

ZAPRASZAMY PAŃSTWA DO UDZIAŁU W SPOTKANIACH ONLINE

W RAMACH PROGRAMU „ŚWIADOMOŚĆ PROCENTUJE-DLA CIEBIE I TWOICH BLISKICH”

Udział w spotkaniach jest bezpłatny

ZAPISY DO 5.04.2021

<https://whlf.eu/about/our-mission/consciousness-percentages?lang=pl>

HARMONOGRAM SPOTKAŃ ONLINE

DATA	GODZ.	TEMAT	ZAGADNIENIA
07.04.2021r.	19:00	POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI VS PANDEMIA I EDUKACJA ONLINE	<ul style="list-style-type: none">• skala problemu• na co zwracać uwagę i w których obszarach zachować szczególną czujność,• problemy oraz obawy dzieci i młodzieży - jak na nie reagować,• wyzwania domowe• komunikacja wartości• dźwignia empatii poczucie własnej wartości - czym jest, na co wpływa, co ją zaburza, jak wspierać, jak odbudować,• działania szkolne i działania do domu
		Dodatkowe materiały dla uczestników (przeznaczone szczególnie dla dzieci z klas 1-3):	<ul style="list-style-type: none">• jak wytłumaczyć dziecku, co to jest poczucie własnej wartości,• jak bać o poczucie własnej wartości,• ćwiczenia i zabawy do wydrukowania.
21.04.2021r	19:00	WPŁYW EMOCJI I UMYSŁU NA NASZE ZDROWIE	<ul style="list-style-type: none">• depresja u nastolatków,• jak wzmocnić poczucie własnej wartości,• co zrobić, jeśli nie lubisz własnego wyglądu,

			<ul style="list-style-type: none"> • jak kontrolować emocje, • wpływ zdrowia psychicznego na zdrowie fizyczne, • potęga śmiechu, • rodzinne posiłki – znikająca tradycja.
05.05.2021r.	19:00	MOTYWACJA WEWNĘTRZNA JAKO DŹWIGNIA ROZWOJU	<ul style="list-style-type: none"> • moc i rola pozytywnego nastawienia w życiu, • jak budować motywację wewnętrzną, • kary i nagrody, • ocenianie szkolne - czym zastąpić, jak dawać uczniom informacje zwrotną, aby zachęcić ich do rozwoju, • jak chwalić, żeby nie szkodzić, • jak wspierać potencjał wewnętrzny dziecka i ucznia.
		Dodatkowe materiały dla uczestników (przeznaczone szczególnie dla dzieci z klas 1-3):	<ul style="list-style-type: none"> • jak wytłumaczyć dzieciom czas i konsekwencje działań, • sposoby na planowanie, • ćwiczenia i zabawy do wydrukowania.
19.05.2021r	19:00	RACJONALNE ODŻYWIANIE – CZY WARTO?	<ul style="list-style-type: none"> • otyłość - czy naprawdę jest problemem, • geny czy środowisko, • czym grozi otyłość, • czym jest i o czym informuje BMI, • jak walczyć z otyłością, • co mogą zrobić rodzice.
26.05.2021r.	19:00	ZABURZENIA ODŻYWIANIA – POWODY I OBJAWY	<ul style="list-style-type: none"> • obsesja na punkcie wagi, • anoreksja — samogłodzenie/jadłowstręt psychiczny, • bulimia — napady obżarstwa i prowokowane wymioty, • ortoreksja – obsesja na punkcie zdrowia, • świadomość i wsparcie rodziny.
02.06.2021r.	19:00	RODZIC I NAUCZYCIEL - AUTORYTET NIEIDEALNY	<ul style="list-style-type: none"> • sztuka popełniania błędów, • czego wymaga od nas dzisiejszy rozwój oraz edukacja • dzieci i młodzieży, • szkoła i dom – naczynia połączone,

			<ul style="list-style-type: none"> • kim jest dzisiejszy rodzic i nauczyciel, • co dalej?
		Dodatkowe materiały dla uczestników (przeznaczone szczególnie dla dzieci z klas 1-3):	<ul style="list-style-type: none"> • jak wytłumaczyć dzieciom, czym jest wytrwałość, • ☒ jak wytłumaczyć wartość płynącą ze współdziałania, • ☒ ćwiczenia i zabawy do wydrukowania.