

Hiporehabilitační týden pro rodiny dětí se specifickými potřebami

návod na novou službu vytvořený v organizaci Kamenitý vrch, z.s.

V roce 2023 Středisko praktické výuky a doporučené hiporehabilitace Kamenitý vrch, z.s. díky programu OPZ+ MPSV vytvořilo design nové služby a realizovalo bezplatný hiporehabilitační týden v rámci projektu Spolupráce při inovaci hiporehabilitace v sociální praxi, zaměřeného na rodiny s dětmi se specifickými potřebami CZ.03.03.01/00/22_021/0001564. Podpořeni byli rodiče dětí s neurovývojovými poruchami (ADHD, PAS, vývojová dysfázie, DMO, genetické syndromy atd.). Programu se účastnili nejen rodiče, ale také jejich děti.

V tomto dokumentu přinášíme podrobné informace, díky kterým můžete realizovat stejnou službu i ve vaší organizaci. Také s vámi rádi zdarma zkonzultujeme další podrobnosti, které by vám mohly pomoci. Pokud máte zájem, můžete nás kontaktovat na e-mailu info@kamenityvrch.cz

Text pozvánky na akci

V týdnu od 10. do 14. července proběhne hiporehabilitační týden pro rodiny dětí se specifickými potřebami. Kromě koní se můžete těšit také na ukázky dalších metod (fyzioterapie, muzikoterapie, canisterapie, artefietika aj.). Čekají nás také společné rozhovory o potřebách dětí se specifickými potřebami, abychom zjistili, jaké problémy je v oblasti sociálních služeb skutečně potřeba řešit a s čím bychom mohli rodinám nejlépe pomoci.

Pro jízdu na koni je na této akci potřeba schopnost samostatného sedu, váhový limit je 30 kg (pro děti, které zvládají z koně samostatně sestoupit, je po dohodě váhový limit vyšší). Ostatní účastníci si mohou vyzkoušet péči o koně, hry s koňmi a přirozenou komunikaci s koňmi ze země.

Program bude probíhat každý den od 9 do 17 hodin v Černolicích, ubytování ani stravování nezajišťujeme (jídlo je možné ohřát v mikrovlnce nebo objednat v blízké restauraci).

Hiporehabilitační týden je financován z programu OPZ+ MPSV v rámci projektu *Spolupráce při inovaci hiporehabilitace v sociální praxi se zaměřením na rodiny s dětmi se specifickými potřebami CZ.03.03.01/00/22_021/0001564*, na kterém se podílíme jako partnerská organizace. Projekt realizuje [Hiporehabilitace Jupiter](#), dalším partnerem projektu je [Vladykův Dvůr](#). Účast je zdarma.

Podrobné informace o službě a záznam z realizace testování:

| | |
|--|---|
| Cíl: | <ul style="list-style-type: none">- zvýšení kompetencí rodičů v oblasti pozitivního ovlivnění kvality života svých rodin- sdílení aktivit, nácvik sociálních interakcí- poradenství, školení a praktický nácvik různých typů rehabilitačních intervencí- prevence sociálního vyloučení v důsledku tíživé životní situace. |
| Použité metody: | poradenství, sdílení, provázení, neformální vzdělávání, hiporehabilitace v sociální praxi, relaxační techniky |
| Způsob oslovení cílové skupiny: | Klienti byli osloveni prostřednictvím e-mailu, webových stránek, facebooku a neziskových organizací, poskytujících podporu cílové skupině s působností v Praze a Středočeském kraji. |
| Mapování potřeb cílové skupiny: | Mapování potřeb proběhlo během června 2023 formou e-mailové komunikace a telefonických rozhovorů s klienty. Na základě mapování potřeb byl pro každého klienta stanoven individuální plán. Dále bylo mapování potřeb prováděno i v průběhu realizace aktivity každý den při příchodu a během dne dle potřeby, vždy, když se změnila aktuální situace klientů a v důsledku toho i jejich potřeb. |
| Plán: | Plán byl vytvořen v rámci pravidelných intervizních setkání týmu i na základě mapování potřeb klientů a dále upravován v průběhu poskytování služby podle aktuálních potřeb klientů. Finální verze plánu byla klientům poskytnuta ve stručné a přehledné formě a v podrobné formě včetně rozpisu pracovních pozic všem zapojeným pracovníkům (včetně dobrovolníků). Plán byl v předstihu rozeslán klientům i pracovníkům e-mailem, včetně výzvy k telefonickému kontaktu v případě požadavků na změny nebo nejasností. Stručný plán byl vyvěšen ve společné klubovně, aby byl všem dostupný také v průběhu realizace. |
| Průběh: | Hiporehabilitační týden probíhal v souladu se základními parametry plánu. Každý den probíhaly rodinné hiporehabilitace i doprovodný program, při kterém byl kladen důraz na zvyšování kompetencí rodičů různých oblastech (např. relaxace, artefietika, sensorická integrace, canisterapie, muzikoterapie, sociální interakce). |
| Úpravy plánu a odchylky realizace od plánu: | Plán byl flexibilně modifikován podle aktuálních potřeb rodin. Například v úterý byl posunut začátek hiporehabilitace z 10. na 11. hodinu, aby se mohla účastnit i rodina s dítětem, které po příjezdu cítilo silnou nevolnost a potřebovalo odpočinek. Výuka jógy byla zařazena v čase, kdy děti zvládly dobrovolně odpoutat svoji pozornost od rodičů a ponechat jim čas pro |

