

# Podsumowanie programu „Leczmy lasem”, realizowanego w roku szkolnym 2017 / 2018

Opracowali:

**Fundacja Przyjazna Planeta:**

Wiesław Kamiński, Aneta Niedźwiecka

**Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Radomsku:**

Barbara Braszczyńska, Kamila Klekowska, Joanna Nitecka, Anna Szwedzik

**Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Radomsku:**

Cezary Bartnik, Ewa Kotlicka, Beata Michałek, Aneta Tazbir

## Spis treści

I. Program terapeutyczny dla dzieci niepełnosprawnych „Leczmy lasem”.....	3
1. Wstęp .....	3
2. Uczestnicy .....	4
3. Cele programu .....	4
4. Sposoby osiągnięcia celów .....	5
5. Zajęcia w środowisku naturalnym .....	5
6. Metody pracy .....	6
7. Planowane rezultaty .....	6
8. Realizacja programu .....	6
9. Ewaluacja programu .....	7
10. Przykładowe scenariusze zajęć prowadzonych w naturze - na leśnej polanie .....	8
II. Podsumowanie pierwszej części programu .....	16
1. Informacje ogólne .....	16
2. Ocena programu przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną w Radomsku .....	17
3. Ocena programu przez Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Radomsku .....	18
4. Ocena realizacji programu przez rodziców / opiekunów .....	19
5. Wskazania dla organizatorów wyjazdów w ramach programu „Leczmy lasem” .....	20
III. Ewaluacja końcowa programu „Leczmy lasem” .....	21
1. Informacje ogólne .....	21
2. Podsumowanie programu przez specjalistów z Poradni Psychologiczno Pedagogicznej w Radomsku .....	–
3. Podsumowanie programu przez pedagogów Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Radomsku.....	25
I <sub>ç</sub> . OPINIA EKSPERTA NA TEMAT PROGRAMU „LECZYMY LASEM” - MAŁGORZATA SPENDEL .....	26
ç. OPINIA EKSPERTA NA TEMAT PROGRAMU „LECZYMY LASEM” - DR. N. HUM. RADOSŁAW PIOTROWICZ .....	28

## I. PROGRAM „LECZYMY LASEM”

### 1. Wstęp

Program „Leczmy lasem” jest to nowatorska i pierwsza w Polsce metoda leczenia i usprawniania dzieci niepełnosprawnych, poprzez terapię prowadzoną w lesie. Ściśle łączy się on z celami Fundacji Przyjazna Planeta, która pomaga dzieciom niepełnosprawnym i podejmuje działania proekologiczne. Program zrodził się podczas rozmów zarządu fundacji, który w dniu 01.06.2017r. podjął uchwałę o rozpoczęciu działań. Kolejnym krokiem było znalezienie partnerów do realizacji autorskiego projektu. Udało się przekonać do tego dyrekcje Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Radomsku i Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Radomsku. Kolejnym ważnym partnerem zostały także Lasy Państwowe.

Rodzice dzieci niepełnosprawnych od lat zauważają bardzo pozytywny wpływ przyrody na ich chore pociechy. Również specjaliści z Ministerstwa Środowiska i Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego twierdzą, że leczenie lasem jest najlepszą z dotychczas znanych w teorii form terapii uzupełniającej dzieci niepełnosprawnych.

Podczas badania potrzeby realizacji programu została przeprowadzona diagnoza środowiska lokalnego, z której wynikało, że:

- w województwie łódzkim, w tym w powiecie radomszczańskim rośnie liczba wydawanych orzeczeń o niepełnosprawności, także dla osób z zaburzeniami psychicznymi (szczególnie wśród dzieci)<sup>1</sup>,
- w Polsce ocenia się, że jedna osoba z autyzmem przypada na 300 mieszkańców. W sumie w naszym kraju żyje ok. 30 tys. osób z autyzmem i zespołem Aspergera, zaburzeniem pokrewnym, ale o łagodniejszym przebiegu,
- dzieci ze schorzeniami psychicznymi mają utrudniony start w życiu, trudniej przyswajają wiedzę, mają gorsze kontakty z rówieśnikami, istnieje więc ogromna potrzeba terapii; obok rehabilitacji fizycznej, istotna jest również rehabilitacja społeczna, zwłaszcza dla osób z niepełnosprawnością intelektualną i zaburzeniami psychicznymi.

Jak się okazuje wykorzystanie dendroterapii w leczeniu niepełnosprawnych niestety nie występuje, choć jest skuteczne i bardzo potrzebne. Wynika to z badań, przeprowadzanych na świecie: w Holandii zbadano, że osoby mieszkające blisko lasów chorują o 20 proc. rzadziej, badania Japończyków przeprowadzone pod koniec lat 90.XX wieku udowodniły, że nawet krótkotrwałe przebywanie w lesie powoduje spadek hormonu stresu. Spacer po lesie wzmacnia układ odpornościowy i pobudza organizm do odbudowy.

Potrzeba i celowość terapii lasem wynika też z ewaluacji przeprowadzonej programu „Leczmy lasem”, który rozpoczęliśmy w sierpniu 2017 r. Specjaliści z Poradni, pracujący z podopiecznymi Fundacji oraz pracownicy Specjalnego Ośrodka i opiekunowie zaobserwowali następujące pozytywne zmiany u dzieci, związane z udziałem w projekcie, o których będzie mowa w kolejnych rozdziałach.

<sup>1</sup>)Jak podaje Urząd Statystyczny w Łodzi (2014) na terenie woj. łódzkiego liczba osób z niepełnosprawności w wieku 0 – 16 wynosi 12 257 osób (za raportem: *Niepełnosprawni w woj., łódzkim. Analiza statystyczna*, tab1, s 62). Z kolei jak podaje *Powiatowy Program Działań na rzecz Osób Niepełnosprawnych w latach 2014-2020 powiatu radomszczańskiego*, Powiatowy Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Radomsku wydał osobom poniżej 16 r.ż. w 2010 – 278, w 2011 – 311, w 2012 – 326 orzeczeń o niepełnosprawności. Dodatkowo według Narodowego Spisu Powszechnego ogólna liczba osób niepełnosprawnych wynosiła 333,8 tys. Liczba osób niepełnosprawnych w pow. radomszczańskim jest wysoka i oscyluje na poziomie 96- 115/1000 osób.

Niniejszy program zawiera informacje o uczestnikach, celach programu, formach pracy, sposobach osiągnięcia celów, metodach terapii i planowanych rezultatach. Przedstawia również szczegółowy opis sposobów realizacji programu, dotyczących naboru uczestników, organizacji wyjazdów oraz wytypowanych obszarów leśnych. Kolejnym elementem tego programu jest też informacja o planowanych działaniach ewaluacyjnych, które doprowadzą do oceny jego skuteczności. Na zakończenie programu zamieściliśmy również kilka przykładowych scenariuszy zajęć terapeutycznych, opracowanych przez specjalistów z Poradni.

## 2. Uczestnicy

- Programem objętych jest około 30 osób w wieku od 7 do 24 lat, posiadających aktualne orzeczenie o niepełnosprawności, zwłaszcza intelektualnej.
- Beneficjentami programu są również rodzice i opiekunowie prawni, którzy uczestniczą w części wyjazdów terapeutycznych, aby „zarazić” ich przekonaniem, że leczenie lasem jest świetną terapią wspomagającą i powinni korzystać z niej ze swoimi dziećmi także dodatkowo, poza realizowanym programem oraz po jego zakończeniu.
- Beneficjentami są także wychowawcy ze specjalnego ośrodka, których zachęcamy do częstego prowadzenia z dziećmi zajęć na świeżym powietrzu, także po zakończeniu programu.

## 3. Cele programu

CEL	SPOSÓB REALIZACJI	UWAGI
Stymulowanie ogólnej sprawności organizmu w zakresie kondycji i wytrzymałości fizycznej w naturalnym środowisku	spacery po lesie	zajęcia z zakresu kinezylogii edukacyjnej
	zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu	
	zajęcia muzyczno ruchowe związane z przekroczeniem linii środk. ciała	
	ćwiczenia doskonalące funkcje oddechowe	
	usprawnianie motoryki małej i dużej	
Stymulowanie deficytów rozwojowych w naturalnym środowisku	Ćwiczenia wzbogacające słownik bierny i czynny, ćwiczenia rozumienia werbalnego i doskonalenia pamięci oraz uwagi słuchowej	
	Ćwiczenia doskonalące komunikację pozawerbalną /postugiwanie się gestami, mimiką twarzy, postawa ciała/	
	Ćwiczenia z zakresu koordynacji wzrokowo –słuchowo - ruchowej	
	Zabawy usprawniające polisensoryczne poznawanie świata, stymulacja dotykowa, wzrokowa, słuchowa, węchowa	
	Usprawnianie narządu mowy	
	Stymulowanie procesów percepcyjno - poznawczych	
Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych	Ćwiczenia relaksacyjne	
	Systemu wzmocnień dostosowany indywidualnych potrzeb każdego uczestnika	
	Rozmowy oraz działania wspierające umożliwiające odreagowywanie napięć emocjonalnych	

Kształtowanie umiejętności korygowania zachowań stereotypowych, agresywnych w naturalnym środowisku	Ćwiczenia relaksacyjne	
	Systemu wzmocnień dostosowany indywidualnych potrzeb każdego uczestnika	
	Rozmowy i działania wspierające umożliwiające odreagowywanie napięć emocjonalnych	
	Kształtowanie umiejętności akceptacji oraz dostosowywania się do zmian zachodzących w otoczeniu	
	Kształtowanie umiejętności rozpoznawania sygnałów płynących z własnego ciała	
Rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych w naturalnym środowisku	Doskonalenie umiejętności rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji	
	Doskonalenie zdolności współpracy w grupie i parach	
	Usprawnianie zdolności respektowania reguł i zasad panujących w grupie	
	Kształtowanie umiejętności naśladowania prawidłowych wzorców funkcjonowania	
	Stwarzanie sytuacji umożliwiających ponoszenie konsekwencji negatywnych oraz pozytywnych własnych działań oraz wypowiedzi	
	Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa oraz atmosfery sprzyjającej wyrażaniu siebie, a także spontanicznym zachowaniom	

#### 4. Sposoby osiągnięcia celów

- Podkreślanie i docenianie sukcesu dziecka, wzmocnianie podjętego przez nie wysiłku, nienależnie od efektu końcowego
- Indywidualizacja zadań do możliwości dziecka
- Dostosowanie czasu trwania zajęć do indywidualnych możliwości dziecka
- Zapewnienie atmosfery sprzyjającej akceptacji i nawiązaniu wzajemnych relacji
- Korygowanie zachowań niepożądanych

#### 5. Zajęcia w środowisku naturalnym

- Zajęcia grupowe i indywidualne – aktywizacja dzieci oraz ich rodziców i opiekunów.
- Obserwacja zachowań dzieci w naturze oraz ich analiza i wprowadzanie potrzebnych zmian.

