



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Agnieszka Puzio-Dębska

---

## **Złość według Smoka Lubomiła - Szkoła Podstawowa nr 6 z Oddziałami integracyjnymi im. Kornela Makuszyńskiego w Mławie**

Publikowane od  
06.12.2022 08:00:59



W okresie od września do końca listopada 2022 r. klasa 5 b realizowała projekt edukacyjny w ramach Narodowego Programu Czytelności 2.0 na lata 2021-2025. W ramach projektu na kolejnych zajęciach z wychowawcą uczniowie przeczytali książkę Wojciecha Kołyszko pt. „Smok Lubomił i tajemnice złości”. Następnie analizowali własne emocje, dzielili się przemyśleniami, szukali sposobów na radzenie sobie z uczuciem złości. W grupach przygotowali plakaty z zasadami dotyczącymi radzenia sobie w trudnej sytuacji. Prace dzieci zostały zaprezentowane na klasowej gazetce szkolnej. Uczniowie obiecali stosować poznane zasady we wzajemnych relacjach.

*Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach realizacji*





"Złość"

Lekkie zdenerwowanie

10 sposobów na radzenie sobie ze złością

- Zaakceptuj ją!
- Reflektuj.
- Komunikuj złości.
- Rozmawiaj z kimś.
- *zabawny* Spróbuj psychoterapii.
- Dbaj o swój dobrostan.
- Sprawdź stan zdrowia.
- Odstaw używki.

SPÓJ  
OPANUJ  
ZŁOŚĆ

Wskazanie przyczyn, lokalizacji bóli, typów bóli, okularów, partnerów lub partnerki, w tym celu należy użyć specjalnego formularza, który można pobrać z witryny internetowej lub w formie papierowej uzyskać od nas bezpłatnie.





Do pobrania

[Artykuł promocyjny 665.79 KB](#)

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artykuł/złosc-według-smoka-lubomila-szkola-podstawowa-nr-6-z-oddziałami-integracyjnymi-im-kornela>