

ROK SZKOLNY 2022/23

Temat/ forma	<i>(Nie) Na ostatnią chwilę - zarządzanie sobą w czasie</i>
Adresat	Uczniowie szkół liceów, techników i szkół branżowych
Cel i treść	<ol style="list-style-type: none">1. Uczniowie zapoznają się z zagadnieniem prokrastynacji – zjawiska odkładaniem w czasie ważnych działań2. Uczniowie poznają sposoby umiejętnej organizacji czasu nauki, pracy.3. Motywacja do nauki. <p>Zajęcia warsztatowe dotyczące umiejętności zarządzania sobą w czasie – porządkowania działań, ustalania ich hierarchii, planowania. Zajęcia pozwalają omówić i oswoić zjawisko prokrastynacji i zidentyfikować tzw. złodziei czasu. Dostarczają praktycznych wskazówek jak skutecznie organizować czas.</p>
Liczba godzin	45 min
Termin	Do uzgodnienia.
Miejsce realizacji	Szkoła, sala lekcyjna
Materiały i sprzęt potrzebny do przeprowadzenia zajęć	Sprzęt do odtworzenia prezentacji
Prowadząca	mgr Michalina Duszyńska, psycholog