

Pierwszy krok w Kosmos – spotkanie seminaryjne

18-19 maja 2026 Wisła



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Zanim zacznie się uczenie

rola emocji, uważności,
regulacji i doświadczenia
w przygotowaniu dzieci
do procesu uczenia się

(w tym dziećmi z SPE)



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie



Pedagog specjalny | Logopeda | Autorka

+48 796 633 881

daria.creativemind@gmail.com



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE

- nauczyciel przyrody;
- nauczyciel techniki;
- nauczyciel edukacji przedszkolnej;
- nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej;
- logopeda;
- rewalidator;
- instruktor ZHP;



daria.creativemind@gmail.com

DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE

Praca z dzieckiem:

- z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, znacznym i głębokim;
- niepełnosprawne ruchowo, w tym z afazją;
- słabosłyszącymi
- z autyzmem, w tym z zespołem Aspergera;
- z niepełnosprawnościami sprzężonymi;
- niedostosowanymi społecznie;



ISTNIEJĄCE PROBLEMY

- przeciążenie dzieci bodźcami i szybkim tempem życia;
- trudność w wyciszeniu się i skupieniu uwagi;
- ograniczona umiejętność rozpoznawania i nazywania emocji;
- problemy w wyrażaniu uczuć w sposób bezpieczny;



daria.creativemind@gmail.com

ISTNIEJĄCE PROBLEMY

- **częste konflikty rówieśnicze i trudności w relacjach;**
- **niska odporność na porażkę i frustrację;**
- **brak poczucia sprawczości u dzieci;**
- **obniżone poczucie własnej wartości;**
- **nadmiar „zadań” kosztem relacji i bycia razem;**



ISTNIEJĄCE PROBLEMY

- niewystarczająca przestrzeń na rozmowę i refleksję;
- zbyt mało doświadczeń opartych na uważności i ciszy;
- ograniczony kontakt dzieci z naturą;
- brak prostych, dostępnych narzędzi do pracy nad dobrostanem;
- potrzeba działań wspierających zdrowie psychiczne uczniów;



TO TAKŻE WYNIKI BADAŃ

- kontakt z naturą → regulacja emocji;
 - uważność → koncentracja i gotowość do nauki;
 - relacja → podstawa rozwoju poznawczego;
 - edukacja outdoorowa → lepsze funkcjonowanie dzieci;
-
- Louv, Sobel, Gill, Sandseter;
 - WHO / raporty o zdrowiu psychicznym dzieci;
 - potrzeba działań wspierających zdrowie psychiczne uczniów;



„LAS KAMIENI MOCY”

– podróż przez emocje, relacje, wartości i postawy

Kim jestem?

Wdzięczność

Pamięć

Dobro

Marzenia

Przyjaźń

Odważa

Natura

Życzliwość

Wspomnienia

👉 „Zanim zacznie się uczenie –
musi pojawić się przestrzeń na bycie”



„LAS KAMIENI MOCY”

– podróż przez emocje, relacje, wartości
i postawy

Dwie części programu:

1. kamienie mocy - opowieść w rytmie pór roku;
2. zaproszenia do aktywności;



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

STRUKTURA SPOTKANIA

- **Opowieść / fragment historii;**
- **Zaproszenie do rozmowy;**
- **Zaproszenie do tworzenia - kamień ;**
- **Zaproszenie do refleksji - karty refleksji;**
- **Zaproszenie do bycia razem - działanie dobra;**



