

Jedynka prezentuje na święta:

Szkolny poradnik pozytywnego myślenia



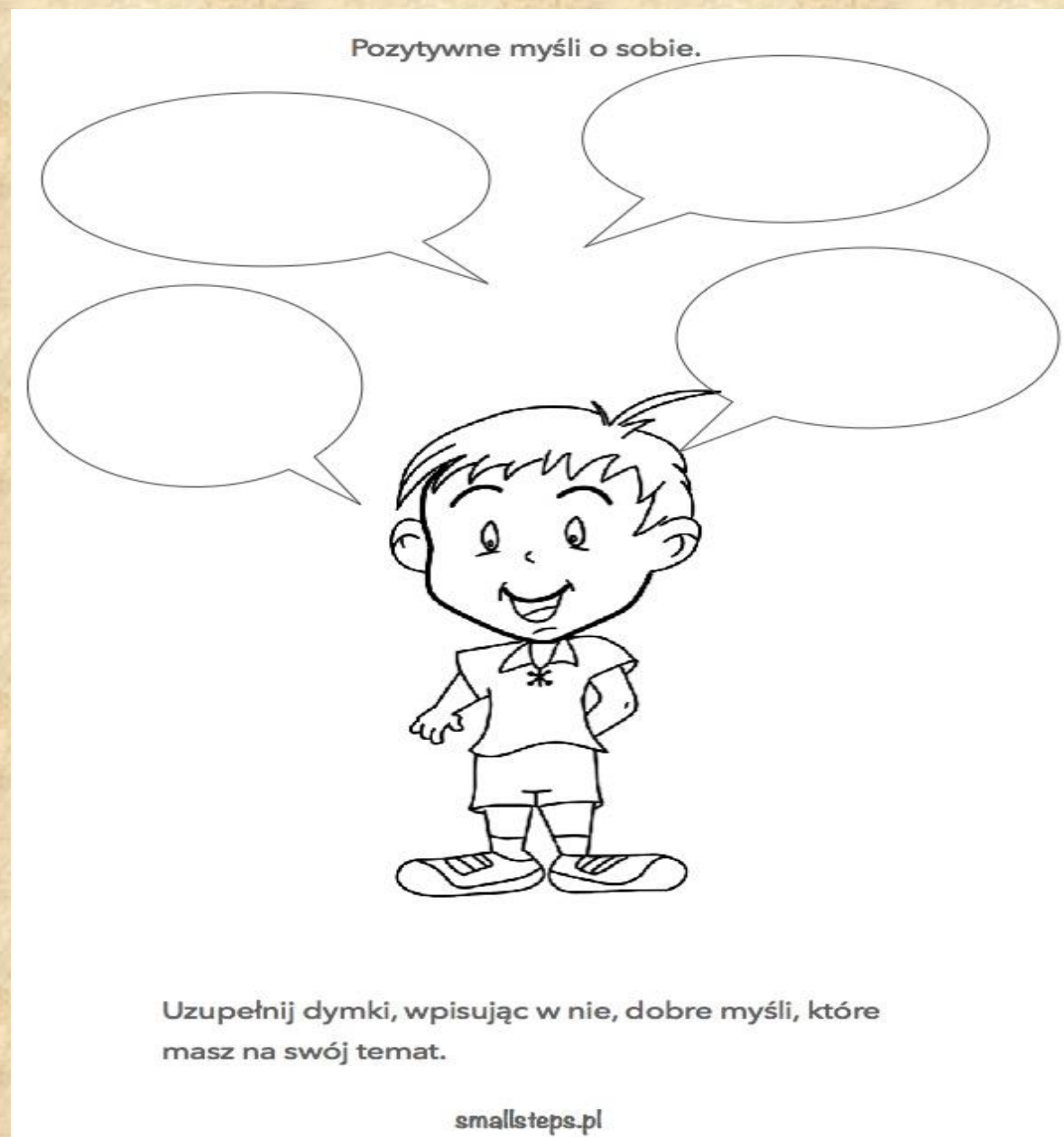
Jesteś kreatorem własnego szczęścia!!!

- Myśl pozytywnie. Bądź szczęśliwy!
 - Dobre myśli przyciągają dobro 😊
 - Uśmiechnij się do siebie i do innych 😊
 - Bądź życzliwy 😊
 - Ciesz się z drobnych rzeczy 😊

Polub siebie

Znajdź swoje pozytywne
cechy....

Przerysuj i uzupełnij...



Uśmiechaj się...



Odkryj moc czytania...



Przesłanie jest proste:

rodzice powinni czytać dzieciom.

Dzięki temu dzieci zaczynają się uczyć, wchodzić w pozytywne interakcje.

Czytanie stymuluje rozwój mózgu, umiejętność uczenia się, pamięć, skupienie uwagi, rozwój społeczno-emocjonalny.

