**Warszawa 16.11.2020r.**

**Konspekt pozalekcyjnych zajęć wychowawczych**

 

[**https://pl.pinterest.com/pin/664069907552094724/**](https://pl.pinterest.com/pin/664069907552094724/)**dostęp 03.11.2020r**

**Temat: Myślenie pozytywne – listopadowy wysiłek.**

**Prowadząca:** Justyna Januszko

**Grupa** : wychowankowie ZSS im. E. Szelburg Zarembiny nr78

 młodsza/ starsza

**Miejsce**: Klinika Nefrologii i Nadciśnienia Tętniczego

**Kompetencje kluczowe**: uczenia się, świadomości i ekspresji kulturalnej;

**Cele ogólne**:

- rozwijanie umiejętności nazywania i rozpoznawania swoich emocji;

- kształcenie umiejętności dbania o emocje pozytywne;

- motywowanie wychowanków do działania;

**Cele szczegółowe**:

Wychowanek:

- potrafi nazwać swoje emocje i opisać swoje samopoczucie;

- doświadcza, co ma wpływ na dobry nastrój;

- poznaje sposoby jak dbać o pozytywne myślenie na co dzień;

- wykonuje prace plastyczna przedstawiającą to, co wywołuje u niego pojawienie się emocji pozytywnych;

**Metody:**

Podająca: pogadanka

Eksponująca: pokaz, ekspozycja

**Formy pracy**:

Grupowa i indywidualna;

**Materiały dydaktyczne:** karta pracy, kredki , mazaki, farby (do wyboru);

**Przebieg zajęć:**

1. **Określanie nastroju uczestników zajęć : „Czuję się…**

Uczestnicy określając swój nastrój, mogą korzystać z załącznika, przedstawiającego różne emotikonki. Ważne jest by opisali wybraną przez siebie emotikonkę i spróbowali wytłumaczyć swój wybór.

**Zał. nr 1**



<https://pl.pinterest.com/pin/392305817517839603/> dostęp 06.11.2020r

1. **„Emocjonalna zabawa miesiącami” – pogadanka.**

Uczestnicy zastanawiają się które miesiące przynoszą nam najwięcej radości a które są miesiącami mniej radosnymi. Nie bierzemy pod uwagę jednostkowych opinii , tylko sugerujemy się ogólnym nastawieniem ludzi i zachowaniem przyrody.

Uwaga uczestników skupia się wokół aktualnego miesiąca listopada.

1. **Prezentacja filmu: „Jak dbać o dobry nastrój?”**

<https://www.youtube.com/watch?v=4KFhQMfWBpQ>

1. **Omówienie filmu i pogadanka przywołująca dobre wspomnienia uczestników.**

Uczestnicy przywołują pozytywne wspomnienia z ostatniego czasu.

*(Prowadzący może zacząć, by ułatwić zadanie uczniom, opisując coś ze swojego życia codziennego co wywołało u niego ostatnio dobre emocje.*

1. **Zaproszenie do wykonania pracy plastycznej**

**Karta pracy pt. Moje wspomnienia**

Uczestnicy podczas wykonywania pracy słuchają muzyki np.

[**https://www.youtube.com/watch?v=mHBR12nnpSs**](https://www.youtube.com/watch?v=mHBR12nnpSs)

1. **Omówienie prac.**