**Zadania dla klasy VIIIb**

Szanowni Państwo! Drogi uczniu! ☺

W bieżącym tygodniu (18.05.2020r. – 22.05.2020r.) zajmiemy się tematem pozytywnego myślenia.

Temat zajęć : ***„Pozytywne myślenie”.***

Pamiętaj, aby zasiadając do pracy skorzystać ze sprawdzonego przepisu ☺

* dobry humor;
* kubek herbaty lub ulubionego soku;
* pozytywne nastawienie;
* spokój i rozluźnienie

Miłej pracy i zabawy

Powodzenia ☺

Beata Tomczyk-Milczarek

***Pozytywne myślenie*** - jest to umiejętność dostrzegania dobrych stron i pielęgnowania w sobie dobrych emocji. Aby na co dzień być bardziej radosnym i pogodnym człowiekiem, wystarczy zacząć trenować.

I znowu obejrzyj krótki filmik:

* https://youtu.be/DLtvnRvzTs0

Po obejrzeniu filmiku, spróbuj zrobić swoją listę rzeczy, które są źródłem pozytywnych emocji.

Powinny być to rzeczy związane ze zmysłami, np.: muzyka, jedzenie, zapach, miłe chwile. Taką listę możesz sobie powiesić w swoim pokoju. Możesz ją wykonać w różny sposób, w formie mapy myśli, plakatu.

 I jak to jest z Twoim pozytywnym myśleniem? ☺