#### 6. Metody pracy

##### a. Aktywizujące

- Zadaniowo – czynnościowa
- Ćwiczenia ruchowe
- Gry i zabawy dydaktyczne

##### b. Podające

- Pogadanki, rozmowy, opowiadanie
- Reagowanie na polecenia

c. Waloryzacyjne:

- ekspresji ruchowej,
- ekspresji słownej,
- emocji

d. Terapeutyczne

- Arteterapia
- Logorytmika
- Kinezyterapia
- Integracji percepcyjno – motorycznej
- Trening umiejętności emocjonalno - społecznych
- Metoda wzmocnień pozytywnych
- Trening behawioralno – poznawczo – rozwojowy (zachowań kluczowych)

## 7. Planowane rezultaty

Przewidujemy, że dzieci uczestniczące w programie:

- staną się bardziej samodzielne i sprawne fizycznie, co będzie widoczne w lepszym pokonywaniu trudności oraz w zakresie czynności samoobsługowych i higienicznych;
- będą bardziej komunikatywne i uspołecznione, co będzie można poznać po chęci integracji z innymi, konstruktywnych sposobach wyrażania emocji i potrzeb, przystosowywaniu się do nowych sytuacji i norm przyjętych w grupie;
- będą miały mniej zachowań autoagresywnych i stereotypowych, co będzie widoczne w obniżeniu napięcia mięśniowego i emocjonalnego, wyciszeniu, okazywaniu radości;
- będą bardziej otwarte na nowe bodźce, płynące ze środowiska i nowe doświadczenia, co będzie można poznać po akceptacji nowości, zmniejszeniu oporu przed nieznanymi zadaniami i stawianiem granic ze strony opiekunów.

## 8. Realizacja programu

### a. Nabór uczestników i organizacja programu

- Informacja o naborze uczestników do programu zostanie przekazana do opinii publicznej za pomocą lokalnych mediów oraz zamieszczona na stronie internetowej Fundacji.
- Osoby będą kwalifikowane do programu według kolejności zgłoszeń, po sprawdzeniu orzeczenia o niepełnosprawności, przy czym w pierwszej kolejności będą kwalifikowane osoby o najniższym poziomie dochodowości na jednego członka rodziny (na podstawie oświadczenia opiekuna/rodzica).
- Osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności będą zakwalifikowane do wyjazdów tylko pod warunkiem udziału w każdym z nich także rodzica / opiekuna.
- Prawni opiekunowie podpiszą z Fundacją porozumienia i tym samym wyrażą zgodę na udział w programie i udostępnienie dokumentacji dotyczącej niepełnosprawności dzieci.
- Sprawy związane z realizacją projektu oraz walory terapii wspierającej zostaną omówione na spotkaniach z opiekunami uczestników programu. Ponadto opiekunom zostanie rozdany podstawowy ekwipunek wyjazdowy dla dzieci, w postaci kurtek przeciwdeszczowych, plecaków oraz obuwia.

- Organizacja wyjazdów, tj. kwalifikowanie podopiecznych i opiekunów do programu, zapewnienie transportu do lasu i wyżywienia, ustalenie terminów pobytów w Nadleśnictwach, udokumentowanie aktywności i realizacji programu - leży po stronie Fundacji.
- Określa się czas trwania Projektu na ok 1 rok szkolny, tj. od września do czerwca.

### **b. Organizacja wyjazdów terapeutycznych**

- Dzieci, zakwalifikowane do programu zostaną podzielone na dwie grupy wyjazdowe (po około 14 osób).
- Każda z grup skorzysta w roku szkolnym z ok. 12 wyjazdów terapeutycznych oraz zajęć i terapii lasem, organizowanych około raz na dwa tygodnie. Łącznie dla obu grup zostanie zorganizowanych ok. 24 wyjazdów terapeutycznych do lasów na terenie województwa łódzkiego i śląskiego (przy współpracy z wybranymi nadleśnictwami).
- W każdym wyjeździe weźmie udział: do 14 niepełnosprawnych uczestników, 2 opiekunów z SOSW, 1-2 pracowników Fundacji, 4 specjalistów z Poradni, 3-5 rodziców (wolontariuszy).
- Każdy wyjazd potrwa ok. 7 godzin, z czego ok. 4 godziny to pobyt w lesie, pozostały czas to dojazdy i posiłki.
- W czasie pobytu w lesie specjaliści z Poradni będą przez ok. 2 godziny prowadzić zaplanowane zajęcia terapeutyczne i zabawy ruchowe, a także - w przypadku posiadanej przez nadleśnictwo odpowiedniej infrastruktury - zajęcia plastyczne. Pozostałe dwie godziny dzieci będą spacerować po lesie, tańczyć – zajęcia poprowadzą pedagodzy z SOSW.
- Każdy pobyt będzie zawierał elementy terapeutyczne, dostosowane przez specjalistów do chorób dzieci: spacer na dystansie nie dłuższym niż 1 km, podzielony na kilka odcinków; gimnastyka rehabilitacyjna i ćwiczenia ruchowo-oddechowe; elementy wspólnej zabawy dydaktycznej i ruchowej; rozmowy.

### **c. Wytypowane obszary leśne**

Obszary leśne, w których będą odbywać się wyjazdy z dziećmi, znajdują się na terenach podległych organizacyjnie Regionalnych Dyrekcji Lasów Państwowych w Łodzi i Katowicach są to:

- Nadleśnictwo Spała;
- Nadleśnictwo Żłoty Potok
- Nadleśnictwo Przedbórz;
- Nadleśnictwo Gidle.

## **9. Ewaluacja programu**

Bieżącej obserwacji podlegają osiągnięcia dzieci, ewaluowane w ściśle określonych odstępach czasowych na podstawie informacji zwrotnej uzyskiwanej ze źródeł: od dziecka, opiekunów, osób prowadzących zajęcia, wychowawców, psychologa, pedagoga i logopedy.

Ewaluacja programu może również zawierać: rejestr zmian i postępów terapii dzieci oraz ocenę skuteczności podjętych działań. Wszystkie zebrane informacje, poddane gruntownej analizie, powinny dać jasny obraz, czy metody i formy terapii leczenia lasem, zaproponowane w programie były skuteczne. Program będzie na bieżąco modyfikowany i dostosowywany do potrzeb i możliwości dzieci w trakcie jego realizacji.



## 10. Przykładowe scenariusze zajęć terapeutycznych w naturze - na leśnej polanie

Opracowane przez pracowników Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Radomsku

### 1. Temat: Pani Jesień

**Cel główny:** zapoznanie uczestników z elementami przyrody charakterystycznymi dla pory roku jaką jest „Jesień”.

**Cele szczegółowe:** doskonalenie zmysłów dotyku, węchu, słuchu; kształcenie prawidłowego toru oddechowego; doskonalenie umiejętności językowych i rozumienia werbalnego, rozwijanie sprawności grafomotorycznej.

**Metody:** słowna, pokaz, praktycznego działania.

**Formy pracy:** zbiorowa, indywidualna.

**Środki dydaktyczne:** strój Pani Jesień, instrumenty muzyczne, arkusze papieru, kredki, naturalne eksponaty (szyszki, grzyby, orzechy, jarzębina, liście, kasztany, chustka, piłki tenisowe).

**Przebieg zajęć:**

1. Wprowadzenie- pytania dla uczestników: „Jaką mamy porę roku?”, „Jak wygląda przyroda jesienią?”
2. Pani Jesień: *Przybyłam do Was, pokonałam długą drogę przez morza, pustynie i oceany w skwarze i burzy aż do Was dotarłam. Kim ja jestem?*
3. Rozmowa z uczestnikami dotycząca darów jesieni i pokaz darów jesieni z równoczesnym ich poznaniem za pomocą zmysłów: wzroku, węchu, dotyku.
4. Ćwiczenia kształtujące prawidłowy tor oddechowy: uczestnicy zabawy poszukują jesiennego liścia, wybierają sobie drzewo pod którym siadają i dmuchają zachowując odpowiedni tor oddechowy według wskazań specjalisty prowadzącego zajęcia.
5. Rozpoznawanie eksponatów Jesieni- uczestnicy indywidualnie rozpoznają eksponaty zgromadzone w koszyku Jesieni za pomocą zmysłów( dotyku i węchu z wyłączenie wzroku) próbują je samodzielnie różnicować.
6. Zabawy słuchowo-ruchowe: Uczestnicy zbierają szyszki, układają z nich duże koło i na polecenie osoby prowadzącej wykonują zadania:
  - Gdy usłyszysz dźwięk bębenka, z pośród innych dźwięków, rzucasz piłeczką do koła.
  - *Idzie, idzie jeź / Ten kolczasty zwierz / Nóżkami tup, tup / I pod listek siup.*Zabawa powtarzana jest w coraz szybszym tempie, a uczestnicy chowają się za krzakami, bądź drzewami.
  - Praca plastyczna- odrysowywanie naturalnego konturu liścia i zamalowywanie jego powierzchni kredkami z użyciem barw charakterystycznych dla jesieni.
  - Pożegnanie, spacer po lesie z zabawą „ Grzybobranie”.

### 2. Temat: Nasze ulubione drzewa

**Cel ogólny:** kształtowanie więzi emocjonalnej z przyrodą

**Cele szczegółowe:** poznawanie świata poprzez zmysły, doskonalenie umiejętności w zakresie orientacji w schemacie ciała i w przestrzeni; wspomaganie rozwoju mowy oraz doskonalenie umiejętności werbalnych; doskonalenie koncentracji, uwagi, rozwijanie słuchu fonemowego, usprawnianie rozumienia mowy;



**Metody:** pokaz, metoda aktywizująca

**Formy pracy:** praca indywidualna z pomocą osób towarzyszących

**Środki dydaktyczne :** emblematy z różnymi rytmami deszczowych kropli, instrumenty muzyczne, źdźbła traw, naturalne eksponaty drzew.

**Przebieg zajęć:**

1. Powitanie uczestników piosenką z elementami gestów Makatonu „ Witam Was”
2. Zabawa dydaktyczna- poszukaj wśród drzew swojego przyjaciela. Każdy uczestnik wybiera swoje drzewo, zapoznaje się z nim za pomocą dotyku, wzroku i węchu. Na polecenie osoby prowadzącej uczestnicy zabawy dotykają się do drzew różnymi częściami ciała: dotykamy się plecami, dotykamy się brzuchami, dotykamy się dłońią (prawa/ lewa), dotykamy się kolanami, dotykamy się stopami, dotykamy się czołem itp.
3. Ćwiczenia oddechowe  
- Każdy z uczestników szuka w sownym otoczeniu źdźbła trawy, opiera się o „swoje” drzewo i wykonuje ćwiczenia oddechowe według polecenia osoby prowadzącej zajęcia.  
- Pantomima: Zdrowe drzewo- Chore drzewo. Na hasło Zdrowe drzewo- uczestnicy wymachują rękami nad głowami, na hasło Chore drzewo opuszczają ręce do dołu
4. Zabawa dydaktyczno-ruchowa: Stań według polecenia:  
„Stań obok drzewa”, „Schowaj się za drzewem”, „Stań przed drzewem”, „Stań między drzewami w najbliższym otoczeniu”.
5. Ćwiczenia słuchowe- uczestnicy otrzymują emblematy „ deszczowe rytmy”, wygrywają rytmy na instrumentach muzycznych.
6. Pożegnanie i podziękowanie za wspólne zajęcia oraz spacer po lesie połączony z poleceniem „Omijamy Kałuże”.