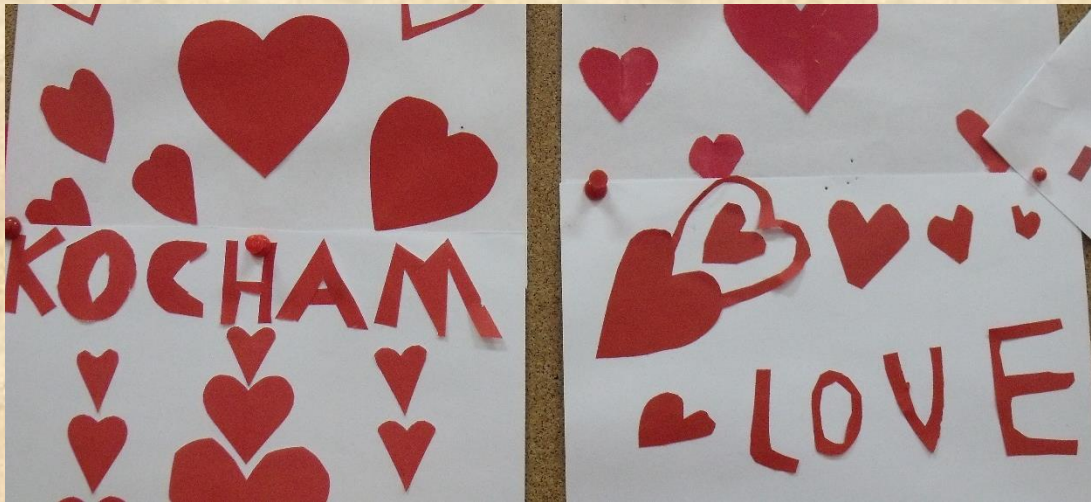
Nawet gdybyśmy próbowali stworzyć jakieś urządzenie, które byłoby w stanie te wszystkie elementy stymulować, nie wymyślilibyśmy nic lepszego niż właśnie książka.

prof. Barry Zuckerman

Cytat z artykułu: Pielęgnowanie mózgu

<https://nauka.wiara.pl/doc/5893222.Pielegnowanie-mozgu>

Bądź życzliwy...



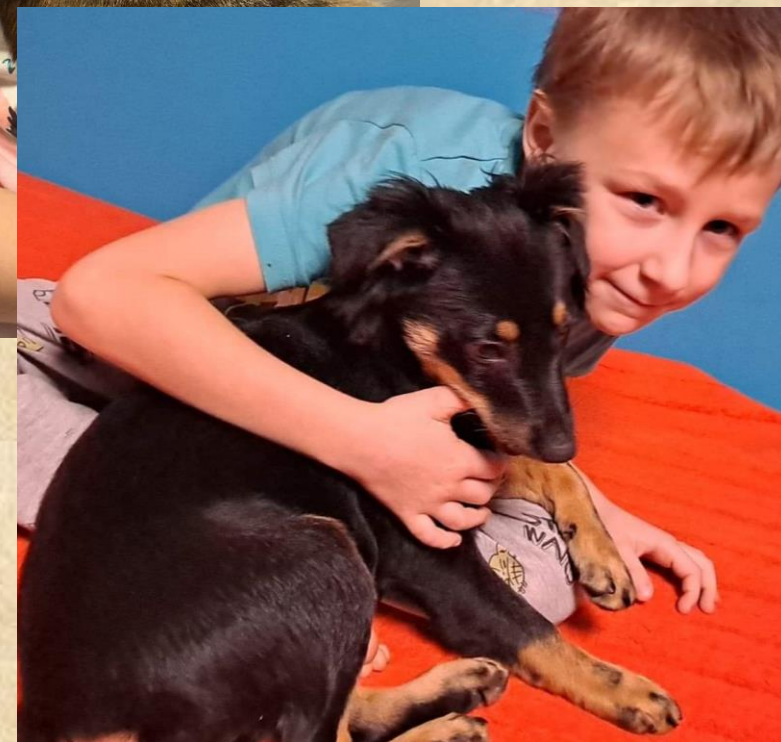
Ciesz się z drobnych rzeczy...



