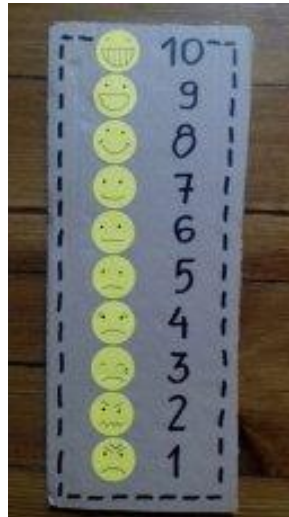


Zadania do realizacji 19.06.2020

1. Na wstępie przypomnimy sobie pojęcie emocji. Niech każdy z Was określi, w jakim jest dziś nastroju. Wskażcie na Barometrze Uczuć wybraną emocję, nazwijcie ją i powiedzcie, dlaczego tak się czujecie:



2. Posłuchajcie piosenki:

<https://youtu.be/kRJFN6V7TB4>

- A teraz powtórzmy refren, zaśpiewajmy go wskazując obrazki przedstawiające emocje:



3. Zagraj w grę i poukładaj- uczucia przyjemne i nieprzyjemne

<https://wordwall.net/pl/resource/1573827/emocje>

4. Wysłuchajcie piosenki o różnorodnych emocjach: szczęściu, złości. Treść piosenki podpowie Wam jak radzić sobie z emocjami. Podczas refrenu naśladowajcie gesty i ruchy. Bawcie się dobrze.

<https://youtu.be/WeRYx4rZRSc>

5. Zabawa z kostką dla Dzieci i Rodziców

Jeśli wypadnie:

To:



Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że czujesz radość.



Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że czujesz smutek.



Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że czujesz strach.



Powiedz, co możesz zrobić, kiedy się boisz (1 przykład).



Powiedz, co możesz zrobić, kiedy coś cię smuci (1 przykład).

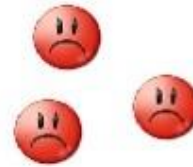


Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że się złościś.



Jeśli wypadnie :

To:



Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że wpadasz w złość.



Powiedz, co dzieje się w twoim ciele, kiedy czujesz złość (1 przykład)



Podaj, co możesz zrobić, żeby poradzić sobie ze złością (1 przykład)



Podaj jedną sytuację, w której trudno było ci opanować złość.



Podaj jedną sytuację, w której dałeś radę opanować swoją złość.



Powiedź, co może się stać, kiedy nie zapanujemy nad naszą złością (1 przykład)



6. Połącz trzy te same emocje, możecie użyć różnych kolorów.