### **3. Temat: Urodziny Marchewki.**

**Cel główny:** Kształtowanie nawyków prozdrowotnych poprzez zabawę i sytuacje aktywizujące myślenie.

**Cele szczegółowe:** motywowanie dziecka do aktywności, rozwijanie umiejętności rozumienia werbalnego; rozpoznawanie przez beneficjentów podstawowych warzyw; doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz koordynacji wzrokowo-słuchowo-ruchowej

**Metody:** słowna, oglądowa, praktycznego działania.

**Formy pracy:** zbiorowa, indywidualna.

**Środki dydaktyczne:** tekst przedstawienia; nagrania CD; naturalne okazy marchewek; naturalne warzywa: ziemniak, burak, pietruszka, pomidor, dynia; emblematy marchewek; obieraczki; sok marchewkowy; ciasto marchewkowe; odtwarzacz; miski.

**Przebieg zajęć:**

1. Wprowadzenie- zagadka” Chrupie ją zajączek, schrupie ją i Ewka, bo smaczna i zdrowa jest właśnie... (marchewka) „
2. Wejście Marchewki i przywitanie się z uczestnikami:

*Dzisiaj moje urodziny / Czas zaprosić więc jarzyny, / Witaminki w koszyk zebrać / I zatańczyć i zaśpiewać / Bom ja piękna, bardzo młoda / Ja- księżniczka marchewkowa. / Proszę więc nie zwlekać wcale / zaczynamy święto balem.*

3. Marchewka zaprasza wszystkich do zabawy tanecznej pod tytułem „Jechał wóz”.
4. Przedstawienie w wykonaniu specjalistów i rodziców ( opiekunów.)

**Marchewka:** *Goście moi, goście mili czyście wszyscy już przybyli ?*  
(głośne pukanie do altany leśnej- kolejno wchodzi warzywa i witają się z marchewką)

**Ziemniak:** *Hej tam, może ciszej trochę / chcę wystąpić ja- kartofel! / Czasem mówią na mnie ziemniak, / no poważnie, ja nie ściemniam. / Frytki, chipsy, placki macie, / chyba dobrze mnie już znacie.*

**Burak:** *Jestem pan buraczek, / Mam czerwony fraczek, / Gruby brzuszek i ogonek mały, / Będzie ze mnie pewnie barszczyk doskonały. / Witaminek mnóstwo dzisiaj wam przynoszę, / W suróweczce smacznej zjadać mnie proszę.*

**Pietruszka:** *Witaj marchewko, moja siostrzyczko, / Na urodziny twoje dziś przyszedłam, / Lecz zaraz po tym zdrowiutkim balu / Biegnę do kuchni, do wielkich garów. / Tam szybko zmienię balowy ciuszek, bo w zdrowej zupce zawitać muszę.*

**Pomidor:** *Patrzcie, co ja nosić muszę / Czerwoniutki, miękki brzuszek, / Witaminki tu schowane- zapytajcie swoją mamę. / Jeszcze jedną- tajemnicę zdradzę wam, / jestem smakowity latem, a na długą zimę będę koncentratem.*

**Dynia:** *A oto ja- pękata dynia, / kiedyś ze mnie dobra wróżka wyczarowała karetę dla Kopciuszka. / Jestem też gwiazdą Halloween, / Lecz się nie bójcie mych strasznych min. / I najważniejsze- moja złota głowa- pyszne pestki w sobie chowa.*

5. Marchewka zadaje pytanie: „Jakie warzywa przybyły na moje urodziny?”, a uczestnicy udzielają odpowiedzi.

**Marchewka:** *„Wszyscy goście już przybyli, więc czas rozpocząć moje urodziny. Zapraszam wszystkich do zabawy ruchowej „ Na marchewki urodziny”.*

#### **Zabawy i konkursy:**

- „ Wędrująca Marchewka” – uczestnicy w rytm muzyki podają sobie marchewkę, gdy muzyka cichnie osoba, która trzyma w ręku warzywo dostaje do zjedzenia plasterki marchewki

- „ Na tropie Marchewki ” – leśna altana zamieniła się w marchewkowy ogród, zapraszam do zabawy, której celem jest poszukiwanie emblematów marchewek ukrytych w różnych miejscach sali.

- rzuty marchewkami do celu, obieranie marchewek (konkurs dla dorosłych), obieranie marchewek (konkurs dla beneficjentów).

6. Marchewka dziękuje uczestnikom za udział w konkurencjach, w których wykazali się dużą spostrzegawczością i zręcznością.

7. Życzenia dla Marchewki Wspólne odśpiewanie „Sto lat”.

8. Poczęstunek - degustacja soku oraz ciasta marchewkowego.

9. Pożegnanie z Gośćmi - spacer po lesie, zabawa w „ Echo”.

#### **4. Temat: Stacyjkowo.**

**Cel główny:** Wieloaspektowa stymulacja zmysłowa.

**Cele szczegółowe:** stymulacja dotykowo-czuciowa w oparciu o różne faktury, rozpoznawanie smaków: gorzki, słodki; doskonalenie równowagi i koordynacji wzrokowo-ruchowej, usprawnianie motoryki małej, kształtowanie prawidłowego toru oddechowego; nawiązywanie kontaktu z uczestnikami, poczucia przynależności do grupy, poszerzanie zasobu słownictwa.

**Metody:** słowna, pokaz, praktycznego działania.

**Formy pracy:** grupowa, indywidualna.

**Środki dydaktyczne:** nagranie utworu w wykonaniu Ryszarda Rynkowskiego „Jedzie pociąg z daleka”, krążki sensoryczne duże i ich odpowiedniki małe, ciasto, foremki w różnych kształtach, czekolada mleczna i czekolada gorzka, ilustracje przedstawiające artykuły spożywcze o smaku słodkim i gorzkim, kredki, ilustracje do rysowania po śladzie przedstawiające ciastka, wałki, mąka, apaszka, drogowaskazy z nazwami stacji.

**Przebieg zajęć:**

1. Przywitanie piosenką „Ty-Ja-My”.

Grupa uczestników stoi w kręgu, parami, twarzami do siebie. Wspólnie śpiewają z jednoczesnym wykonywaniem gestów:

Ty-Ja-Ja-Ty

To jesteśmy My

(uczestnicy klaszczą w dłonie 3 razy, i przesuwają się o jedno miejsce).

Piosenka powtarzana jest kilka razy, tak aby każdy z każdym się przywitał.

2. Zabawa ruchowa „Stacyjkowo”.

Uczestnicy dzielą się na dwie grupy, ustawiają w dwa pociągi i w rytm utworu „Jedzie pociąg z daleka”, docierają do dwóch stacji. Stacja pierwsza „Dotykowo”, stacja druga „Ciasteczkowo”.

W stacji pierwszej uczestnicy, gołymi stopami, przechodzą po ścieżce ułożonej z krążków sensorycznych dużych, następnie bez kontroli wzroku, dobierają w pary krążki (małe-duże) o identycznej fakturze. Każdy z uczestników zapoznaje się ze wszystkimi fakturami.

W stacji drugiej, uczestnicy wałkują ciasto, podsypują mąką, a następnie, przy pomocy foremek, wycinają różne kształty ciasteczek. Opowiadają o kształtach. Po wykonaniu zadań, grupy zamieniają się stacjami.

3. Różnicowanie smaków gorzki-słodki.

Wszyscy uczestnicy siedzą w kręgu, częstowani są czekoladami o smakach gorzkim i słodkim, różnicują smaki, a następnie wyszukują ilustracje, przedstawiające artykuły spożywcze o smaku gorzkim i słodkim.

4. Zabawa w skojarzenia.

Dzieci siedzą w kręgu, osoba prowadząca zadaje pytania:

- słodki jak? gorzki jak?, a dzieci pokazują ilustracje produktów spożywczych o smaku gorzkim lub słodkim.

5. Ćwiczenia grafomotoryczne.

Uczestnicy rysują po śladzie, a następnie kolorują ilustracje przedstawiające ciastka.

6. Podziękowanie uczestnikom za wspólną zabawę i spacer po lesie, w trakcie którego, uczestnicy wykonują ćwiczenia oddechowe, dmuchając na liście, źdźbła traw.

## 5. Temat: Logorytmika – czyli wieloaspektowe oddziaływania słowno – muzyczne.

**Cel główny:** Pobudzanie gotowości do podejmowania ruchu.

**Cele szczegółowe:** usprawnianie koordynacji wzrokowo-słuchowo-ruchowej i doskonalenie orientacji w schemacie własnego ciała; doskonalenie poczucia rytmu, kształtowanie umiejętności regulacji oddechu oraz łączenia prawidłowego oddychania z fonacją; kształtowanie świadomości fonologicznej i pamięci słuchowej oraz usprawnianie zmysłu dotyku.

**Metody:** podająca, eksponująca, aktywizująca – Gimnastyka Mózgu wg Paula Dennisona,

**Formy pracy:** praca indywidualna, praca w parach, praca w grupie.

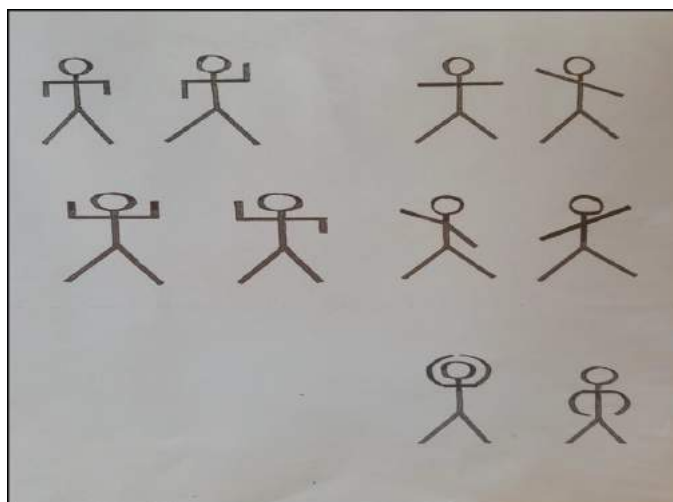
**Środki dydaktyczne:** plansze ze schematami figur, paski bibuły, szyszki, instrumenty muzyczne, płyta CD z nagraniem J. Straussa „Nad pięknym modrym Dunajem”, płyta CD Mozarta z nagraniem „Marsz turecki”, płyta CD C. Saint Savens „Karnawał zwierząt”, plastikowe nakrętki.