Radość z przytulania



Radość z przytulania



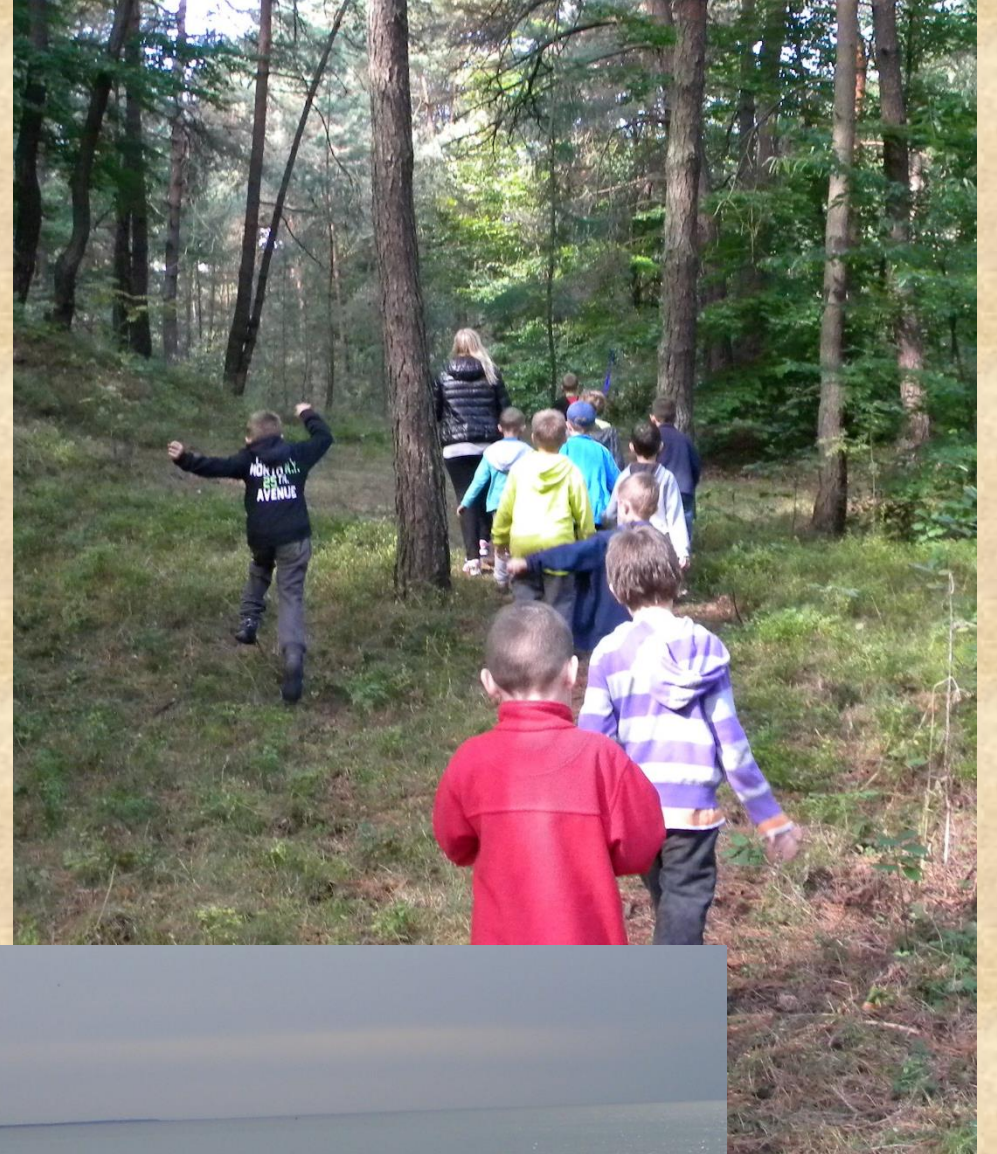
Zachwyć się przyrodą...



Wspomnij miłe chwile...



A može spacererek?



Magia słów!!!

„Kiedy się śmieje dziecko, śmieje się cały świat”

„Zawsze wstawaj swoją pozytywną nogą !”

„Pamiętaj o tym , że wiele najlepszych dni Twojego życia jeszcze się nie wydarzyło”

„Bądź dobrej myśli, bo po co zły”

„Każdy dzień jest raz w życiu”

„Nie licz dni. Spraw, by każdy dzień się liczył”

Marzenia uskrzydlają...



Świąteczny
czas...



Co daje pozytywne myślenie?



Warto przeczytać



<https://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/rozwoj-osobisty/pozytywne-myslenie-ma-wielka-moc-wykorzystaj-jego-sile-aa-kY1j-LcLi-Mg4p.html>

<https://portal.abczdrowie.pl/myslenie-pozytywne>

Pozytywne myślenie krzepi bardziej niż słodkie jedzenie...

Śmiech to najprostsza metoda uwalniania hormonów szczęścia zwanych endorfinami. Każdy może je „wyprodukować” sam!

Spróbuj TERAZ !

ŚMIEJ SIĘ!





Prezentację przygotował Zespół ds. Promocji Zdrowia Szkoła Podstawowa nr 1 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Katowicach

Anna Paradowska

Małgorzata Wilk

Janusz Piper

Katowice, grudzień 2020 r.