

**mgr Klaudia Starczewska** - geograf, specjalista kartografii, absolwentka geografii na Wydziale Nauk o Ziemi Uniwersytetu Śląskiego. Autorka cyklu kilkudziesięciu zajęć plastyczno-technicznych pt. "W kręgu kultury" oraz

["W 80 minut](#)

[dookoła świata"](#)

. Organizator III Rajdu Pieszego Szlakiem dh Zygmunta Łęskiego.

**Prowadzone zajęcia** skierowane głównie do młodszych podopiecznych, cieszą się dużą popularnością i mają różnorodny charakter. Od zajęć promujących określoną technikę pracy po zajęcia konkursowe i ogólnorozwojowe (także zajęcia przyrodnicze w plenerze, zajęcia z kompasem).

**W latach 2009/2011 Pani Klaudia Starczewska prowadziła** zajęcia plastyczno-techniczne (w tym haft krzyżykowy i szydełkowanie), zajęcia relaksacyjne oraz muzykoterapię dla najmłodszych. Najistotniejszym założeniem tych zajęć jest relaksacja emocjonalna - umiejętność bardzo potrzebna. Poprzez wyobrażanie sobie odpowiednich, a zarazem przyjemnych obrazów scenerii np. natury, łatwiej jest o rozluźnienie mięśni, uspokojenie oddechu, odczucie ciepłoty ciała, co zazwyczaj prowadzi do rozluźniania się (uwalnianie od napięć). Niewątpliwie wielu osobom w ćwiczeniach relaksacyjnych może pomóc muzyka relaksacyjna. Uspokajająca muzyka (najczęściej wykorzystująca tzw. muzykę poważną i dźwięki z natury) zwiększa poczucie bezpieczeństwa i wytwarza bardziej sprzyjające środowisko do relaksacji. Udowodniono także, że niektóre utwory angażują mózg słuchacza w zakresie pracy charakterystycznej dla fazy odprężenia i relaksu.

**Zajęcia plastyczno-techniczne dają radość tworzenia, która jest elementarną częścią wszelkich zajęć twórczych i jest odpowiedzialna za tzw. efekt terapeutyczny** **uwidaczniany poprzez alternatywę emocjonalną** □ **dla zachowań agresywnych lub wycofania społecznego.** □ **Obok zajęć sportowych jest to jeden z najczęściej wykorzystywanych** □ **sposobów niwelowania agresywnych zachowań.**

Często zdarza się, że zajęcia tego typu są prowadzone z naciskiem na efekt w postaci dzieła. O ile w różnego rodzaju kołach zainteresowań jest to całkowicie zrozumiałe o tyle w świetlicach terapeutycznych dostrzegamy ten element pracy z dziećmi jako dodatkowy i wtórny.

**Głównym celem** zaś jest efekt odblokowania emocjonalnego, które niesie ze sobą możliwości wglądu terapeutycznego. Nie ma bowiem wątpliwości, że tworzenie aranżuje autentyczne emocje, to zaś pozwala na indywidualny rozwój, pomaga podejmować nowe wyzwania w codziennym życiu. Aktywność twórcza wpływa na zwiększenie skuteczności oddziaływań profilaktycznych i terapeutycznych w pracy z dziećmi i młodzieżą. Zajęcia tego typu to doskonałe uzupełnienie wszelkich zajęć o charakterze socjoterapeutycznym.

W dotychczas prowadzonych zajęciach Pani Klaudia Starczewska łączy radość z tworzenia z przekazywaniem wiadomości z zakresu wiedzy o świecie, jego historii, geografii, kultury.

**Pani Klaudia Starczewska** prowadziła także zajęcia indywidualne w zakresie wyrównywania braków szkolnych z przedmiotu - **geografia, przyroda/biologia, j. angielski.**

**Zapraszamy.**

{gallery}galeria/2010/klaudia{/gallery}

**Zobacz także inne zajęcia realizowane przez p. Klaudię Starczewską:**

W kręgu kultury - [Egipt](#)

W kręgu kultury - [Rzym](#)

W kręgu kultury - [Wikingowie](#)

W kręgu kultury - [Aztekowie](#)

[W kręgu kultury - Indie](#)

[W kręgu kultury - Chiny](#)

[Grzechot -ni-ki w polu kukurydzy](#)

[Słoneczniki](#)

[Wiosna 2010](#)

[Inne prace plastyczne naszych podopiecznych](#)

{youtube}ljImiYwH0P8{/youtube}