**Przebieg zajęć:**

1. Spacer po lesie, w czasie którego uczestnicy zbierają szyszki.
2. Powitanie – „Rytm imion”.

Osoba prowadząca, wita się z uczestnikami, wyklaskując z nimi, sylabowy rytm ich imion.

3. Zabawa „Łokieć wita się z kolaniem” (utwór „Karnawał zwierząt”).



Uczestnicy wykonują, w rytm muzyki, ruchy naprzemienne, dotykają lewym łokciem do prawego kolana i na przemian, prawym łokciem do lewego kolana. Gdy muzyka przestaje grać, wykonują figury, demonstrowane na planszy, przez osobę prowadzącą.

4. Zabawa „Nakrętkowo” (utwór „Marsz turecki”).

Uczestnicy w siadzie skrzyżnym, siedzą w parach, otrzymują nakrętki. W rytm muzyki przenoszą po jednej nakrętce ze strony lewej na prawą. Gdy muzyka przestaje grać, uczestnicy przybijają sobie „piątki”. To samo ćwiczenie wykonują ze strony prawej na lewą.

5. Zabawa słowno-ruchowa „Stonoga”.

Prowadzący wypowiada tekst, demonstrując ruchem ciała. Zadaniem uczestników jest powtórzenie poszczególnych wersów, z równoczesnym naśladowaniem gestów oraz dokończeniem rymowanki:  
*Idzie, idzie, idzie stonoga*

*Patrzy, patrzy, a tu? ... (noga)*  
*Idzie, idzie, idzie sowa*  
*Patrzy, patrzy, a tu? ... (głowa)*  
*Idzie, idzie, idzie kos*  
*Patrzy, patrzy, a tu? ... (nos)*  
*Idzie, idzie, idzie malec*  
*Patrzy, patrzy, a tu? ... (palec)*

6. Odtwarzanie przestrzenne układów rytmicznych.

Dla każdego dziecka, prowadzący układa z szyszek, struktury rytmiczne. Każdy z uczestników otrzymuje instrument muzyczny, za pomocą którego, ma wygrać przedstawiony rytm.

7. Zabawa wyciszająca „Leniwe ósemki” (utwór „Nad pięknym modrym Dunajem”).

Uczestnicy otrzymują paski bibuły i w rytm muzyki, wraz z osobą prowadzącą, wykonują ruchy kreśląc ósemki.

8. Podziękowanie z wspólną zabawę, spacer po lesie, w trakcie którego, uczestnicy dotykają drzew, różnymi częściami ciała, utrwalonymi w trakcie zajęć.

## 6. Temat: Bo to już wiosna

**Cel główny:** Zapoznanie uczestników z elementami przyrody, charakterystycznymi dla pory roku, jaką jest wiosna. Nawiązanie pozytywnych relacji w grupie.

**Cele szczegółowe:** wdrażanie do koncentrowania uwagi na bodźcach słuchowych i doskonalenie percepcji wzrokowo-słuchowo-ruchowej, poszerzanie zasobu słownictwa czynnego i biernego, usprawnianie narządów mowy, kształtowanie umiejętności rozróżniania kolorów; wdrażanie uczestników do zespołowego wykonywania zadań.

**Metody:** słowno-percepcyjna, zadaniowo-czynnościowa, zabawowa, stymulowania aktywności twórczej, gesty MAKATON.

**Formy pracy:** grupowa, indywidualna.

**Środki dydaktyczne:** nagranie utworu „Wiosna” zespołu Skaldowie, nagranie utworu „Wiosna” Vivaldiego, płyta CD z nagraniem F. J. Gossec „Gawot”, płyta CD: Logofigle, płyta CD: Słoneczne nutki, piosenka pt. Kwiatek, nagrania dźwięków: wiatru, deszczu, nagrania głosów zwierząt: skowronek, bocian, żaba, ilustracje przedstawiające skowronka, bociana, żabę, słońce, liście, chusta animacyjna, piłka sensoryczna, emblematy kwiatów, emblematy kolorowych motyli, brzości, szablony wazonów, klej, kostium Pani Wiosny.

**Przebieg zajęć:**

1. Wprowadzenie - rozmowa w kręgu, przywitanie wiosny.
2. Wejście Pani Wiosny i przywitanie się z uczestnikami słowami wiersza:

*W kole wszyscy już stoimy*  
*Każdy czyjąś rękę trzyma*  
*i dzień dobry już mówimy*  
*Tak zabawa się zaczyna*

Uczestnicy w kręgu przekazują sobie uścisk dłoni.

3. Zabawa ruchowa „Jestem tancerzem” do utworu „Wiosna” zespołu Skaldowie.

W rytm utworu, uczestnicy poruszają się w parach i wykonują polecenia:

- tańczą same ręce,
- tańczą same nogi,
- tańczy głowa,
- tańczą biodra,
- tańczy całe ciało.

4. Szukanie wiosennych kwiatów.

W sali ukryte są emblematy kwiatów, uczestnicy podzieleni na dwie grupy, odszukują je i przyklejają do pustego wazonu, tworząc kompozycję kwiatową.

W trakcie zabawy w tle słuchać muzykę Vivaldiego „Wiosna”.

5. Usprawnianie aparatu mowy „Wiosenne porządki”, do muzyki F. J. Gossec „Gawot”.

Uczestnicy siedzą w kręgu, Pani Wiosna demonstruje ćwiczenia narządów mowy:

- otwieramy okno – otwieramy buzie,
- sprawdzamy, czy ciepło na dworze – wysuwamy język między zęby,
- myjemy szyby – szorujemy językiem po zębach górnych i dolnych,
- wycieramy kurze – przesuwamy szerokim językiem po podniebieniu,
- układamy w szafach ubrania – otwieramy buzie i dotykamy kolejno zębów na dole, a następnie na górze,
- pierzemy firanki – parszemy,
- jest już pięknie posprzątane – cmokamy,

6. Zabawa „kolorowe motyle”.

Uczestnicy siedzą w kręgu, Pani Wiosna rozdaje emblematy przedstawiające motyle, w kolorach: czerwone, żółte, zielone, różowe. Mówi także, aby każdy zapoznał się ze swoim motylem. Na hasło: „Fruwają czerwone motyle” – uczestnicy podnoszą emblematy do góry. Zabawa powtarza się dla każdego koloru.

7. Zabawa w skojarzenia.

Dzieci stoją w kręgu, Pani Wiosna rzuca do nich piłką. Zadaniem jest skojarzenie koloru z symbolem wiosny:

- zielony jak: trawa, liście,
- żółty jak: żonkile, słońce,
- biały jak: konwalie, bazie itd.

8. Zabawa doskonaląca koncentrację uwagi na dźwiękach.

Uczestnicy wraz z opiekunami stoją w kręgu, trzymając chustę animacyjną. Na dźwięk wiatru poruszają chustą, na dźwięk deszczu, chowają się pod nią.

9. Zagadki, poparte nagraniami odgłosów zwierząt i ilustracjami.

- przyleciał szary ptaszek, na polanie zaśpiewał jak dzwonek, znają go dobrze dzieci, bo to jest ... (skowronek),
- one to zieloną wiosną, w lesie na drzewach rosną (listki),
- powrócił do nas z dalekiej strony, ma długi ogon i dziób czerwony (bocian),
- gdy się schowa za chmury, świat staje się ponury, a weselej jest na świecie, kiedy śmieje się z góry (słońce),

10. Pożegnanie.

Pani Wiosna dziękuje wszystkim, za wspólna zabawę i żegna się piosenką pt. Kwiatek z użyciem gestów MAKATON. Uczestnicy wraz z opiekunami naśladowują gesty.

11. Spacer po lesie, wsłuchiwanie się w odgłosy wiosennej przyrody, rozmowa na temat panującej w tym dniu pogody.



## II. PODSUMOWANIE PIERWSZEJ CZĘŚCI PROGRAMU „LECZYMY LASEM”

### 1. Informacje ogólne

Pilotażowy program „Leczymy lasem”, realizowany jest przez Fundację „Przyjazna Planeta przy współpracy z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną, Specjalnym Ośrodkiem Szkolno Wychowawczym w Radomsku oraz Centrum Informacyjnym Lasów Państwowych. Wyjazdy terapeutyczne do lasu w ramach programu rozpoczęły się w sierpniu 2017 r. W dniach od 25.08.2017r. do 17.11.2017r. odbyło się ich 12. Po zimowej przerwie będą kontynuowane od lutego do kwietnia 2018r. Podsumowanie programu „Leczymy lasem” planowane jest w maju 2018r.

- W wyjazdach do lasu uczestniczyli:

- 27 osób niepełnosprawnych, których rodzice podpisali z Fundacją porozumienia,
  - 4 specjalistów z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Radomsku,
  - 5 pedagogów ze Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Radomsku (Poradnia i Ośrodek także podpisali z Fundacją porozumienia),
  - 3 pracowników Fundacji Przyjazna Planeta,
  - 15 rodziców dzieci i młodzieży niepełnosprawnej w wieku od 7 do 23 roku życia.
- Wyjazdy odbywały się w piątki w godzinach 8.00 – 15.00 w dniach: 25.08.2017, 1.09.2017, 8.09.2017, 15.09.2017, 22.09.2017, 29.09.2017, 6.10.2017, 16.10.2017, 20.10.2017, 27.10.2017, 3.11.2017, 17.11.2017.
  - Sześć razy beneficjenci byli w Nadleśnictwie Spała i sześć razy w Nadleśnictwie Złoty Potok.
  - Dzieci były podzielone na 2 grupy wiekowe i każda z nich jechała do lasu raz na 2 tygodnie, jednorazowo do lasu wyjeżdżało 8-12 uczestników, 3-4 osoby z Poradni, 2-3 osoby z Ośrodka, 2-3 osoby z Fundacji oraz 3-5 rodziców.
  - Podczas wyjazdów terapeutycznych pracownicy Poradni i Ośrodka prowadzili z dziećmi zajęcia terapeutyczne.
  - Schemat każdego wyjazdu był podobny: wyjazd z Radomska, przyjazd na miejsce, spacer i zajęcia terapeutyczne w lesie prowadzone przez specjalistów Poradni, poczęstunek, zajęcia muzyczne, plastyczne prowadzone przez pedagogów z ośrodka lub spacer po lesie, powrót do Radomska.
  - Podczas zajęć specjaliści prowadzili dokumentację diagnostyczną, konieczną do opracowania ewaluacji. Ponadto dokumentację sporządzali również pracownicy Fundacji i Ośrodka.



## 2. Ocena realizacji programu przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną w Radomsku

„U 9 uczestników zaobserwowano pozytywne zmiany, związane z udziałem w projekcie, są to głównie:

- zmniejszenie zachowań autoagresywnych i stereotypowych;
- integracja z innymi;
- konstruktywne sposoby wyrażania emocji i swoich potrzeb;
- akceptacja zmian pojawiających się w życiu codziennym uczestników oraz łatwiejsze przystosowywanie się do nowych sytuacji;
- zmniejszenie napięcia emocjonalnego podczas wyjazdów;
- większa otwartość na nowe bodźce, płynące ze środowiska, doświadczenia, akceptacja nowości;
- zmniejszenie oporu przed nieznanymi zadaniami;
- pozytywne reakcje na konsekwencję i stawianie granic ze strony specjalistów;
- wzrost samodzielności w pokonywaniu trudności;
- wzrost samodzielności w zakresie czynności samoobsługowych i higienicznych.

