

Milí žiaci,

Zadávam Vám úlohu z vyučovacieho predmetu Terapeuticko-korekčné cvičenia (TKC).

Na úlohu máte 2 týždne. Vypracovanú úlohu pošlite najneskôr do 07.02.2021.

Všetci poznáte z hodín TKC našu aktivitu nazvanú „Náladometer“ – mapovanie mojej momentálnej nálady. Chcem od každého z Vás, aby si „oznámkoval“ svoju momentálnu náladu (to, ako sa v poslednej dobe cítite) ako známku v škole. To znamená:

1 – veľmi dobrá nálada, cítim sa super, skvele, som šťastný, prežívam radostné pocity.....

2 – zväčša dobrá nálada, ale nie je to na jednotku

3 – taká „stredná“ nálada, nemám úplne zlú ani dobrú náladu, alebo zmiešaná nálada- cítim naraz viac rôznych pocitov, niektoré mi náladu zlepšujú, iné zhoršujú

4 – prevláda u mňa skôr horšia nálada

5 – cítim sa úplne zle, som utrápený, smutný, veľmi nahnevaný, mám strach a podobne.

Do odpovede na email mi napíšeš číslo známky

+

jednu alebo 2 vety, kvôli čomu si si vybral/a práve túto známku, prípadne, opíš slovami ako sa momentálne cítiš. Ak chceš, môžeš napísať aj viac viet.

+

na záver sa podpíšeš, aby som vedela, kto mi píše 😊.

Odpovede píšete na:

[psycholog.lvs.kesov@gmail.com](mailto:psycholog.lvs.kesov@gmail.com)

Pozdravujem Vás všetkých, verím, že sa máte dobre a postupne zvládajte aj návrat k školským povinnostiam, keďže sa blíži koniec prvého polroka. Držím Vám palce!

Ahojte,

Vaša teta psychologička Jana