

(1) **PORADNIA
PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA NR 6**
80-704 Gdańsk, ul. Lenartowicza 21
tel /fax 58 301 18 15
NIP 583.303.453, REGON 14 00130211



Gdańsk, dn. 02.03.2022 r.

**Dyrektorzy Szkół Sportowych
oraz Szkół z klasami sportowymi
w Gdańsku**

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 6 w Gdańsku oferuje **wsparcie dla uczniów (będących zawodnikami) i ich rodziców w obszarze psychologii sportu**. Obejmuje konsultacje indywidualne i zajęcia grupowe, warsztatowe w zakresie:

- koncentracji uwagi;
- mindfulness – techniki uważności;
- radzenie sobie ze stresem, porażką sportową;
- wzmacnianie motywacji;
- wyznaczanie celów;
- planowanie, nawyki, trening w rutynie przedstartowej;
- budowanie pewności siebie;
- zarządzanie emocjami;
- wzmacnianie spójności drużynowej;
- skuteczna komunikacja.

Miejsce konsultacji indywidualnych:

ZSO nr 6 ul. Głęboka Gdańsk gab. 107

Zajęcia grupowe, warsztatowe do uzgodnienia.

W godzinach: poniedziałek, wtorek, środa, piątek 15:15-19:15;

Czwartek 8:00-12:00

Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu w rejestracji poradni: nr tel. 58 301 18 15, 502712360.

ZESPÓŁ SZKÓŁ
OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH nr 6
80-759 Gdańsk, ul. Głęboka 11

dr Anna Florkacz-Więckowska
WZIEDYREKTOR

80-704 Gdańsk
Lenartowicza 21

tel./fax: 58 3011815
502712360

sekretariat@ppp6.edu.gdansk.pl
http://ppp6.edu.gdansk.pl