

7a – doradztwo zawodowe – 21.01.2021 r.

Temat: Stres – wróg czy przyjaciel?

Obejrzyj film:

<https://www.youtube.com/watch?v=7Tg81LhIFTU>

Na podstawie filmu odpowiedz na pytania:

- Czym jest stres?
- Jakie są rodzaje stresu?
- Jak sobie radzić ze stresem?