

Program zajęć edukacyjnych

Lawendowa Sowa/ Małgorzata Perek-Ćwiertnia

58-100 Świdnica, Lutomia Górna 1 AC

Nazwa obiektu / nazwisko prowadzącego

dolnośląskie

Adres

Województwo

1. Temat / tytuł zajęć:

Wiejsko-sielsko w Lawendowej....

2. Czas trwania zajęć:

3 h

3. Grupa docelowa:

Dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, młodzież, dorośli, seniorzy, grupy specjalne

4. Liczebność grupy:

min. 10 max. 25

5. Prowadzący zajęcia: gospodarz i/lub edukator

6. Zakres tematyczny:

Sensoryczne wykorzystanie ziół - rozpoznawanie ziół po wyglądzie, zapachu, smaku i dotyku. Wpływ aromaterapii i kontaktu z przyrodą na łagodzenie objawów deficytu natury (SDN). Praca twórcza z roślinami – tworzenie mini ogródków ziołowych – elementy hortiterapii. Poczęstunek lawendowo-ziołowy. Zajęcia relaksacyjne z lawendą – ćwiczenia oddechowe, rozwijanie małej motoryki, automasaż, ćwiczenia ruchowe.

7. Harmonogram/przebieg zajęć:

- Powitanie i przedstawienie gospodarzy;
- Krótko o tym, co będziemy robić i o zasadach bezpieczeństwa przy pracy na plantacji;
- Spacer po plantacji i poznanie odmian lawendy oraz ziół;
- Historia zielarstwa I ciekawe opowieści o ziółkach;
- Praca z ziołami z udziałem zmysłów: wzroku, węchu, dotyku, smaku,
- Podstawowe zasady bezpiecznego stosowania ziół;
- Przygotowywanie własnych mini ogródków ziołowych – sadzenie rozsady do drewnianych doniczek, praca z ziemią;
- Poczęstunek z produktów gospodarstwa/lokalnych produktów (herbatka lawendowo-miętowa, syropy ziołowe, ciasteczka lawendowe etc.) – porównanie produktów lokalnych do produktów produkcji przemysłowej;
- Część relaksacyjna - ćwiczenia oddechowe, rozwijanie małej motoryki, automasaż, ćwiczenia ruchowe;
- Pożegnanie i wyjazd uczestników.

8. Pomoce dydaktyczne:

lawenda, sadzonki/rozsady ziół, donice, ziemia, narzędzia ogrodnicze, aromatyczne produkty spożywcze z lawendą, leżaki, maty, koce.

9. Dodatkowe uwagi:

Uczestnicy powinni być ubrani, tak jak na imprezę plenerową. Osoby uczulone na ukąszenia owadów powinny być odpowiednio zabezpieczone.