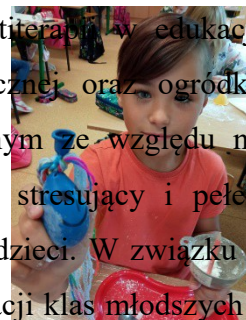


INNOWACJA PEDAGOGICZNA „ODPOCZYWAJ, OBSERWUJ, DZIAŁAJ”- TECHNIKI RELAKSACYJNE Z ELEMENTAMI HORTITERAPII W EDUKACJI WCZESNOSZKOLNEJ

Innowacja powstała na skutek zakończenia innowacji „Elementy hortiterapii w edukacji wczesnoszkolnej” oraz jest następstwem powstania ścieżki sensorycznej oraz ogródka przyszkolnego. Rok szkolny 2019/2020 był rokiem wyjątkowo trudnym ze względu na panującą pandemię związaną z wirusem COVID-19, to rok bardzo stresujący i pełen niespodzianek, które miały często negatywny wpływ na samopoczucie dzieci. W związku z tym zrodził się pomysł o wykorzystaniu technik relaksacyjnych w edukacji klas młodszych i kontynuowaniu hortiterapii, która miała bardzo pozytywne efekty w działaniach dzieci.



Coraz częściej dzieci mają problem z nadruchliwością podczas zajęć, a prowadzenie ogrodu daje im możliwość rozładowania energii w terenie poprzez uprawianie ogródka lub spacer. Dzieci mają również możliwość twórczego rozwijania swoich umiejętności poprzez tworzenie prac artystycznych z wykorzystaniem roślin lub zajęć plenerowych, które wpływają relaksująco na dzieci. Dodatkowo wprowadzenie technik relaksacyjnych sprawia, że nadruchliwość wynikająca często z nadmiernego pobudzenia i zbyt wielu docierających do umysłu dziecka bodźców zrównoważa ich prawidłowy rozwój. Hałas, pośpiech, stres i niepokój są coraz częściej nieodłącznymi elementami współczesnego świata. Wzrasta tempo codziennego życia, z którym dzieci nie potrafią sobie poradzić. Często nie potrafią tak pokierować swoim działaniem, by napięcie w nich rosnące rozładować. Innowacja jest antidotum na zwalczanie negatywnych emocji.