U 5 uczestników zaobserwowano negatywne zmiany, związane z udziałem w projekcie, są to:

- nasilenie fiksacji, echolalii i nieprawidłowych nawyków ruchowych oraz werbalnych, na co może mieć wpływ obserwacja zachowań niepożądanych u innych osób i napięcie z tym związane;
- pojawienie się agresji werbalnej oraz niewerbalnej względem opiekunów i innych uczestników, co jest związane z nadmiarem bodźców zewnętrznych, silnym napięciem emocjonalnym podczas oczekiwania na bieżące wydarzenia w trakcie pobytu w lesie, a także występowaniem negatywnych zachowań u innych osób;
- silne reakcje emocjonalne, związane z koniecznością dostosowania się do poleceń, co może mieć związek z brakiem granic i konsekwencji w życiu codziennym dzieci oraz błędnym stosowaniem nagród behawioralnych.

Obserwowane negatywne efekty u uczestników mogą również wynikać ze specyfiki zaburzeń występujących u dzieci, np. trudności w akceptacji zmian i nowości, a także z obserwacji negatywnych zachowań innych uczestników i chęci uzyskania indywidualnej oraz stałej opieki specjalistów. Nie bez znaczenia pozostaje również fakt, iż wpływ na beneficjentów projektu na środowisko naturalne, zajęcia stymulujące wszechstronny rozwój, ale także grupa rówieśnicza, która jest silnym ogniwem kształtowania osobowości, postaw i zachowań u dzieci.

U 14 osób nie zaobserwowano istotnych zmian w funkcjonowaniu, co może wynikać z relatywnie wysokich kompetencji społecznych i osobistych lub niskiej frekwencji udziału w projekcie.”

Poza wyżej cytowaną oceną projektu Poradnia przedstawiła też szczegółowe diagnozy każdego z uczestników programu „Leczymy lasem” (dane chronione ustawą o ochronie danych osobowych). Z dodatkowych ankiet ewaluacyjnych, które wypełnili pracownicy PPP wynika, że:

- program jest dobrze dostosowany do potrzeb i możliwości uczestników (100%),
- wyjazdy przebiegają w sprzyjającej atmosferze do przeprowadzania zajęć terapeutycznych w dwóch grupach wiekowych (100%),
- wyjazdy powinny być kontynuowane, ponieważ pozytywnie wpływają na funkcjonowanie dzieci (100%),
- u dzieci zaobserwowali: obniżenie napięcia mięśniowego i wyciszenie, dostosowywanie się do norm przyjętych w grupie, zmniejszenie fiksacji, zwiększenie kompetencji społecznych.

### 3. Ocena realizacji programu przez Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Radomsku

„W pierwszym cyklu projektu „Leczymy lasem”, realizowanym od 25.08.2017 r. do 17.11.2017r., uczestniczyło łącznie 22 uczniów Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego oraz 5 uczniów z innych placówek. Dzieci – podzielone na dwie grupy w zależności od wieku i schorzenia - uczestniczyły w wyjazdach do lasu oraz odbywających się tam zajęciach, z częstotliwością 1 raz na dwa tygodnie.

Jako nauczyciele i opiekunowie tych grup możemy stwierdzić, że realizatorzy projektu w bardzo dobrym stopniu zatroszczyli się o atrakcyjność wyjazdów, zapewnienie bezpieczeństwa podczas zajęć oraz dobre samopoczucie uczestników. Wyjazd oprócz walorów typowo terapeutycznych pełnił rolę dydaktyczną. Nasi uczniowie mogli kształcić swoją samodzielność, doskonalić umiejętność prawidłowych zachowań w miejscach użyteczności publicznej w sposób praktyczny. Uczyli się współpracy w nowej grupie oraz współodpowiedzialności za nią.

Same zajęcia terapeutyczne odbywające się w otoczeniu lasów wpływały na uczniów wyciszająco i stymulująco. Uczniowie mieli możliwość systematycznego uwrażliwiania własnych zmysłów (wzroku, słuchu i dotyku). U zdecydowanej większości beneficjentów dostrzegamy pozytywne zmiany w zakresie własnej samooceny, aktywności, otwartości oraz uwrażliwiania na dźwięki otaczającego nas świata. Dźwięki lasu oraz jego mikroklimat wpływają na nich odprężająco i odstresowująco. Jednocześnie każdy uczeń może dzięki różnorodności proponowanych aktywności, odnaleźć to co go interesuje i lubi robić. Poszczególne te elementy w pozytywny sposób budują samoocenę uczniów, która prawidłowa jest fundamentem prawidłowego funkcjonowania w życiu.”

Poza wyżej zacytowaną oceną projektu SOSW przedstawił też szczegółowe diagnozy każdego z uczestników programu „Leczymy lasem” (dane chronione ustawą o ochronie danych osobowych). Wynika z nich m.in., że uczniowie aktywnie i radośnie uczestniczyli w zajęciach prowadzonych w lesie, cieszyli się z kontaktów z innymi, coraz bardziej się otwierali, wzrastała ich empatia do osób słabszych oraz samoocena, i samodzielność. Ponadto u niektórych osób zaobserwowano także poprawę frekwencji szkolnej, rzadziej pojawiające się problemy zdrowotne, czy rzadsze symulowanie dolegliwości w celu zwrócenia na siebie uwagi. Nauczyciele zwrócili uwagę, że niektórzy uczniowie z autyzmem wolniej adaptują się do zajęć w obcym miejscu i wśród osób mniej znanych i ich zdaniem zasadnym byłoby zorganizowanie odrębnych zajęć dla dzieci z podobnym dysfunkcjami. W jednym przypadku zasugerowali, aby uczeń jeździł na wyjazdy bez mamy, co mogłoby umożliwić dziecku pracę z terapeutą lub innym uczniem.

Z ankiet, które wypełnili nauczyciele SOSW, opiekujący się dziećmi podczas wyjazdów wynika, że:

- program jest dobrze dostosowany do potrzeb mi możliwości uczestników (100%),
- wyjazdy przebiegają w sprzyjającej atmosferze do przeprowadzania zajęć terapeutycznych w dwóch grupach wiekowych (100%),
- wyjazdy powinny być kontynuowane, ponieważ pozytywnie wpływają na funkcjonowanie dzieci (100%),
- u dzieci specjaliści zaobserwowali: kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, wyciszenie i rozładowanie emocji, wzrost samoakceptacji, uspołecznienie, integracja, zwiększenie aktywności fizycznej, uwrażliwienie na ochronę przyrody.

#### 4. Ocena realizacji programu przez rodziców / opiekunów

W programie uczestniczy łącznie 27 dzieci niepełnosprawnych, a ankiety wypełnili rodzice 21 z nich (osoby, których opiekunowie nie wypełnili ankiet, najrzadziej brały udział w wyjazdach). Należy dodać, że 15 rodziców uczestniczyło przynajmniej w kilku wyjazdach.

Na pytanie 1: „Czy organizacja programu była dostosowana do potrzeb i możliwości zdrowotnych uczestników?” wszyscy ankietowani odpowiedzieli „tak”.

Na pytanie 2: „Czy podczas zajęć panowała dobra atmosfera sprzyjająca współpracy wszystkich uczestników programu?” wszyscy ankietowani odpowiedzieli „tak”

Na pytanie 3 „Czy są Państwo zadowoleni z wyjazdów i uważają, że powinny być kontynuowane?” wszyscy ankietowani odpowiedzieli „tak”.

Prosiłiśmy również w tym pytaniu o napisanie dlaczego, oto udzielone odpowiedzi:

- Możliwość przebywania dziecka podczas terapii na świeżym powietrzu pod okiem wychowawców, dziecko jest zadowolone i chętnie oczekuje kolejnego wyjazdu.
- Syn wracał zadowolony, bardzo mu się podobał wyjazd do lasu.
- Zawsze to nowe doświadczenie dla dzieci.

Na pytanie 4: „Jak Pani/Pan ocenia sposób prowadzenia i przygotowanie osób prowadzących zajęcia terapeutyczne?” 16 osób odpowiedziało „dobrze”, a 5 nie miało zdania, nie było odpowiedzi negatywnych.

Na pytanie 5: „Czy zauważyli Państwo pozytywne zmiany w codziennym funkcjonowaniu dziecka, od momentu rozpoczęcia wyjazdów terapeutycznych do lasu?” 17 osób odpowiedziało „tak”, dwie osoby udzieliły odpowiedzi „nie”, a dwie „nie wiem”.

Prosiłiśmy również w tym pytaniu o wypisanie korzyści z udziału dziecka w programie, oto udzielone odpowiedzi:

- Poprawa koncentracji, spostrzegawczości, większe zwracanie uwagi na otoczenie, naturę, poprawa kondycji fizycznej dzięki spacerom.
- Lepsze uspołecznienie, zadowolenie z zabaw, poprawa w komunikacji dzieci.
- Dziecko jest bardziej radosne, uspołecznione, zawsze pyta kiedy znów będzie wyjazd do lasu.
- Syn więcej mówi, czuje się bardzo dobrze podczas wyjazdów i codziennie rano mówi, że nie chce jechać do szkoły, tylko do lasu.
- Zintegrowanie z grupą, nawiązanie nowych przyjaźni, syn polubił wyjazdy do lasu.
- Córka bardzo chętnie chce wyjeżdżać, jest zadowolona i szczęśliwa.
- Syn stał się bardziej wyciszony, w miarę samodzielny.
- Syn stał się troszkę bardziej dojrzały emocjonalnie, mniej uzależniony od mamy.
- Syn stał się przyjazny, chętnie bywa w grupie, zawsze wracał zadowolony z wyjazdów.
- Syn jest po wyjeździe wyciszony, korzystnie wpływa to na samopoczucie dziecka.

Na pytanie 6: „Czy zauważyli Państwo negatywny wpływ wyjazdów terapeutycznych na dzieci?” wszystkie udzielone odpowiedzi brzmiały „nie”.

Kolejne trzy pytania były otwarte, poprosiliśmy w nich rodziców o udzielenie informacji co im się podobało w realizacji programu, czego zabrakło i o inne uwagi dotyczące wyjazdów.

