

Wellbeing a hry

Dne 3. 3. proběhl ve třídě II. D projektový den: „Wellbeing a hry“. V naší třídě jsme si dopřáli den, kdy jsme zpomalili, nadechli se a věnovali se tomu nejdůležitějšímu – jak se cítíme. Cílem projektového dne byla podpora duševní pohody žáků prostřednictvím aktivit zaměřených na uvědomování si a vyjadřování emocí, spolupráci, vzájemnou komunikaci a sebepoznání. Vedli jsme žáky k porozumění vlastních pocitů, hledání způsobů, jak pracovat se stresem, vytváření bezpečného a přátelského třídního prostředí, spolupráci ve skupině. Žáci si vyzkoušeli jednoduché relaxační techniky, pohybové i hravé aktivity a učili se, jak si navzájem naslouchat a respektovat se.

