

Edukacja Emocjonalna- tematy zajęć z uczniami

Daty i tematy:

1. Wrzesień: Integracja grupy. Poznanie się uczestników, poznanie założeń projektu, omówienie zasad.
2. Październik: Emocje. Zapoznanie z tematem emocji, omówienie sposobów wyrażania emocji, nauka rozpoznawania emocji u siebie i innych.
3. Listopad: Emocje. Poznanie sposobów na radzenie sobie z emocjami. Ćwiczenie.
4. Grudzień: Radzenie sobie ze stresem. Czym jest stres? Jak sobie z nim radzić?
5. Styczeń: Samoocena. Rozwijanie samoświadomości- jaki jestem? Jakie są moje mocne strony, zalety i zainteresowania?
6. Luty: Radzenie sobie z porażkami.
7. Marzec: Komunikacja i współpraca w grupie. Jak się skutecznie komunikować z innymi (aktywne słuchanie, mowa ciała, Komunikat "Ja"). Ćwiczenie współpracy w grupie.
8. Kwiecień: Asertywność. Ćwiczenie umiejętności wyrażania własnego zdania, zapoznanie z tematem granic.
9. Maj: Empatia. Rozwijanie empatii- dlaczego warto pomagać i być życzliwym? W jaki sposób można pomagać?
10. Czerwiec: Konflikty- ćwiczenie sposobów pokojowego rozwiązywania konfliktów.

Zajęcia odbywają się w grupach, w czwartki, raz w miesiącu w sali nr 33:

Dla uczniów z klas 1-3- o godzinie 16:15-17:15

Dla uczniów klas 4-6- o godzinie 15:00- 16:00

Dla uczniów z klas 7-8 o godzinie 17:30-18:30

Kolejne planowane terminy zajęć to: 20.02.25r.; 20.03;24.04;22.05;12.06

Zostały **wolne miejsca w grupie dla uczniów z klas 7-8**. W razie chęci zapisania dziecka prosimy o kontakt z Panią Justyną Zwierską poprzez e-dziennik.