Rodzice głównie pisali o pozytywnych stronach programu, oto udzielane odpowiedzi:

- Nastrój dziecka po powrocie był pozytywny
- Zajęcia na łonie natury, możliwość integracji z naturą i różnymi osobami, gry i zabawy muzyczne i ruchowe, możliwość usamodzielniania się dziecka, rozwijanie spostrzegawczości.
- Spacerzy i zabawy w lesie, kreatywność prowadzących zajęcia, wesoła atmosfera.
- Zaangażowanie dzieci w zabawy prowadzone przez wychowawców.
- Spacerzy po lesie, zajęcia terapeutyczne, ogólne zabawy. Wszystko było znakomicie wykonane i dobrze zorganizowane.
- Najbardziej podoba mi się to, że jest dużo terapeutów, praktycznie indywidualne podejście do dziecka. Chciałabym, aby wyjazdy nadal były realizowane.
- Podobał mi się program, ponieważ dzieci miały kontakt z lasem, zbierali grzyby, szyszki, syn wracał zadowolony.
- Program dopasowany do możliwości dzieci, duże zaangażowanie opiekunów.
- Dostosowanie programu pod dziecko, czyli każde ma zapewnione zajęcia, przyjazna atmosfera. - Obecność terapeutów, zajęcia na świeżym powietrzu, dziecko nie jest zamknięte w domu.
- Możliwość usamodzielniania się, kontakt z przyrodą – zajęcia na świeżym powietrzu, możliwość poznania okolic, dobra organizacja czasu w czasie wyjazdów.
- Sposób odnoszenia się terapeutów do dzieci, miła atmosfera.
- Pomysł przebywania dziecka na łonie natury oraz możliwość terapii z innymi dziećmi niepełnosprawnymi.

Pojawiły się tylko dwie uwagi dotyczące wprowadzenia zmian w realizacji programu, oto one:

- Wydaje mi się, że powinny być grupy mieszane, a terapeuci jeździć w tym samym autokarze.

## 5. Wskazania dla organizatorów wyjazdów w ramach programu „Leczymy lasem”

- stwarzanie warunków do unikania nadmiaru bodźców;
- przydzielenie odrębnych opiekunów 5 podopiecznym, którzy negatywnie oddziałują na pozostałych (naśladownictwo);
- wprowadzenie systemu umownych nagród i kar;
- kontynuacja wyjazdów i konsekwencja opiekunów w postępowaniu wobec uczestników przez kadrę i rodziców.

### **III. EWALUACJA KOŃCOWA PROGRAMU „LECZYMY LASEM”**

#### **1. Informacje ogólne**

Fundacja realizowała autorski program „Leczymy lasem” w partnerstwie z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną w Radomsku, Specjalnym Ośrodkiem Szkolno-Wychowawczym w Radomsku oraz Lasami Państwowymi. Polegał on na organizacji cyklicznych wyjazdów terapeutycznych dla dzieci niepełnosprawnych i prowadzeniu leczenia w naturalnym środowisku.

Beneficjentami programu byli:

- dzieci w wieku od 7 do 24 lat, posiadające orzeczenie o niepełnosprawności intelektualnej;
- rodzice i opiekunowie prawni ww. dzieci
- wychowawcy z ośrodka specjalnego.

W programie udział wstępnie zadeklarowało 31 rodziców niepełnosprawnych beneficjentów, jednak z różnych powodów 4 osoby nie uczestniczyły w wyjazdach. Spośród 27 osób, które stałe brały udział w terapii na łonie natury, zdecydowana większość została wstępnie zdiagnozowana w Poradni przed udziałem w projekcie, a kilka osób brało udział bez diagnozy, głównie z tego powodu, że doszli w trakcie trwania projektu.

Program był realizowany w dwóch etapach:

- a. 25.08. – 15.11.2017r. (przeprowadzono 12 wyjazdów do Nadleśnictw Spała i Złoty Potok);
- b. 15.03. - 20.04.2018r. (przeprowadzono 7 wyjazdów do Nadleśnictw Przedbórz i Złoty Potok).

W pierwszym etapie uczestnicy byli podzieleni na dwie grupy wyjazdowe (młodsza i starsza) i każda jeździła na terapię w naturalnym środowisku co dwa tygodnie. W drugim etapie wyraźnego podziału na grupy już nie było, bowiem:

- a. zgodnie z sugestiami specjalistów, które pojawiły się po pierwszej ocenie programu, w wyjazdach uczestniczyło więcej rodziców i ze względu na zapewnioną opiekę łatwiej było zabierać jednorazowo większą ilość osób niepełnosprawnych;
- b. ze względu na pogodę uczestniczyły w wyjazdach wszystkie dzieci, które akurat były zdrowe.

Zajęcia grupowe i indywidualne były prowadzone w naturalnym środowisku i polegały na aktywizacji dzieci oraz ich rodziców i opiekunów. W trakcie wyjazdów terapeutycznych specjaliści obserwowali zachowania dzieci, prowadzili badania, analizowali je i wprowadzali na bieżąco zmiany w programie.

W każdym wyjeździe brali udział:

- 8-14 niepełnosprawnych uczestników programu,
- 4 specjalistów z Poradni, 2 opiekunów z SOSW, 1-2 pracowników Fundacji,
- 3-10 rodziców / opiekunów.

Każdy wyjazd trwał 5-6 godzin – na ten czas składały się dojazdy, zajęcia i posiłki. Specjaliści z poradni prowadzili zaplanowane zajęcia terapeutyczne (1-1,5 godz.), pedagodzy z ośrodka specjalnego organizowali zajęcia ruchowe i artystyczne oraz spacer (1-1,5 godz.). Podczas pogody bezdeszczowej zajęcia odbywały się głównie na powietrzu, w czasie deszczu – uczestnicy programu korzystali z wiat i budynków udostępnianych przez nadleśnictwa.

## 2. Podsumowanie programu przez specjalistów z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Radomsku.

W trakcie dwóch spotkań zorganizowanych przez Fundację Przyjazna Planeta rodzice wypełnili ankiety ewaluacyjne dotyczące realizacji programu „Leczmy Lasem” (obserwacja zmian zaistniałych u swoich dzieci oraz ewaluacja pracy specjalistów Poradni). Uzyskano dane z 22 ankiet (jeden rodzic wypełnił ankietę wspólnie dla dwójki własnych dzieci). 8 rodziców nie zgłosiło się na spotkanie i w związku z tym nie zostały wypełnione przez nich ankiety ewaluacyjne. Informacje dotyczące zmian w zachowaniu dzieci zostały przedstawione poniżej w szczegółowym opisie każdego beneficjenta. Wzór ankiety ewaluacyjnej w załączniku nr 1.

### Ocena procentowa pracy specjalistów

Jak oceniają Państwo zajęcia prowadzone przez pracowników Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w ramach programu "Leczmy lasem"? Proszę ocenić poszczególne ich aspekty w skali od 1 do 5, gdzie 5, to ocena najwyższa, a 1 - najniższa.

- dostosowanie zajęć do potrzeb i możliwości uczestników: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 14% 4 - 5% 5 - 81%
- atrakcyjność i różnorodność zajęć: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 0% 4 - 5% 5 - 86%
- przygotowanie osób prowadzących: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 9% 4 - 9% 5 – 91%
- kontakt osób prowadzących z uczestnikami: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 0% 4 - 23% 5 – 77%
- zainteresowanie uczestników: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 0% 4 - 36% 5 – 64%
- zaangażowanie i aktywność uczestników: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 4% 4 - 32% 5 – 64%
- atmosfera podczas zajęć: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 4% 4 - 4% 5 – 91%
- wpływ zajęć na funkcjonowanie uczestników: 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 4% 4 - 18% 5 – 78%

**Ogólna ocena** współpracy z Poradnią Psychologiczno - Pedagogiczną w ramach programu "Leczmy lasem": 1 – 0 % 2 - 0 % 3 - 0% 4 - 18% 5 – 82%

### Pozytywne efekty udziału w programie

Podczas pierwszej edycji programu zaobserwowano poprawę funkcjonowania u 9 osób. W drugiej edycji liczba ta wzrosła do 16 uczestników. Obserwowane pozytywne zmiany związane z udziałem w projekcie „Leczmy Lasem.” Są to głównie:

- zmniejszenie zachowań autoagresywnych i stereotypowych;
- integracja z innymi, umiejętność dostrzegania potrzeb innych osób;
- konstruktywne sposoby wyrażania emocji i swoich potrzeb;
- akceptacja zmian pojawiających się w życiu codziennym uczestników oraz łatwiejsze przystosowywanie się do nowych sytuacji;



- zmniejszenie napięcia emocjonalnego podczas wyjazdów;
- większa otwartość na nowe bodźce płynące ze środowiska, doświadczenia, akceptacja nowości;
- zmniejszenie oporu przed nieznanymi zadaniami;
- pozytywne reakcje na konsekwencję i stawianie granic ze strony specjalistów;
- wzrost samodzielności w pokonywaniu trudności;
- wzrost samodzielności w zakresie czynności samoobsługowych i higienicznych.
- zwiększenie zakresu słownictwa biernego, czynnego oraz repertuaru gestów służących komunikacji z innymi,
- poprawa kondycji fizycznej, zwiększenie odporności organizmu,
- wzrost aktywności w życiu codziennym związanym z wykonywaniem podstawowych obowiązków domowych,
- poprawa w zakresie koncentracji uwagi, spostrzegawczości,
- zwiększenie zdolności dostosowywania się do zasad i reguł panujących w grupie oraz umiejętności wykonywania poleceń,
- poprawa zdolności wyrażania własnej opinii, akceptacji własnej osoby.

### Negatywne efekty udziału w programie

Podczas pierwszej edycji u 5 uczestników zaobserwowano negatywne zmiany związane z udziałem w projekcie „Leczymy Lasem.” Są to głównie:

- nasilenie fiksacji, echolalii i nieprawidłowych nawyków ruchowych oraz werbalnych na co może mieć wpływ obserwacja zachowań niepożądanych u innych osób i napięcie z tym związane;
- pojawienie się agresji werbalnej oraz niewerbalnej względem opiekunów i innych uczestników, co jest związane z nadmiarem bodźców zewnętrznych, silnym napięciem emocjonalnym podczas oczekiwania na bieżące wydarzenia w trakcie pobytu w lesie, a także występowaniem negatywnych zachowań u innych osób;
- silne reakcje emocjonalne związane koniecznością dostosowania się do poleceń co może mieć związek z brakiem granic i konsekwencji w życiu codziennym dzieci oraz błędnym stosowaniem nagród behawioralnych.

Obserwowane negatywne efekty u uczestników mogą również wynikać ze specyfiki zaburzeń występujących u dzieci, np. trudnościami w akceptacji zmian i nowości, a także z obserwacji negatywnych zachowań innych uczestników i chęci uzyskania indywidualnej oraz stałej opieki specjalistów. Nie bez znaczenia pozostaje również fakt, iż wpływ na beneficjentów projektu na środowisko naturalne, zajęcia stymulujące wszechstronny rozwój, ale także grupa rówieśnicza, która jest silnym ogniwem kształtowania osobowości, postaw i zachowań u dzieci.



W drugiej części programu uwzględniono wnioski i rekomendacje specjalistów Poradni z pierwszej edycji. W związku z tym wdrożono działania mające na celu eliminację zachowań negatywnych u beneficjentów, co spowodowało poprawę w zakresie ich funkcjonowania. Efektem tego był brak występowania zachowań niewłaściwych u uczestników programu. U żadnego z nich nie zaobserwowano zmian negatywnych.

