Zajęcia socjoterapeutyczne (rozwijające kompetencje emocjonalno-społeczne).

Temat**: Dobre samopoczucie w domu wśród najbliższych.**

1.Odszukać wiersze lub inne teksty o środowisku naturalnym ptaków i zwierząt na przykład

O dziupli, w której mieszkają ptaszki, najlepiej się tutaj czują i mają w niej mnóstwo pracy.

2. Ludzie także czują się w swych domach najbezpieczniej w gronie rodzinnym. Los sprawił, że możemy więcej czasu spędzać wśród najbliższych. Czas ten należy właściwie wykorzystać na naukę, zabawę oraz rozwój zainteresowań i zamiłowań. Nie mamy kontroli nad tym, co się dzieje na świecie, ale mamy nad tym, co w naszym życiu. Inni też są w izolacji i też organizują sobie czas na wiele ciekawych rzeczy, które można robić:

- robić wszystko, na co wcześniej nie można było sobie pozwolić,

-dokończyć to, co się wcześniej rozpoczęło,

-pooglądać zdjęcia, aby powspominać miłe chwile,

-czytać literaturę,

-oglądać interesujące filmy, najlepiej o tematyce rodzinnej,

-uczyć się poprzez zabawę (gry planszowe, gry i zabawy edukacyjne, które rozwijają pamięć, myślenie, koncentrację i uwagę, zdrową rywalizację, a przede wszystkim niosą radość),

 

-upiec chlebek i bułeczki albo placek, tak, żeby pachniało w całym domu,

-mądrze się odżywiać, jeść dużo warzyw i owoców zawierających witaminę C, aby zwiększyć odporność na wirusy,

-rysować, malować , wykonywać inne prace plastyczne,

-śpiewać i słuchać muzyki,

-posprzątać dom,

-zrobić coś, na co masz ochotę.

3. Wykonać dekorację świąteczną na Wielkanoc , zdrową sałatkę z kolorowych owoców i warzyw lub inną ciekawą pracę wspólnie z rodzicami i rodzeństwem. Zrobić zdjęcie i przesłać do mnie. **Ważne, aby to sprawiło radość i satysfakcję całej rodzince. Najważniejsze, aby myśleć pozytywnie, być życzliwym i serdecznym dla siebie nawzajem☺.**

**RADOSNYCH ŚWIĄT WIELKANOCNYCH SPĘDZONYCH W GRONIE RODZINNYM☺**

Pozdrawiam☺ Grażyna Orkowska

