

Tematyka związana z emocjami to priorytet w sytuacji, która tak bardzo dotknęła naszych uczniów. Zdalne nauczanie oraz brak regularnego kontaktu z rówieśnikami, a tym samym brak możliwości doskonalenia podstawowych umiejętności emocjonalno - społecznych spowodowały, że wielu uczniom trudno jest odnaleźć się w starej/nowej rzeczywistości szkolnej. W związku z tym, w roku szkolnym 2021/2022 klasa VIa będzie brała udział w projekcie LEKCJE Z EMOCJAMI. JAK DBAĆ O SWÓJ NASTRÓJ?, który to projekt organizowany jest przez Uniwersytet Dzieci.

Zajęcia będą realizowane przez p. Monikę Ratajczyk podczas zajęć z wychowawcą i będą miały formę warsztatów.

W ramach projektu uczniowie poszerzą własną samoświadomość oraz będą doskonalić własną inteligencję emocjonalną. Będą mieli okazję wykorzystać podstawową wiedzę o emocjach, którą posiadają, do dalszego rozwoju własnego. Dowiedzą się m. in. jak tworzyć zgrany zespół, dlaczego warto pracować w zespole, jak dbać o poczucie własnej wartości, jak radzić sobie ze stresem (także podczas publicznych wystąpień), jak dbać o równowagę emocjonalną, jak zachowywać i komunikować się w sposób empatyczny, jak radzić sobie z niepowodzeniami oraz jak wchodzić w rywalizację bez poczucia porażki.