W pierwszej edycji u 14 osób nie zaobserwowano istotnych zmian w funkcjonowaniu. Podczas drugiej edycji zmniejszyła się liczba osób funkcjonujących na tym samym, co wyjściowy poziomie, nie zaobserwowano zmian w zachowaniu u 9 uczestników programu.

Brak widocznych pozytywnych efektów może wynikać z relatywnie wysokich kompetencji społecznych i osobistych beneficjentów lub niskiej frekwencji udziału w projekcie.

### Wnioski końcowe Poradni:

- uczestnicy wyjazdów mieli zapewnioną opiekę i pomoc wykwalifikowanej kadry nauczycielskiej,
- specjaliści Poradni dokonywali obserwacji i ewaluacji uczestników programu w trakcie bieżącej pracy podczas pobytu w lesie oraz udziału w zajęciach dydaktycznych prowadzonych przez specjalistów Poradni,
- zajęcia dydaktyczne mające na celu stymulację i poprawę funkcjonowania uczestników były przeprowadzane podczas każdego wyjazdu,
- na ewaluację oraz wdrożone działania specjalistów Poradni miały wpływ także informacje zwrotne uzyskiwane od rodziców /opiekunów/, pracowników Fundacji i nauczycieli SOS-W,
- każdorazowo po przeprowadzonych zajęciach oraz spacerze w lesie specjaliści Poradni dokonywali oceny punktowej funkcjonowania uczestników oraz sporządzali sprawozdanie z wyjazdu,
- w pierwszej edycji programu rodzice wypełniali ankiety ewaluacyjne oceniające zajęcia dydaktyczne, podczas drugiej edycji rodzice mieli możliwość oceny zajęć specjalistów Poradni zawartej w końcowej ankiecie ewaluacyjnej,
- z uwagi na zmieniającą się frekwencję uczestników oraz rotację beneficjentów występowały trudności w zakresie wdrożenia działań naprawczych,
- z ankiet ewaluacyjnych wynika, iż wszyscy rodzice zaobserwowali korzyści płynące z programu „Leczymy Lasem”. Opiekunowie wymienili następujące korzyści udziału w programie:
  1. uczestnicy stali się bardziej otwarci na nowe otoczenie;
  2. dzieci stają się bardziej wyciszone dzięki możliwości kontaktu z naturą;
  3. poprawa integracji z grupą oraz nawiązanie nowych znajomości wśród rodziców i opiekunów, sprzyjających wzajemnej wymianie doświadczeń oraz uzyskiwania wsparcia;
  4. zwiększenie ogólnej kondycji fizycznej oraz samodzielności;
  5. możliwość oderwania się od codzienności poprzez aktywny wypoczynek na świeżym powietrzu.

### 3. Podsumowanie programu przez pedagogów Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Radomsku.

Podczas dwóch cykli projektu „Leczmy lasem” realizowanych od 25.8.2018r do 20.04.2018r. uczestniczyło łącznie 27 uczniów. Beneficjenci podzieleni byli na dwie grupy terapeutyczne, w zależności od wieku i niepełnosprawności. Po przeprowadzeniu częściowej ewaluacji i uwzględnieniu jej wyników- zmieniono przydział dzieci do grup uwzględniając ich indywidualne możliwości psychofizyczne, co nie było możliwe na początku realizacji projektu. Diagnostujący znał bowiem wtedy podopiecznych z funkcjonowania na terenie klasy szkolnej i znanej dziecku grupy klasowej. Dzieci uczestniczyły w cyklicznych wyjazdach do lasu z częstotliwością raz na dwa tygodnie.

Podsumowując kilka miesięcy pracy z dziećmi dydaktycznej i terapeutycznej poza murami szkoły możemy w bardzo pozytywny sposób zaopiniować pomysł realizacji projektu, jego walory psychoedukacyjne, jak i samą jego realizację. Fundacja zatroszczyła się o atrakcyjność wyjazdów, korzystając każdorazowo z coraz lepszej bazy Nadleśnictw, w których odbywały się zajęcia, o bezpieczeństwo każdego uczestnika, jego dobre samopoczucie oraz poczucie, że jest ważnym i potrzebnym członkiem grupy.

Nasi uczniowie poza zajęciami prowadzonymi przez pracowników PPP w Radomsku, a pełniącymi rolę terapii, uczyli się wielu ważnych zachowań niezbędnych do prawidłowego i aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Przede wszystkim nabywali umiejętności odnajdywania się w nowych miejscach, radzenia sobie w czynnościach samoobsługowych, korzystania z miejsc użyteczności publicznej, pozostawiania po sobie porządku oraz współodpowiedzialności za grupę.

Zajęcia, które odbywały się w otoczeniu zieleni, z pewnością przybierały dla uczestników formę bardziej zabawy, gdyż pozbawione były znamion nudnej ławki. Można pokusić się więc o stwierdzenie, że była to edukacja i terapia przez zabawę. Otoczenie lasów wpływało na uczniów wyciszająco i stymulująco. Podopieczni mieli możliwość uwalniania własnych zmysłów na piękno otaczającego świata. U naszych uczniów, którzy objęci byli programem „Leczmy lasem” dostrzegamy pozytywne zmiany dotyczące ich zachowań, własnej samooceny, umiejętności współpracy w grupie. U dzieci najstarszych – utrzymanie osiągniętego poziomu funkcjonowania, co jest także sukcesem, gdyż istnieje możliwość regresu funkcjonowania dziecka ze znaczną niepełnosprawnością intelektualną oraz autyzmem.

W naszej ocenie dobrym połączeniem zajęć prowadzonych przez psychologów, było rozszerzenie ich o zajęcia arteterapeutyczne. Uczniowie bardzo chętnie wykonywali prace plastyczne oraz uczestniczyli w zajęciach ruchowych przy muzyce, czy samych sportowych. Zajęcia te wpływały pozytywnie na ćwiczenia motoryki dużej i małej, ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowo-słuchowej oraz reagowania na określone sygnały i komendy. Zajęcia sprawiały uczestnikom dużo radości, odprężyły ich i odstresowały. Poszczególne te elementy w pozytywny sposób budowały samoocenę uczniów, która prawidłowa jest fundamentem prawidłowego funkcjonowania w życiu.

Poniżej przedstawiamy szczegółowe diagnozy uczestników programu „Leczmy lasem”. 22 z nich to uczniowie SOSW w Radomsku i znamy ich bardzo dobrze, w związku z tym zawierają bardziej szczegółowe dane. Pozostali uczestnicy wyjazdów zostali ocenieni na podstawie obserwacji, dokonanej tylko podczas wyjazdów terapeutycznych do lasu.

***Szczegółowa ocena beneficjentów programu „Leczmy lasem” dostępna tylko dla rodziców, Fundacji, Poradni i Ośrodka.***

## IV. OPINIA EKSPERTA NA TEMAT PROGRAMU „LECZYMY LASEM” - MAŁGORZATA SPENDEL

Katowice, 2018-07-20

Z analizy opisu programu „Leczymy lasem” wynika, że Projekt został zrealizowany wspólnie przez Fundację Przyjazna Planeta, Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną i Specjalny Ośrodek Szkolno – Wychowawczy w Radomsku oraz Lasy Państwowe. Jest to nowatorska i pierwsza w Polsce metoda leczenia i usprawniania dzieci niepełnosprawnych w naturalnym środowisku.

Na etapie planowania trafnie określono główny problem, który miał być rozwiązany poprzez projekt. Punktem wyjścia było zebranie informacji o danej kwestii. Autorzy projektu korzystali z wiedzy teoretycznej i praktycznej dostępnej w kraju i za granicą. Wykazano, że las bardzo pozytywnie i wielozmysłowo oddziałuje na dzieci niepełnosprawne. Podjęte działania terapeutyczne okazały się trafnie dobrane i bardzo skuteczne.

Beneficjentami Programu byli: dzieci i młodzież w wieku od 7 do 24 lat (posiadający orzeczenie o niepełnosprawności intelektualnej z dodatkowo stwierdzonym zespołem Downa lub autyzmem), ich rodzice/ opiekunowie prawni oraz wychowawcy z ośrodka specjalnego.

Cele Programu zostały określone zgodnie z regułą SMART. Jasne i konkretne określenie celów projektu umożliwiło wyznaczenie jasnych i konkretnych efektów czyli rezultatów. To pozwoliło również na ich osiągnięcie.

Opisane działania podjęte w trakcie realizacji programu umożliwiły zastosowanie skutecznych metod pracy z dziećmi i młodzieżą. Metody zostały dobrane do ich indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych.

Program był realizowany zgodnie z metodologią programów edukacyjno - terapeutycznych. Zabawy i działania terapeutyczne usprawniły sferę ruchową, poznawczą oraz emocjonalno-społeczną uczestników. Zajęcia i zabawy dostosowano do możliwości uczestników w zakresie metod i form oraz stymulowano rozwój w oparciu o zasady pogłębienia, przystępności, łączenia teorii z praktyką, trwałości wiedzy i umiejętności, samodzielności i współpracy rówieśniczej.

Realizatorzy programu na bieżąco monitorowali skuteczność oddziaływań terapii lasem na uczestników i wprowadzali odpowiednie korekty. Przeprowadzono dwie spójne i rzetelne analizy badania ankietowego skierowanego do rodziców oraz oceny funkcjonowania osób z niepełnosprawnością intelektualną przeprowadzone przez pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznej oraz wychowawców ośrodka szkolno-wychowawczego.

### Podsumowanie

Pomysł terapii/leczenia dzieci niepełnosprawnych lasem jest bardzo kreatywny i nowatorski. Oprócz jego walorów zdrowotnych, warte zauważenia są działania ukierunkowane na poprawę funkcjonowania poznawczego i emocjonalno-społecznego osób niepełnosprawnych. Oddziaływanie terapeutyczne lasu jest niepodważalne, to najlepsza i najskuteczniejsza terapia integracji sensorycznej dzieci.

Realizatorom Programu udało się zaktywizować w realizacji działań rodziców dzieci niepełnosprawnych. Jest to bardzo ważna kwestia prognostyczna - po zakończeniu programu rodzice będą kontynuowali oddziaływania terapeutyczne swoich dzieci w naturalnym środowisku.

Ważnymi aspektami programu są kwestie spojrzenia na niepełnosprawnych i ich rodziny:

- społeczny model niepełnosprawności – zamiast deficytów czy specjalnych potrzeb edukacyjnych koncentracja na barierach w procesie edukacji,
- uczenie się oparte na współpracy z innymi – uczniowie pomagają sobie na różne sposoby – przy elastycznym i dobrze pomyślanym podziale uczniów na odpowiednie grupy,
- rozwiązywanie problemów w oparciu o współpracę z innymi; uwzględnia ono systematyczną pracę nauczyciela nad sprawnym zarządzaniem aktywnością uczniów podczas zajęć,
- podział uczniów na grupy „wewnętrznie zróżnicowane” oraz zindywidualizowane podejście do potrzeb każdego z uczniów.

