

## Dzień Otwarty 3 LO w Będzinie pod hasłem: **NORWID - PSYCHOLOGICZNIE I HUMANISTYCZNIE**

**W ramach wzmacniania zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży zapraszamy Państwa na warsztaty dla uczniów nastawione na budowanie odporności psychicznej.**

Proponujemy do wyboru następujące tematy:

### **„BUDUJEMY ODPORNOŚĆ PSYCHICZNĄ DZIECI I MŁODZIEŻY - STRES PROSTE TECHNIKI I POMYSŁY, JAK SOBIE PORADZIĆ”**

podczas warsztatów uczniowie będą mieli okazję:

- dowiedzieć się, co to jest stres, oraz zrozumieć jego wpływ na ciało i umysł
- ćwiczyć umiejętności radzenia sobie ze stresem poprzez zabawne gry i aktywności
- poznać techniki redukcji stresu, które będą mogły stosować w przyszłości, by skutecznie sobie z nim radzić

prowadząca - psycholożka w 3 LO mgr Magdalena Lipiak

godz. 9.00 – 10.30

godz. 10.30 – 12.00

### **„WYOBRAŹNIA W DZIAŁANIU ☺ WARSZTATY KRATYŹNOŚCI”**

podczas warsztatów uczniowie będą mieli okazję:

- rozwijać umiejętności twórczego myślenia i wyobraźni poprzez zabawne ćwiczenia i gry
- odkrywać, jak kreatywność może być narzędziem do rozwiązywania problemów i wyrażania siebie w codziennym życiu
- rozwijać umiejętności, które promują samodyscyplinę, współpracę oraz budowanie pewności siebie.

prowadząca – pedagożka/psychoterapeutka dr Magdalena Kleszcz

godz. 9.00 – 10.30

### **WARSZTATY HUMANISTYCZNE:**

1. „TAJEMNICZA MISJA: „Literacki detektyw na śladach językowych zagadek!”
2. „TAJEMNICZA MISJA: „Wciel się w literackiego detektywa i odkryj tajemnicze ścieżki polonistycznych zagadek”

Podczas warsztatów mamy dla Was cztery ekscytujące aktywności:

1. Na tropie literackich opowieści:

Czas na odkrywanie literackich światów! Razem będziemy czytać i tworzyć własne historie, korzystając z waszej wyobraźni i pomysłowości.

2. Ekspedycja językowa: śladami związków frazeologicznych:

Przygotujcie się na podróż przez świat frazeologii! Poznamy znaczenia i pochodzenie różnych związków frazeologicznych, a także spróbujemy ich użyć w naszych rozmowach.

3. W poszukiwaniu śladów bohatera literackiego:

Czy potraficie rozpoznać bohatera literackiego zaledwie na podstawie kilku wskazówek?

Przyjrzymy się temu, jak dobrze znacie literackie postacie...

4. Wyprawa ku doskonałości językowej: Czas na zabawę! Podejmiemy wyzwanie poprawienia błędów językowych zaczerpniętych z... uczniowskich zeszytów. Będzie wesoło i twórczo!

prowadząca – nauczycielka języka polskiego w 3 LO mgr Beata Michalska

godz. 9.00 - 10.00

godz. 10.10 – 11.10