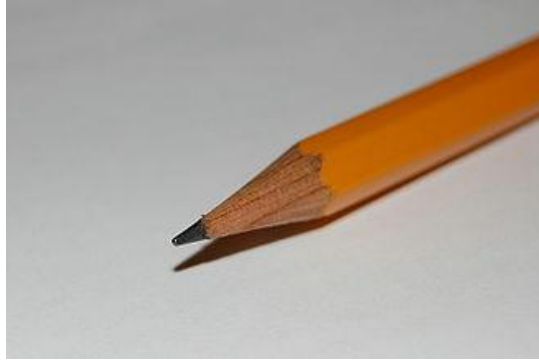


Ćwiczenie motywujące: *Jestem dumny/jestem dumna...*

1. Weź kartkę i ołówek/długopis.



2. Zapisz w **10 punktach**, z czego jesteś dumny/dumna.

Może to być **czynność, którą wykonałeś, twoja cecha, umiejętność.**



3. Pamiętaj, że z tym ćwiczeniem jest **jak z ćwiczeniem na siłowni lub robieniem pompek:**

pierwsze 3 przykłady wykonujemy szybko, bez specjalnego wysiłku;

przy kolejnych trzech jest trochę trudniej

ale prawdziwa praca zaczyna się przy ostatnich, które przychodzą nam najtrudniej, trzeba się przy nich najwięcej „namęczyć”.

Dlatego nie poddawaj się i napisz koniecznie 10 odpowiedzi - nie mniej!!

Powodzenia!!