

Aktualności

19.12.2024 19:13

W dniach 16, 17 grudnia 2024 r. w naszej szkole odbyły się warsztaty na temat: „Emocja – Ja czuję” oraz „Nie spędź życia w telefonie”.

Zajęcia prowadzone były w klasach I-III i V-VI. Celem zajęć było uświadomienie uczniom o podstawowych emocjach, ich identyfikowaniu i właściwym przeżywaniu. Poruszony został również problem uzależnienia od telefonu komórkowego oraz przedstawiono strategie do radzenia sobie z tą zależnością. Specjaliści zwrócili uwagę na to, jak nadmierne korzystanie z telefonu może wpływać na samopoczucie (radość, smutek, zmęczenie, złość). Warsztaty były prowadzone w sposób przystępny i dostosowany do wieku dzieci z wykorzystaniem zabaw, gier oraz scenek, które pomogły uczniom zrozumieć, że życie poza ekranem niesie również ze sobą emocje zarówno te pozytywne, jak i trudne, które są naturalne i ważne, ale kluczowe jest nauczenie się, jak je rozumieć i odpowiednio wyrażać. Uczniowie wykazali się dużym zaangażowaniem i aktywnością. Chętnie brali udział w rozmowie o emocjach, spędzaniu czasu z telefonem, dzielili się swoimi doświadczeniami i refleksjami na temat wskazanym przez Specjalistów.

Lucyna Witkowska

[GALERIA](#)