CYKL Roczny



**WRZESIEŃ
KAMIEŃ POCZĄTKU
KIM JESTEM?**



daria.creativemind@gmail.com



**PAŹDZIERNIK
KAMIEŃ WDZIĘCZNOŚCI
DZIĘKUJĘ, ŻE JESTEŚ**

CYKL ROCZNY



**LISTOPAD
KAMIEŃ PAMIĘCI
PAMIĘTAM!**

**GRUDZIEŃ
KAMIEŃ DOBRA
PODARUJ UŚMIECH**



daria.creativemind@gmail.com

CYKL ROCZNY



STYCZEŃ

KAMIEN MARZEŃ

WIERZĘ, ŻE POTRAFIĘ

LUTY

KAMIEN PRZYJAŹNI

PRZYJACIEL SŁUCHA SERCEM



daria.creativemind@gmail.com

CYKL ROCZNY



MARZEC

KAMIEN ODWAGI

ODWAGA ROŚNIE WE MNIE



daria.creativemind@gmail.com

KWIECIEŃ

KAMIEN NATURE

JESTEM CZĘŚCIĄ PRZYRODY

CYKL Roczny



MAJ

**KAMIENŃ ŻYCZLIWOŚCI
POWIEDZ MIŁE SŁOWO**



daria.creativemind@gmail.com

CZERWIEC

**KAMIENŃ WSPOMNIENIŃ
ZABIERAM W SERCU**

EFEKTY

- **większa świadomość emocji;**
- **rozwój empatii;**
- **poprawa relacji;**
- **więcej spokoju w grupie;**
- **poczucie sprawczości;**



„To nie była końcowa historia...”

- wszystko zaczęło się od rozmowy i emocji;
- dzieci nauczyły się zatrzymywać i zauważać;
- pojawiła się potrzeba czegoś więcej;

👉 „i wtedy naturalnie przyszło kolejne pytanie...”
czy można tego doświadczać naprawdę – w naturze?



LEŚNE ŚCIEŻKI

podróż w naturze - rytm, zmiana - rozwój dziecka

powrót do siebie
zakorzenienie
troska
wdzięczność
uwaga

przemiana
początek
nowe życie
pełnia
oddech



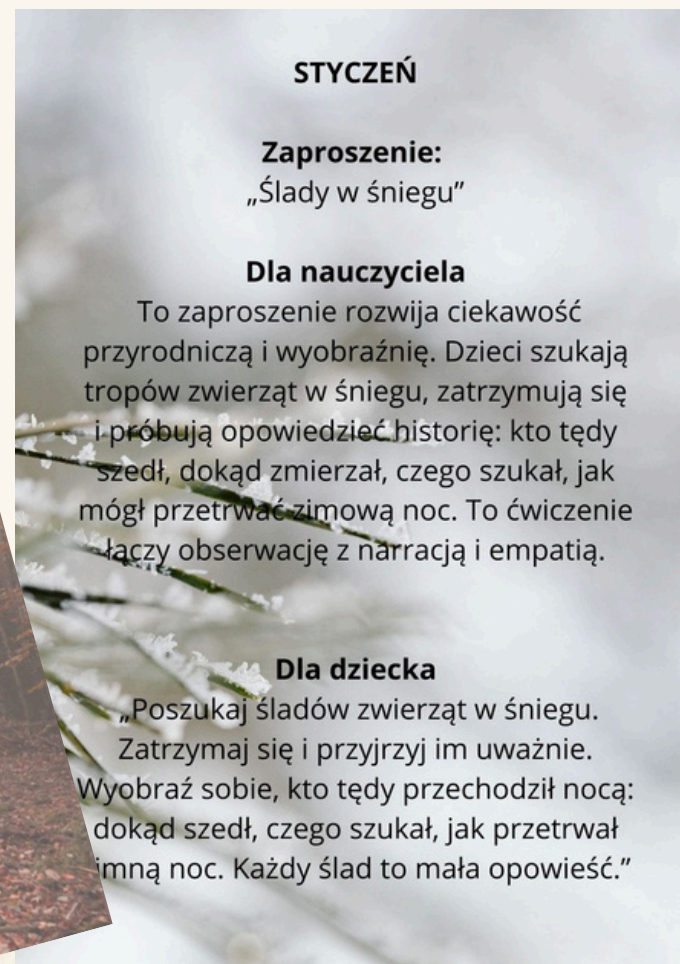
daria.creativemind@gmail.com

STRUKTURA SPOTKANIA

- wejście w przestrzeń natury;
- obserwacja i doświadczanie;
- zatrzymanie i uważność;
- refleksja / rozmowa;