**Rekomenduję kontynuację programu w kolejnych latach w przedszkolach, szkołach i placówkach.**

**Przygotowanie do takiej pracy z osobami niepełnosprawnymi powinno być integralną częścią studiów pedagogicznych oraz tematem szkoleń doskonalących dla pracujących nauczycieli.**

### **Małgorzata Spendeł**

*Posiada 36 letnie doświadczenie w pracy psychologicznej, w tym diagnostyczno – terapeutycznej z dziećmi i młodzieżą, realizuje autorskie programy szkoleń dla nauczycieli w dziedzinie specjalnych potrzeb edukacyjnych m.in. uczniów z niepełnosprawnością. Członek Zespołu do spraw specjalnych potrzeb edukacyjnych, powołanego przez Ministra Edukacji Narodowej).*

## V. OPINIA EKSPERTA NA TEMAT PROGRAMU „LECYMY LASEM” - DR. N. HUM. RADOSŁAW PIOTROWICZ

Warszawa, 2018-07-15

Program terapeutyczny dla dzieci niepełnosprawnych „Leczymy lasem” (w opracowaniu Wiesław Kamiński, Aneta Niedźwiecka - Fundacja Przyjazna Planeta) ma uzasadnienie pedagogiczne, społeczne i stanowi innowację pedagogiczną. Program został przygotowany i był realizowany przez zespół legitymujący się doświadczeniem merytorycznym oraz metodycznym, co znajduje odbicie w konstrukcji programu, doborze treści nauczania oraz dokonanej ewaluacji. Rozumienie osoby z niepełnosprawnością, jako aktywnego podmiotu w procesie uczenia się, umiającego samodzielnie i celowo działać przy zapewnieniu optymalnych warunków wsparcia, jest podstawową, a jednocześnie prawidłową osią konstrukcji programu.

Opracowany program stanowi odniesienie do tradycyjnej edukacji, bazującej na uczeniu w naturalnym środowisku ucznia. Program jest zgodny z założeniami edukacji przez przyrodę. Edukacja przez przyrodę polega na bezpośrednim jej oddziaływaniu na osobę niezależnie (mimowolnie) i zależnie (dowolnie) od jej działań. Samo spontaniczne niezorganizowane obcowanie z przyrodą ma charakter edukacyjny. Szczególną rolę, choć często niedocenianą pełni las. Badania naukowe (za wydziałem Biologii UWM w Olsztynie) udowodniły, że nawet krótki pobyt w lesie powoduje wyraźny spadek hormonu stresu. Spacer wśród drzew, nazywany „leśną kąpielą” pozwala zachować równowagę psychiczną, wzmacnia układ odpornościowy i pobudza organizm do odnowy. Docenienie roli lasu w postaci opracowanego programu jest ważnym i istotnym, zasługującym na uznanie wkładem w edukację i terapię osób z niepełnosprawnością. Założeniem tak przyjętego stanowiska edukacji przez przyrodę jest: zrozumienie otaczających zjawisk, kształtowanie umiejętności adaptacji do otoczenia, aktywizowanie do działania (ekspresja słowna, ruchowa, artystyczna) oraz konstruowanie rzeczywistości w swoim najbliższym środowisku (współdecydowanie, współdzielenie, kreatywność). Stąd mają uzasadnienie zastosowane aktywne, waloryzacyjne oraz terapeutyczne metody uczenia i zdobywania sprawności. Analizowany program „Leczymy lasem” jest przemyślanym, spójnym, celowym i zorganizowanym działaniem dydaktyczno-terapeutycznym, realizowanym w formie cyklicznych wyjazdów terapeutycznych do lasu dla dzieci niepełnosprawnych. Zatem ocena programu jest wysoka. Koncepcja programu pod względem pedagogicznym spełnia wymagania programu edukacyjnego i terapeutycznego.

Jasno zostały określone cele programu oraz formy ich realizacji. Analizowany program zbudowany jest wokół trafnie określonych założeń terapeutycznych jakimi są: stymulowanie ogólnej sprawności organizmu w zakresie kondycji i wytrzymałości fizycznej, korygowanie deficytów rozwojowych, rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych, kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach nowych i trudnych oraz korygowania własnych zachowań w naturalnym środowisku. Program zawiera propozycje scenariuszy zajęć, które są podstawą organizacji zajęć. Treści i zadania programowe są zgodne z założeniami edukacji społecznej, przyrodniczej, technicznej, wychowania fizycznego w podstawie programowej.

Analizowany program został pozytywnie zweryfikowany w trakcie realizacji z 27 osobami w wieku od 7 do 24 lat, posiadających aktualne orzeczenie o niepełnosprawności, zwłaszcza intelektualnej.



Beneficjentami programu są również rodzice i opiekunowie prawni, którzy uczestniczyli w części wyjazdów terapeutycznych oraz wychowawcy ze specjalnego ośrodka szkolno-wychowawczego. Na ewaluację programu składały się dwie spójne i rzetelne analizy: badania ankietowego skierowanego do rodziców oraz oceny funkcjonowania osób z niepełnosprawnością intelektualną przeprowadzone przez pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznej oraz wychowawców ośrodka szkolno-wychowawczego. Pierwsza ewaluacja miała na celu weryfikację programu przez wprowadzenie zmian w celu poprawy efektywności programu, druga zaś końcowa została dokonana po 19 spotkaniach terapeutycznych. W drugiej części programu uwzględniono wnioski i rekomendacje specjalistów Poradni z pierwszej edycji. W związku z tym wdrożono działania mające na celu eliminację zachowań negatywnych u części uczestników, co spowodowało poprawę w zakresie ich funkcjonowania. Efektem tego był brak występowania zachowań niewłaściwych u uczestników programu. U żadnego z nich nie zaobserwowano zmian negatywnych. W pierwszej edycji u 14 osób nie zaobserwowano istotnych zmian w funkcjonowaniu. Podczas drugiej edycji zmniejszyła się liczba osób funkcjonujących na tym samym, co wyjściowy poziomie, nie zaobserwowano zmian w zachowaniu u 9 uczestników programu. Brak widocznych pozytywnych efektów może wynikać z relatywnie wysokich kompetencji społecznych i osobistych beneficjentów lub niskiej frekwencji udziału w projekcie. Należy jednak podkreślić, że uczestnikami są osoby z zróżnicowanym rozpoznaniem klinicznym i poziomie funkcjonowania społecznego. Ponadto efektywność programu jest uzależniona od systematycznego, cyklicznego udziału. Każda osoba - uczestnik wymaga indywidualnego podejścia, czasu na adaptację oraz określenia dla niego kluczowego celu terapeutycznego.

#### Podsumowanie:

Tak więc program terapeutyczny „Leczenie lasem” jest naturalną formą wsparcia w rozwoju osób z niepełnosprawnością ukierunkowaną na naukę kluczowych umiejętności: reagowania na bodźce, adaptacja do nowych warunków, motywacja do działania, naśladownictwo, samoobsługa, współdziałanie, odpowiedzialność, komunikacja. Realizacja zajęć w lesie w sposób pozytywny wpływa zarówno na zdrowie fizyczne, relaksację, samopoczucie, odreagowanie na stres. Zarówno u uczniów jak i rodziców. Ponadto realizacja zajęć z uczestnikami oraz z rodzicami stanowi podstawę do budowania wzajemnych relacji, integracji społecznej.

Podsumowując opracowany program terapeutyczny „Leczenie Lasem” jest naturalną formą prowadzenia wieloprofilowej terapii dzieci, młodzieży i osób dorosłych. Stanowi podstawę do realizacji zajęć z zakresu integracji percepcyjno-motorycznej. Jest przeciwwagą dominującej specjalistycznej terapii w gabinetach. Program „Leczenie lasem” z powodzeniem może być realizowany z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi zarówno z niepełnosprawnością jak i pełnosprawnymi. Może być również skierowany do całych rodzin, jako okazja do integracji, do wspólnego spędzania czasu, relaksacji, promowania zdrowego trybu życia. Rekomenduję kontynuację programu w kolejnych latach, w placówkach edukacyjnych na różnych poziomach, placówkach rehabilitacji społeczno-zawodowej.

#### Radosław Piotrowicz

*dr n. hum., oligofrenopedagog, specjalista w zakresie rehabilitacji dzieci ze sprzężoną niepełnosprawnością, wczesnej interwencji, diagnosta, terapeuta, wykładowca w Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie. Członek Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Fundacja Wsparcie na Starcie, autor publikacji oraz redaktor serii wydawniczej Wczesna interwencja –pomoc dziecku i rodzinie.*

## ZAMIAST ZAKOŃCZENIA

W związku z powyższymi wynikami badań i opiniami, które udowadniają dobry wpływ terapii w lesie na zdrowie dzieci niepełnosprawnych, zarząd Fundacji Przyjazna Planeta w dniu 08.08.2018 r. podjął uchwałę o kontynuacji programu „Leczymy lasem” w roku szkolnym 2018 / 2019.

Fundacja zamierza przedstawić powyższe wyniki badań wszystkim możliwym instytucjom państwowym, zajmującym się osobami niepełnosprawnymi, jak: Ministerstwo Edukacji, Ministerstwo Zdrowia, czy Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Warto, by inne dzieci niepełnosprawne mogły również korzystać z terapii w naturze i by ośrodki szkolno – wychowawcze były zobowiązane do prowadzenia takich cyklicznych zajęć i miały na to pieniądze.

\*\*\*\*\*

## PARTNERZY PROGRAMU „LECYMY LASEM”



**Lasy Państwowe**  
DLA LASU, DLA LUDZI

\*\*\*\*\*

## FUNDACJA PRZYJAZNA PLANETA

Ustanowiona w dniu 25 maja 2016 r., a zarejestrowana w KRS 23 sierpnia 2016 r.

### Jak działamy?

- Pomagamy w powrocie do zdrowia dzieciom przewlekle chorym m.in. na ciężkie astmy, alergie, zespół Downa
- Podejmujemy wszelkie działania proekologiczne w celu poprawy stanu środowiska naturalnego

### Jak możesz nas wesprzeć?

- Zamawiając nasze usługi (badania i analizy techniczne, specjalistyczne projekty techniczne, pisanie wniosków o dotacje, organizowanie szkoleń i imprez, kreowanie wizerunku firm)
- Zostając wolontariuszem
- Przekazując darowizny rzeczowe lub wpłatę na konto

ul. Prymasa Wyszyńskiego 2/6, 97-500 Radomsko, [www.przyjaznaplaneta.com.pl](http://www.przyjaznaplaneta.com.pl)

Tel. 733 08 2016, e-mail: [przyjazna.planeta@interia.pl](mailto:przyjazna.planeta@interia.pl)

Nr konta Pekao SA 57 1240 3132 1111 0010 6962 2336

Numer KRS 0000633156, NIP 7722409009, REGON 36521170200000