| | |
|-----------------------------------|--|
| | <p>sebe. V druhé polovině týdne již děti mezi sebou navázaly sociální kontakty, které upřednostňovaly před řízenými aktivitami – tyto děti nebyly do aktivit nuceny v přesný čas, ale až poté, co o ně projevíly zájem.</p> |
| Výsledek: | <p>Klienti se dozvěděli o nových možnostech podpory kvality života své rodiny díky poradenství, praktickým ukázkám vhodných metod a sdílení kontaktů na ověřené terapeutky, na které se v případě potřeby mohou obrátit. V bezpečném prostředí zvýšili své kompetence v oblasti zvládnání náročných situací. Čtyři rodiny mají naplánované také společné setkávání po skončení projektu.</p> |
| Reflexe splnění cíle: | <p>Všechny stanovené cíle byly v plném rozsahu splněny.</p> |
| Zpětná vazba od klientů: | <p>V průběhu týdne i po jeho skončení rodiče poskytovali zpětnou vazbu. Celkově byli s týdenním programem spokojeni. Pozitivně hodnotili flexibilitu programu, porozumění individuálním potřebám, možnost sdílení informací a navázání nových přátelství. Negativně jedna maminka hodnotila absenci nástupní rampy, měla pocit, že nasedání jejího dítěte z nižší bedny může být pro koně nepohodlné. Pro jedno z dětí s poruchou autistického spektra byl program příliš náročný, proto jeho matka některé části vynechala, aby předešla přetížení dítěte. Jedna klientka v den příjezdu oproti původní domluvě oznámila, že má zdravotní komplikace a dva z pěti dní místo ní přijede s dítětem asistentka – s ohledem na naplnění potřeb matky jsme tuto variantu akceptovali, avšak tato skutečnost narušila průběh programu zejména pokud jde o sociální interakce – přítomnost chlapce byla pracovníky i rodinami vítána, ale náhrada matky laxní asistentkou byla pro rodiny i pracovníky v programu zaměřeném na rodinu s důrazem na sociální interakce emočně nepřijemná.</p> |
| Zpětná vazba od personálu: | <p>Personál neměl výrazné výhrady. Ve středu odpoledne se objevila u personálu, který byl celodenně zodpovědný za průběh programu, již mírná únava, proto hodnotil kladně, že na čtvrtek a pátek přijeli vypomoci noví pracovníci s dalším programem (muzikoterapie, canisterapie) a oni se mohli z vedoucích pozic stáhnout pouze do role pomocných pracovníků. Pozitivně personál hodnotil flexibilitu programu, kdy bylo možné průběh aktivit modifikovat podle potřeb klientů – díky tomu byla spolupráce s rodinami jednodušší a personál získal nové zkušenosti a inspiraci. Vzhledem k náročnosti celodenního programu pro rodiny i pracovníky by personál uvítal příští rok pouze dopolední verzi programu nebo případně i zkrácení programu na menší počet dní. Zkrácením terapeutického programu by pro rodiny vznikl prostor pro odpočinek nebo společné volnočasové aktivity (které již ke konci týdne děti upřednostňovaly před řízenými aktivitami). Na základě testování</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>jsme u této varianty programu zjistili nutnost neustálé přítomnosti minimálně 5 pracovníků, což by bylo v nedotované verzi pro rodiny neúnosně finančně zatěžující.</p> |
| Doporučení vylepšení pro budoucí realizace: | <ul style="list-style-type: none">- Při oslovení klientů lépe definovat cílovou skupinu – rodiny dětí se specifickými potřebami, které mají chuť společně strávit pohodový program u koní. Rodiče nemají potřebu maximální intenzity vzdělávání a terapií, děti mají alespoň drobný zájem o péči o koně a vzájemnou komunikaci. Také zdůraznit, že je nutné předchozí přihlášení (jedna rodina přijela neohlášeně).- Při vstupních rozhovorech s rodiči ještě více zdůraznit, že přítomnost rodiče je nezbytná a dítě nemůže přijet bez rodičů. Ověřit, že rodiče tomuto sdělení dostatečně porozuměli.- Plán rodičům představit ještě obecněji, aby bylo možné ho ještě více přizpůsobovat aktuálním potřebám rodin (pro lektory zachovat podrobnou variantu).- Zkrátit trvání řízeného programu na dopoledne (odpolední pobyt může být dobrovolný, bez účasti všech pracovníků). |