NARZĘDZIA



3 zaproszenia shinrin yoku

**1 zaproszenie
arteterapeutyczne**



daria.creativemind@gmail.com

EFEKTY

- zatrzymanie się;
- wyciszenie i regulacja emocji;
- poprawa koncentracji;
- większa uważność;
- głębszy kontakt z naturą;
- poczucie spokoju i bezpieczeństwa;



DLA KOGO OBA PROGRAMY?

- przedszkola;
- szkoły podstawowe;
- edukacja specjalna;
- klasy integracyjne;
- zajęcia wychowawcze;
- rewalidacja;
- zajęcia świetlicowe;



WYKORZYSTANIE PROGRAMÓW



DEDYKOWANA GRUPA NA FB

WYKORZYSTANIE PROGRAMÓW

Kamienie Dobra dla Ziemi

malowanie kamieni z hasłami
lub obrazkami ekologicznymi



daria.creativemind@gmail.com

**22 KWIETNIA -
ŚWIĄTOWY DZIEŃ ZIEMI**

WYKORZYSTANIE PROGRAMÓW

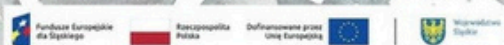
👉 Program był realizowany w klasach IV szkoły podstawowej na godzinach do dyspozycji wychowawcy, przyrodzie oraz na zajęciach rewalidacyjnych.

👉 Materiał jest dostosowany do pracy z dzieckiem posiadającym orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego



🌐 Zobacz więcej materiałów i inspiracji

Daria Osmenda-Łukaszek
pedagog specjalny • logopeda • autorka



DOBROSTAN DZIECI W KONTAKCIE Z NATURĄ

Inspiracja do pracy wychowawczej, terapeutycznej i edukacyjnej

Książki „Las Kamieni Mocy” oraz „Leśne Ścieżki” to nie tylko opowieści – to gotowe narzędzia do pracy z dziećmi, oparte na uważności, relacji i kontakcie z naturą.

🌿 Jak możesz wykorzystać te książki?

- ✓ jako innowację pedagogiczną
- ✓ jako program profilaktyczno-terapeutyczny
- ✓ na godzinach wychowawczych
 - ✓ na lekcjach przyrody
- ✓ podczas zajęć rewalidacyjnych
 - ✓ w świetlicy szkolnej (cykliczne spotkania)
 - ✓ w pracy indywidualnej z dzieckiem
- ✓ w domu – jako wsparcie dla rodzica

👤 Dla kogo?

- 👤 nauczyciele
- 👤 rodzice
- 👤 terapeuci
- 🌿 wychowawcy i opiekunowie

🌿 Co znajdziesz w książkach?

- opowieści budujące emocjonalne bezpieczeństwo
- „zaproszenia” do rozmowy, refleksji i działania
- inspiracje do pracy w grupie i indywidualnie
- narzędzia wspierające rozwój emocjonalny dziecka
 - gotowe pomysły do wykorzystania w praktyce

🌿 Dlaczego warto?

Bo dzieci dziś bardziej niż kiedykolwiek potrzebują:

- 🌿 spokoju
- 🌿 relacji
- 🌿 uważności
- 🌿 kontaktu z naturą

Przekazywane publikacje „Las Kamieni Mocy” oraz „Leśne Ścieżki” zostały wydane w ramach inicjatywy oddolnej „Dobrostan dzieci i młodzieży w kontakcie z naturą – cztery pory roku w lesie”, realizowanej w projekcie „Laboratoria czwartej przyrody: aktywizacja społeczności lokalnych w kierunku zielonej transformacji i rozpoznawania lokalnego dziedzictwa antropocenu” (Działanie FESL.10.24 - Włączenie społeczne – wzmocnienie procesu sprawiedliwej transformacji).



