynku w pobliżu łąk, rzeki i drzew, teren podwórka szkolnego z ogródkiem warzywnym, bogactwo gatunków drzew i roślin w pobliżu szkoły jak i możliwość nowych nasadzeń) wykorzystujemy hortiterapię podczas zajęć z przysposobienia do pracy, a od niedawna jest ona stosowana w ramach zajęć rozwijających kreatywność w edukacji wczesnoszkolnej.

Chcemy, aby zajęcia hortiterapeutyczne były ponownym odkryciem dobroczynnego wpływu natury na młode organizmy, a wielozmysłowe poznawanie najbliższego środowiska przyrodniczego było skuteczną i przyjemną metodą nauki w myśl słów Konfucjusza: **„Słyszałem i zapomniałem, widziałem i zapamiętałem, zrobiłem i zrozumiałem”.**

Alina Dziuba –nauczyciel, hortiterapeuta