Operační program **Zaměstnanost plus**

Harmonogram dne – zveřejněný plán pro rodiny

Plán hiporehabilitačního týdne 10.-14.7.2023

Sjednaný průběh poskytované služby

V případě potřeby (např. nepříznivé počasí) bude plán po dohodě s účastníky upravován podle aktuální situace a možností.

Kontakt pro další otázky a informace: info@kamenityvrch.cz, 776 643 102

Pondělí:

9-10 - příjezd, administrativní záležitosti, přivítání s prvky jógy, domluva o plánu dne dle potřeb dětí, rozdělení časů a tras jízd

10-12 – společná příprava koní a hiporehabilitace + aktivity pro rozvoj motorických funkcí pro děti, které právě nejezdí

12-13:30 – oběd (v blízké restauraci nebo možnost ohřátí vlastního jídla v mikrovlnné troubě)

13:30-14:00 – jóga pro rodiče + starší děti, pro mladší děti odpočinek a klidné hry s lektorkami

14:00-14:45 – artefiletika – představení metody, společná výroba Hobby Horse

15:00-16:00 – kontaktní hiporehabilitace - propojení artefiletiky s koňmi - zdobení koní, překážková dráha s koňmi a vyrobenými Hobby Horse

16:00-17:00 – shrnutí dne, neformální diskuse + hry a aktivity dle dětských preferencí

Úterý:

9-10 - příjezd, přivítání s prvky jógy, domluva o plánu dne dle potřeb dětí, rozdělení časů a tras jízd

10-12 – společná příprava koní a hiporehabilitace + aktivity pro rozvoj motorických funkcí pro děti, které právě nejezdí

12-13:30 – oběd (v blízké restauraci nebo možnost ohřátí vlastního jídla v mikrovlnné troubě)

13:30-14:00 – jóga pro rodiče + starší děti, pro mladší děti odpočinek a klidné hry s lektorkami

14:00-16:00 – výlet do Všenor, ukázky hiporehabilitace v kontaktní terapii s menšími poníky – nácvik komunikace s koňmi pomocí pozitivní motivace, za dobrého počasí ukázka plavení v řece

16:00-17:00 – společná procházka k řece s možností koupání, shrnutí dne

Středa:

9-10 - příjezd, přivítání s prvky jógy, domluva o plánu dne dle potřeb dětí, rozdělení časů a tras jízd

10-12 – společná příprava koní a hiporehabilitace + aktivity pro rozvoj motorických funkcí pro děti, které právě nejezdí

12-13:30 – oběd (v blízké restauraci nebo možnost ohřátí vlastního jídla v mikrovlnné troubě)

13:30-14:00 – jóga pro rodiče + starší děti, pro mladší děti odpočinek a klidné hry s lektorkami

14:00-14:45 – senzorká integrace, fyzioterapie – představení metod, hry spojené s rozvojem smyslů a motorických funkcí

15:00-16:00 – kontaktní hiporehabilitace - propojení s koňmi – příprava na „závody“, společné hry s koňmi ze země.

16:00-17:00 – shrnutí dne, neformální diskuse + hry a aktivity dle dětských preferencí

Čtvrtek:

9-10 - příjezd, přivítání s prvky jógy, domluva o plánu dne dle potřeb dětí

10-10:45 – muzikoterapie – představení metody, hravé ukázky terapie

11:00-12:00 – propojení muzikoterapie s koňmi, zkoumání reakcí koní na zvuky, „koncert“ pro koně

12-13:30 – oběd (v blízké restauraci nebo možnost ohřátí vlastního jídla v mikrovlnné troubě)

13:30-14:00 – jóga pro rodiče + starší děti, pro mladší děti odpočinek a klidné hry s lektorkami

14-16 – společná příprava koní a hiporehabilitace + aktivity pro rozvoj motorických funkcí pro děti, které právě nejezdí

16:00-17:00 – shrnutí dne, neformální diskuse + hry a aktivity dle dětských preferencí

Pátek:

9-10 - příjezd, přivítání s prvky jógy, domluva o plánu dne dle potřeb dětí

10-10:45 – animoterapie – představení metody, příprava krmení pro zvířátka, ukázky canisterapie

11:00-12:00 – propojení canisterapie a hiporehabilitace, překážková dráha pro koně a psy

12-13:30 – oběd (v blízké restauraci nebo možnost ohřátí vlastního jídla v mikrovlnné troubě)

13:30-14:00 – jóga pro rodiče + starší děti, pro mladší děti odpočinek a klidné hry s lektorkami

14-16 – společná příprava koní a hiporehabilitace + aktivity pro rozvoj motorických funkcí pro děti, které právě nejezdí

16:00-17:00 – shrnutí dne a týdne, neformální diskuse + hry a aktivity dle dětských preferencí

Co můžete vyzkoušet sami, pro rozvoj i zábavu?

V rozvoji nám pomáhají úplně obyčejné aktivity běžného denního života, důležitá je jen motivace a chuť se učit něco nového!

Tipy pro vás, co u nás můžete s vašimi dětmi vyzkoušet:

- Trénink rovnováhy, koordinace pohybu, hrubé motoriky: houpačka, hamaka, trampolína, houpací koník, houpací lavor, slackline, nestabilní plochy, tunel, velký míč, chůze po různorodém povrchu, cviky na dřevěném koni, odrážedla, hobby horsing, překážková dráha atd.
- Trénink jemné motoriky: pracovní listy s vyplňováním a tvořením, výroba kolíčků do hřívy, plastelína, puzzle i obyčejné skládačky, autíčka, vláčková dráha atd.
- Komunikace, porozumění, relaxace: společné prohlížení knížek a obrázků.
- Sensorické pomůcky: masážní míčky, fazole, vibrační pomůcky, sensorická lahev apod. – viz příručka o sensorické integraci pro rodiče, multisenzorická kniha Nanoušovy lumpárny
- Hudební nástroje pro společné hraní bez nutnosti znalosti hudební teorie – viz kniha Hudba léčí s návody na jednoduché muzikoterapeutické techniky.

Pomůcky na aktivity najdete na zahradě, v sedlovně a dřevěné klubovně. Můžete je zkusit samostatně, nebo obrátit na některou z našich lektorek, která s vámi ráda vhodnou aktivitu vybere!

Podrobný plán pro lektory

Řešení potenciálních rizik

Informace z rozhovorů s odborníky:

- vizualizace plánu dne - na stěnu pověsit nástěnku (řešení - lze sepsat společně s rodiči v 9:30-10:00)
- pauza na oběd příliš krátká (řešení - harmonogram je tvořený s rezervou, reálně počítáme, že pauza bude alespoň 2h - od 12 do 14h v případě zpoždění se adekvátně protáhne, do pauzy patří i společný odpočinek s jógou a čtením na dece)
- v době pauzy na oběd by rodiny měly vědět, jak se mohou zabavit (řešení - k připraveným doplňkovým aktivitám vytvoříme stručný přehledný manuál, proč a co mohou dělat - např. výroba kolíčků do hřívky - již připraveno, co vše jsou pomůcky pro sensorickou integraci + tisk příručky, připravit krabici s pomůckami na hru hledání Batyldy, označit krabici Nanouš, vytisknout pracovní listy od Flami, z.s., ...)
- výroba Hobby Horse - musí být jednoduchá a s jasným plánem, aby nebyli rodiče stresovaní, že vyrábějí sami a děti už to přestalo bavit (řešení - více variant, kromě lepidla připravit i ještě rychlejší sešíváčky, připravit psaný návod).
- interaktivní přednáška - málo mluvit, hned nechat např. děti sáhnout na pomůcky, aby byly vtaženy do děje (řešení - v plánu je přednáška řádově v minutách, jen s cílem upozornit, že následující aktivity jsou opravdu součástí terapie)
- výlet do Všenor - přednášku udělat až na místě, i když tam není stín (řešení - lze rozdělit do krátkých vět a ihned nechat děti aktivity zkoušet)
- náhradní program nesmí být příliš zábavný, aby k němu neutekly děti všechny (řešení - náhradní program bude probíhat dál nebo bude přizpůsobený pro malé děti - očekáváme, že hlavní program zaujme především děti starší)

Informace z rozhovorů s rodiči:

- obavy - špatné zkušenosti z hiporehabilitačních pobytů v jiných organizacích:
 - příliš vysoká cena na to, že byly velmi dlouhé prostoje - např. dvouhodinová pauza a poté dvouhodinová výtvarná činnost, která dítě nezaujala (řešení - máme vyčleněné lektorky, které se pokusí nezaujaté děti začlenit do náhradního programu)
 - zklamání, že náplň terapií nebyla přizpůsobena potřebám dětí, i když je ve středisku dlouhodobě znali (řešení - telefonické rozhovory s rodinami před definitivním přihlášením, zahrnující mapování potřeb)
 - mladí terapeuti, kteří působili, jako že nemají dostatečné zkušenosti a vzdělání - např. muzikoterapeut pouze dětem rozdával nástroje, nedokázal zaujmout. (řešení - komunikace s rodiči, úvodní krátké vysvětlení použitých metod před jejich začátkem - viz výše)

Podrobný harmonogram hiporehabilitačního týdne

Pondělí – středa dopoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-----------------|----------------------------------|---|------------------------------------|---|
| 9:00- 9:30 | Volná hra | Postupné přicházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka činností pro bezprizorní děti, v pondělí vyplnění smlouvy o podpoře riziko – pocit ztracenosti a bezprizornosti v příliš volném režimu | Aklimatizace, sdílení | Nenáročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 9:30- 10:00 | Ranní pozdrav, plán dne | Přivítání s prvky jógy (5-10 min. dle možností s ohledem na kondici dětí), konzultace plánu dne s možností přizpůsobení dle potřeb rodin, rozdělení pořadí jízd riziko – děti vyžadující pozornost – rozpad debaty | Sdílení, mapování potřeb, stmelení | Nenáročná / relaxace |
| 10:00- 10:30 | příprava koní / fyzické aktivity | Čištění a příprava koní s dětmi, které mají zájem + ostatní děti fyzické aktivity – rovnováha, obratnost, rychlost, koordinace pohybů riziko-úraz, nespolupráce dětí | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 10:30- 11:00 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí + děti, které nejezdí doplňková aktivita dle zvolené trasy – např. překážková dráha na jízdárně se psem a Hobby Horse nebo výlet s koňmi a střídání při jízdě + stezka s objevováním: značená cesta lesem/ loukou /u potůčku, pokaždé jiná trasa, riziko-úraz, nespolupráce dětí | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |

| | | | | |
|-------------|-----------------------|--|------------------------------------|--|
| 11:00-11:15 | Svačina | Na zahradě nebo v terénu v případě společného výletu, v případě časové tísně / jiných potřeb dětí postupně. | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 11:15-12:00 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí + děti, které nejezdí doplňková aktivita dle zvolené trasy – např. překážková dráha na jízdárně se psem a Hobby Horse nebo výlet s koňmi a střídání při jízdě + stezka s objevováním | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |
| 12:00-13:30 | Obědová pauza | V místě nebo v restauraci, po obědě relaxace, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka relaxačních činností pro bezprizorní děti riziko – časový skluz | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |

Pondělí odpoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|--------------------------|---|--------------------------------|----------------------|
| 13:30-14:00 | Jóga + relaxace | Nabídka jógy pro rodiče + zabavení dětí (čtení/ vyprávění na dece... možno podbarvit nástroji (kalimba, dešťová hůl) + pokus o zabavení společnou hrou s hračkami dětí, které se nezapojí | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace |
| 14:00-14:15 | Přednáška - Artefiletika | Úvod do odpoledního bloku – interaktivní přednáška o výhodách artefiletiky, tipy na společné tvoření, vysvětlení plánu tvorby Hobby Horse (L) + pokus o zabavení společnou hrou s hračkami dětí, které se nezapojí | Vzdělávání, zvýšení kompetencí | Nenáročná, relaxace |

| | | | | |
|-------------|--------------------|--|--|--|
| 14:15-14:45 | Tvoření + aktivity | Výroba Hobby Horse + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí, např. cvičení na dřevěném koni, střílení z luku atd. | Rozvoj jemné motoriky a komunikace | Náročná, relaxace / uvolnění přebytečné energie |
| 14:45-15:00 | Svačina | Na zahradě, v případě časové tísně nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobytí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 15:00-15:45 | HR ze země | Ukázání vyrobených Hobby Horse Batyldě, děti s Hobby Horse vybírají trasu a úkoly (couvání, klus, obrat kolem předku, vystoupení na paletu atd.), Batylda následuje + snaha o uhlídání a motivaci dětí udržet pozornost | Trénink pohybových schopností, spolupráce a komunikace | Náročná fyzicky i na udržení pozornosti |
| 15:45-16:00 | Závěrečné shrnutí | Kroužek, sdílení, zda to bylo moc/málo náročné, jestli mají pocit, že se něco naučili, co děti nejvíc bavilo. | Reflexe, mapování potřeb, možnost vyjádřit se | Nenáročná |
| 16:00-17:00 | Volná hra | Postupné odcházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, volná hra dětí | Odpočinek, sdílení | Nenáročná relaxace / uvolnění přebytečné energie |

Úterý odpoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------------|----------------------|
| 14:00-14:15 | Přednáška – kontaktní hipoterapie | Úvod do odpoledního bloku – interaktivní přednáška o kontaktní hipoterapii, pozitivní motivaci atd., představení plánu odpoledne | Vzdělávání, zvýšení kompetencí | Nenáročná, relaxace |

| | | | | |
|-------------|-------------------|---|---|---|
| | | + snaha o uhlídání dětí | | |
| 14:15-14:45 | HR | Plavení poníka Žolíka + snaha o uhlídání a motivaci dětí udržet pozornost | Intenzivní zážitek, trénink komunikace a odvahy | Náročné na fyzickou kondici i psychiku |
| 14:45-15:00 | Svačina | U řeky, v případě časové tísně nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobytí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 15:00-15:45 | HR ze země | Ukázky pozitivní motivace + Masterson? + snaha o uhlídání a motivaci dětí udržet pozornost | Trénink komunikace | Náročné na udržení pozornosti a pochopení situace |
| 15:45-16:00 | Závěrečné shrnutí | Kroužek, sdílení, zda to bylo moc/málo náročné, jestli mají pocit, že se něco naučili, co děti nejvíc bavilo. | Reflexe, možnost vyjádřit se | Nenáročná |
| 16:00-17:00 | Volná hra | Postupné odcházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, volná hra dětí | Odpočinek, sdílení | Nenáročná relaxace / uvolnění přebytečné energie |

Středa odpoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|-----------------|---|------------|----------------------|
| 13:30-14:00 | Jóga + relaxace | Nabídka jógy pro rodiče + zabavení dětí (čtení/ vyprávění na dece... možno podbarvit nástroji (kalimba, dešťová hůl) + pokus o zabavení společnou hrou s hračkami dětí, které se nezapojí | Dobytí sil | Nenáročná, relaxace |

| | | | | |
|-------------|-------------------------------------|---|---|--|
| 14:00-14:15 | Přednáška – Senzorická integrace | Úvod do odpoledního bloku – interaktivní přednáška o sensorické integraci, vysvětlení plánu otevřených dílen se sensorickými pomůckami + pokus o zabavení společnou hrou s hračkami dětí, které se nezapojí | Vzdělávání, zvýšení kompetencí | Nenáročná, relaxace |
| 14:15-14:45 | Dílničky, objevování | Otevřené smyslové dílny v zahradě – vestibulární aparát, propriocepce - výroba jednoduchého sensorického chodníčku?, čich, chuť, hmat, zrak, chuť – výroba dortu - ceny do soutěže pro Batyldu a Kenvela + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | Objevování smyslového vnímání, řízená hra, nácvik komunikace, koordinace pohybu | Náročná, relaxace / uvolnění přebytečné energie |
| 14:45-15:00 | Svačina | Na zahradě, v případě časového skluzu nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobyť sil | Nenáročná, relaxace, |
| 15:00-15:45 | HR ze země | Vytvoření závodní dráhy (couvání, klus, obrat kolem předku, vystoupení na paletu atd.), závody pro Batyldu a Kenvela, na konci vítězné dorty pro koně. | Trénink pohybových schopností, spolupráce a komunikace | Náročná fyzicky i na udržení pozornosti |
| 15:45-16:00 | Závěrečné shrnutí | Kroužek, sdílení, zda to bylo moc/málo náročné, jestli mají pocit, že se něco naučili, co děti nejvíc bavilo. | Reflexe, možnost vyjádřit se | Nenáročná |
| 16:00-17:00 | Volná hra | Postupné odcházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, volná hra dětí. | Dobyť sil | Nenáročná relaxace / uvolnění přebytečné energie |

Čtvrtek dopoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|---------------------------|---|---------------------------------------|---|
| 9:00-9:30 | Volná hra | Postupné přicházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka činností pro bezprizorní děti | Aklimatizace, sdílení | Nenáročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 9:30-10:00 | Ranní pozdrav, plán dne | Přivítání s prvky jógy (5-10 min. dle možností s ohledem na kondici dětí), konzultace plánu dne s možností přizpůsobení dle potřeb rodin, rozdělení pořadí jízd | Sdílení, mapování potřeb, stmelení | Nenáročná / relaxace, |
| 10:00-10:15 | Přednáška - muzikoterapie | Interaktivní přednáška, zdůraznění důležitosti sdílené hry a radosti, motivace k naučení se technik na doma + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | Vzdělávání, zvýšení kompetencí | Nenáročná, relaxace |
| 10:15-11:00 | Muzikoterapie | Skupinová muzikoterapie + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | Nácvik komunikace, udržení pozornosti | Náročná – relaxace i aktivizace |
| 11:00-11:15 | Svačina | Na zahradě, v případě časové tísně nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobyťtí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 11:15-12:00 | HR + muzikoterapie | Skupinová muzikoterapie Přivedení Batyldy pro nazdobení na koncert, pozorování, jak reaguje na různé typy hudby a hudebních nástrojů, svezení dětí, které odpoledne spí + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |

| | | | | |
|-------------|---------------|---|-------------|----------------------|
| 12:00-13:30 | Obědová pauza | V místě nebo v restauraci, po obědě relaxace, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka relaxačních činností pro bezprizorní děti | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |
|-------------|---------------|---|-------------|----------------------|

Čtvrtek odpoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|---------------------------------------|--|------------------------------------|--|
| 13:30-14:00 | HR - příprava koní / fyzické aktivity | Čištění a příprava koní s dětmi, které mají zájem Nabídka jógy pro rodiče + ostatní děti fyzické aktivity – rovnováha, obratnost, rychlost, koordinace pohybů | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 14:00-14:30 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí + děti, které nejezdí doplňková aktivita dle zvolené trasy – např. překážková dráha na jízdárně se psem a Hobby Horse nebo výlet s koňmi pěšky a střídání - stezka s objevováním | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |
| 14:30-14:45 | Svačina | Na zahradě nebo v terénu v případě společného výletu, v případě časové tísně nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 14:45-15:45 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí + děti, které nejezdí doplňková aktivita, pokud možno související – např. překážková dráha na jízdárně nebo výlet s koňmi pěšky a střídání - stezka s objevováním | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |

| | | | | |
|-------------|-------------------|---|------------------------------|--|
| 15:45-16:00 | Závěrečné shrnutí | Kroužek, sdílení, zda to bylo moc/málo náročné, jestli mají pocit, že se něco naučili, co děti nejvíc bavilo. | Reflexe, možnost vyjádřit se | Nenáročná |
| 16:00-17:00 | Volná hra | Postupné odcházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, volná hra dětí. | Dobytí sil | Nenáročná relaxace / uvolnění přebytečné energie |

Pátek dopoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|--------------------------|--|---------------------------------------|---|
| 9:00-9:30 | Volná hra | Postupné přicházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka činností pro bezprizorní děti | Aklimatizace, sdílení | Nenáročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 9:30-10:00 | Ranní pozdrav, plán dne | Přivítání s prvky jógy (5-10 min. dle možností s ohledem na kondici dětí), konzultace plánu dne s možností přizpůsobení dle potřeb rodin, rozdělení pořadí jízd | Sdílení, mapování potřeb, stmelení | Nenáročná / relaxace, |
| 10:00-10:15 | Přednáška - animoterapie | Interaktivní přednáška, zdůraznění důležitosti sdílené hry a radosti, motivace k naučení se technik na doma + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | Vzdělávání, zvýšení kompetencí | Nenáročná, relaxace |
| 10:15-11:00 | Animoterapie | Povídání o králíčcích, příprava krmení cca 15 minut dle schopnosti dětí udržet pozornost, poté canisterapie, králíci zůstanou dostupní pro průběžné návštěvy i během dne. | Nácvik komunikace, udržení pozornosti | Náročná – relaxace i aktivizace |

| | | | | |
|-------------|-------------------|---|------------------------------------|--|
| | | + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | | |
| 11:00-11:15 | Svačina | Na zahradě, v případě časové tísně nebo jiných potřeb dětí postupně. | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 11:15-12:00 | HR + canisterapie | Skupinová canisterapie Přivedení Batyldy, porovnání psa a koně, závodění s Pukim na překážkové dráze, svezení dětí, které odpoledne spí + pokus o zabavení společnou fyzickou aktivitou dětí, které se nezapojí | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |
| 12:00-13:30 | Obědová pauza | V místě nebo v restauraci, po obědě relaxace, neformální rozhovory s rodiči, individuální nabídka relaxačních činností pro bezprizorní děti | Dobyetí sil | Nenáročná, relaxace, |

Pátek odpoledne

| Čas | Aktivita | Popis | Cíl | Náročnost / zaměření |
|-------------|---------------------------------------|---|------------------------------------|--|
| 13:30-14:00 | HR - příprava koní / fyzické aktivity | Čištění a příprava koní s dětmi, které mají zájem Nabídka jógy pro rodiče + ostatní děti fyzické aktivity – rovnováha, obratnost, rychlost, koordinace pohybů | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie |
| 14:00-14:30 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |

| | | | | |
|-------------|-----------------------|---|------------------------------------|--|
| | | + děti, které nejezdí doplňková aktivita dle zvolené trasy – např. překážková dráha na jízdárně se psem a Hobby Horse nebo výlet s koňmi pěšky a střídání - stezka s objevováním | | |
| 14:30-14:45 | Svačina | Na zahradě nebo v terénu v případě společného výletu, v případě časové tísně postupně. | Dobytí sil | Nenáročná, relaxace, |
| 14:45-15:45 | HR / fyzické aktivity | HR dle situace – jízdárna nebo společný výlet jízdárna nebo společný výlet dle schopností dětí a počasí + děti, které nejezdí doplňková aktivita dle zvolené trasy – např. překážková dráha na jízdárně se psem a Hobby Horse nebo výlet s koňmi pěšky a střídání - stezka s objevováním | HR + trénink motoriky a spolupráce | Náročná, relaxace/uvolnění přebytečné energie, |
| 15:45-16:00 | Závěrečné shrnutí | Kroužek, sdílení, zda to bylo moc/málo náročné, jestli mají pocit, že se něco naučili, co děti nejvíc bavilo. | Reflexe, možnost vyjádřit se | Nenáročná |
| 16:00-17:00 | Volná hra | Postupné odcházení rodin, neformální rozhovory s rodiči, volná hra dětí | Dobytí sil | Nenáročná relaxace / uvolnění přebytečné energie |