daria.creativemind@gmail.com

ELASTYCZNOŚĆ

- brak sztywnego scenariusza;
- dostosowanie do grupy;
- możliwość wyboru działań;
- tempo dopasowane do dzieci;

👉 „To nie jest program do zrealizowania
– to przestrzeń do bycia”



ROLA NAUCZYCIELA

- **nie prowadzi – towarzyszy;**
- **nie narzuca – zaprasza;**
- **nie przyspiesza – daje czas;**
- **tworzy bezpieczną przestrzeń;**



OD DOŚWIADCZENIA DO NAUKI

- dziecko doświadcza;
- zadaje pytanie;
- zaczyna myśleć;
- dopiero potem – uczymy;

👉 „To jest prawdziwy
początek edukacji STEM”



PĘDZĄCY ŚWIAT



PO CO SIĘ ZACZYNA?



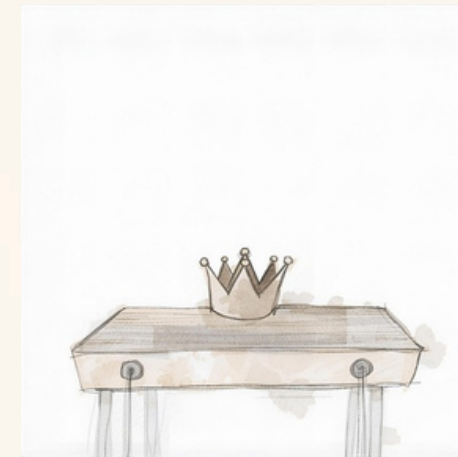
UCZEŃ



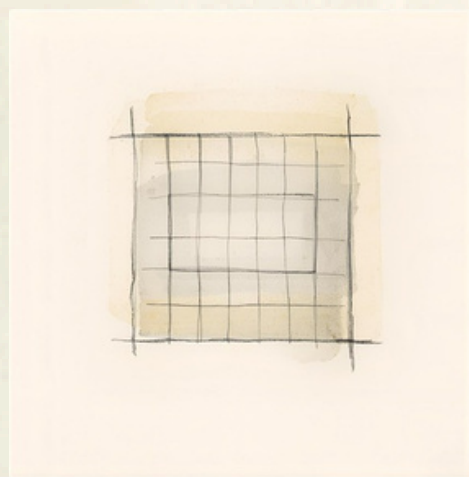
**DYREKTOR
LATARNIK**



**NAUCZYCIEL
GEOGRAF**



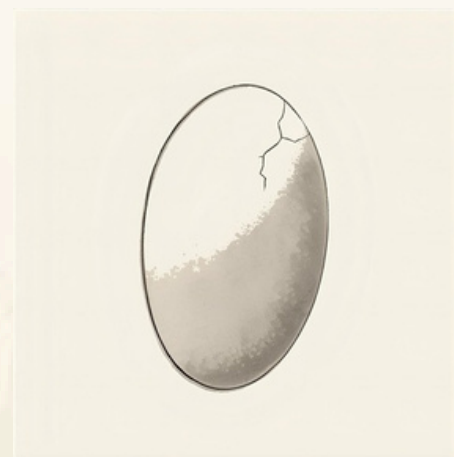
**NAUCZYCIEL
KRÓL**



**NAUCZYCIEL
BANKIER**



**NAUCZYCIEL
PIJAK**



**NAUCZYCIEL
PRÓŻNY**

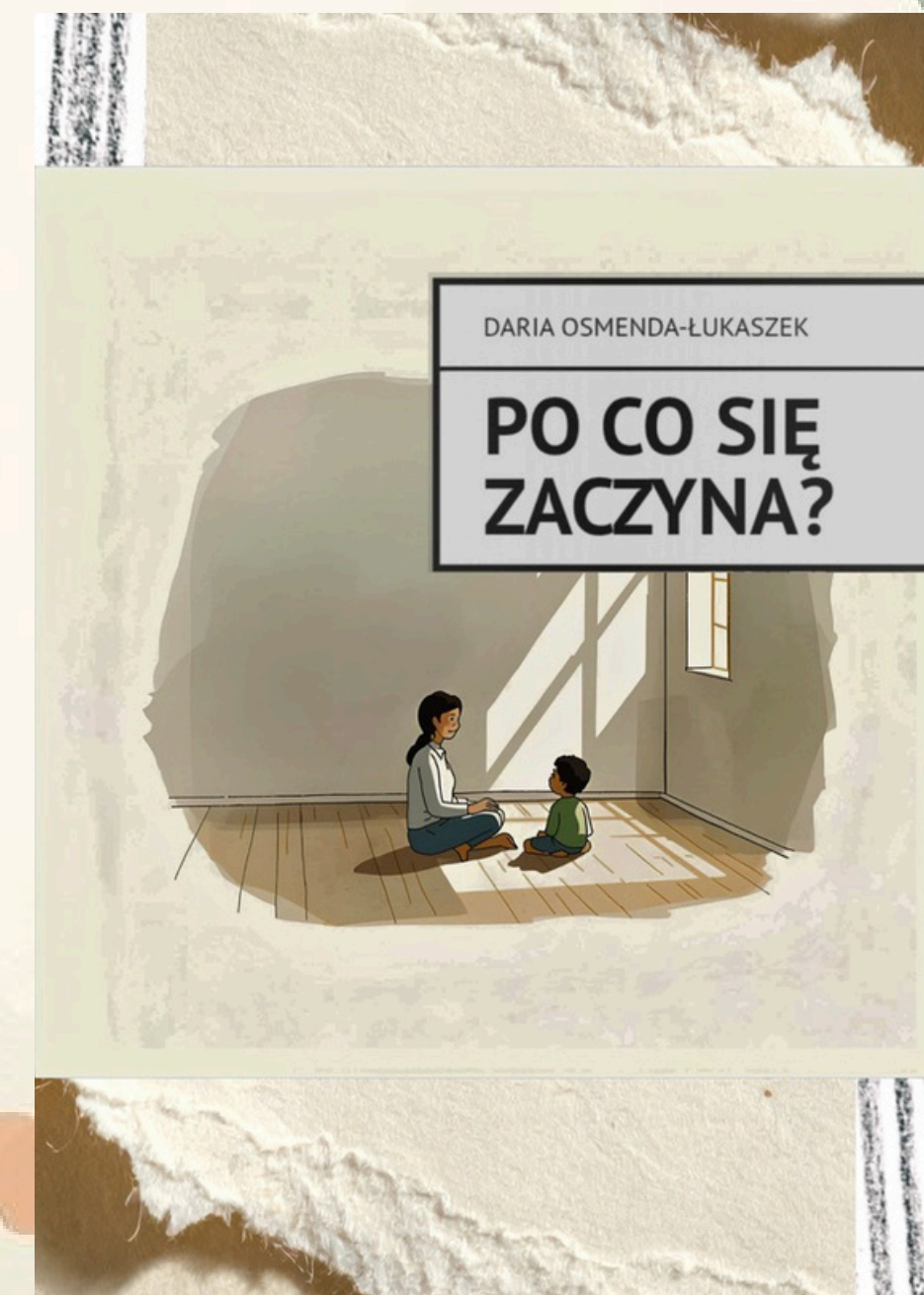


**NAUCZYCIEL
POMINIĘTY**



PUBLIKACJE

wydawnictwo Ridero



daria.creativemind@gmail.com

DLA DOROSŁYCH, KTÓRZY CHCĄ BYĆ NAPRAWDĘ BLISKO



daria.creativemind@gmail.com

NAJPIERW RELACJA POTEM EDUKACJA



Dziękuję za uwagę



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie