

## Warsztaty dla dzieci

Drodzy Rodzice, w ramach działań Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Ostrołęce realizowane są przez pedagoga Poradni Dorotę Żebrowską warsztaty rozwijające koncentrację uwagi i spostrzegawczości dla dzieci klas III szkoły podstawowej z elementami Mindfulness (ćwiczenia uważności).

---

Mają one na celu rozwijanie umiejętności skupiania uwagi na sobie i otoczeniu, relaksacji oraz koncentracji na wykonywanych zadaniach. Ćwiczą pamięć, spostrzegawczość i tempo reagowania. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu. Można jeszcze dołączyć.

Zapraszamy serdecznie