

1. Lekcja wychowawcza “ O stresie”

Zapraszam do obejrzenia filmu pt. “Stres wróg czy przyjaciel”

Filmik informuje o stresie. Podpowiada jak radzić sobie ze stresem. Nie mówi bezpośrednio o czasach kryzysowych, takich w których teraz się znajdujemy. Ale pooglądajcie filmik:

„Stres - wróg czy przyjaciel”, który znajduje się pod adresem:

<https://www.youtube.com/watch?v=7Tg81LhIFTU>

Następnie wykonaj ćwiczenia, które znajdują się w scenariuszu zajęć pod wskazanym linkiem:

file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Temp/instrukcja_i_karty_pracy_rozwijanie_umiejetnosci_radzenia_sobie_ze_stresem.pdf

Oczekuję na informacje zwrotne pod adresem: beakra.spzwierzno@gmail.com

Pozdrawiam wszystkich serdecznie.

Pedagog szkolny. Beata Krajnik