

Poniedziałek, 18 maja 2020 r.

**Witajcie Kochani!**

Dziś porozmawiamy sobie o naszych uczuciach i emocjach.

### **Ćwiczenie 1**

Przyjrzyjcie się ilustracjom. Spróbuj opowiedzieć jakie uczucia wyrażają dzieci?



## Ćwiczenie 2

Stań przed lustrem. Spróbuj naśladować miny dzieci na obrazkach. Pokaż jak się czujesz gdy:

- rodzice cię chwala,
- ktoś sprawi ci przykrość
- jesteś głodny
- dostaniesz prezent
- ktoś przyłapie cię na kłamstwie
- boli cię ząb
- boisz się dużego psa



Przyjrzyj się uważnie jak wygląda twoja mina kiedy jesteś...:

- zły ?
- smutny ?
- wystraszony ?
- wesoły ?
- zawstydzony ?
- zdziwiony ?



➤ Jak myślicie? Kiedy się **złości**my?



**ZŁOŚĆ**

Złócimy się wtedy kiedy ktoś lub coś nie pozwala nam robić tego co chcemy, albo dostać tego czego potrzebujemy.

➤ Kiedy się **smuc**imy?



**SMUTEK**

Smucimy się wtedy, gdy żegnamy się z tym co straciliśmy lub gdy godzimy się z tym, że pewnych rzeczy nigdy nie będziemy mieć.

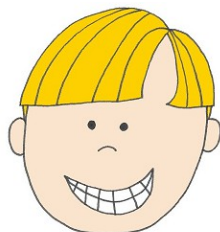
- Kiedy się **boimy**?



**STRACH**

Boimy się, kiedy czujemy zagrożenie. Strach chroni nas przed nim nakazując nam krzyczeć, uciekać, chować się lub walczyć.

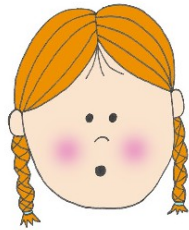
- Kiedy się **cieszymy**?



**RADOŚĆ**

Różne osoby cieszą inne rzeczy, zdarzenia.

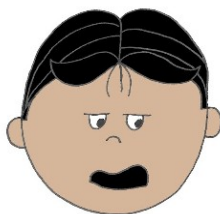
➤ Kiedy się **wstydzimy**?



WSTYD

Wstydzimy się, gdy różnimy się czymś od innych i ktoś nam daje to odczuć lub gdy przyłapano nas na czymś niewłaściwym.

➤ Kiedy **zazdrościmy**?



ZAZDROŚĆ

Zazdrościmy wtedy, gdy nie mamy tego, co mają inni. Pojawia się w nas wtedy złość albo smutek.

Poprosimy teraz waszych rodziców o przeczytanie  
Wam króciutkiego wierszyka J. Kucharczyk pt.:  
*„Moje uczucia”*. Posłuchajcie uważnie.

Żal mi minionych wakacji, urodziny, które już były,  
I tego, że odwiedziny babci już się skończyły.  
Smutno, że tata wyjechał, mama tak mało ma czasu  
i złość mnie bierze, że brat mój robi tak dużo hałasu.

Tu, w moim sercu, mieszkają uczucia: miłość, radość i smutek.  
Czasem jestem tak bardzo szczęśliwy, lecz czasem także się  
smucę.

W kieszonce kasztan na szczęście o tym wciąż przypomina,  
że wszystko co jest takie smutne kiedyś z czasem przemija.

Zobacz, już się uśmiechasz, bo znów będą wakacje,  
Tata niedługo już wróci, z mamą pójdiesz na spacer,  
Po burzy zawsze jest tęcza, po deszczu słońce znów świeci,  
Po chwilach trudnych i smutnych znów szczęśliwe są dzieci.

\*\*\*

**Spróbujcie teraz odpowiedzieć na kilka pytań :**

- Co mieszka w sercu?

- Czy zawsze jest nam wesoło?
- Czy zdarza się, że coś Was smuci?
- Czy zdarza się, że coś Was złości?



Emocje są czymś zupełnie normalnym. Towarzyszą wszystkim ludziom: dzieciom i dorosłym. Nawet jeśli dzieci mają trudne i smutne chwile, to później znowu są szczęśliwe.

## Zadanie 1

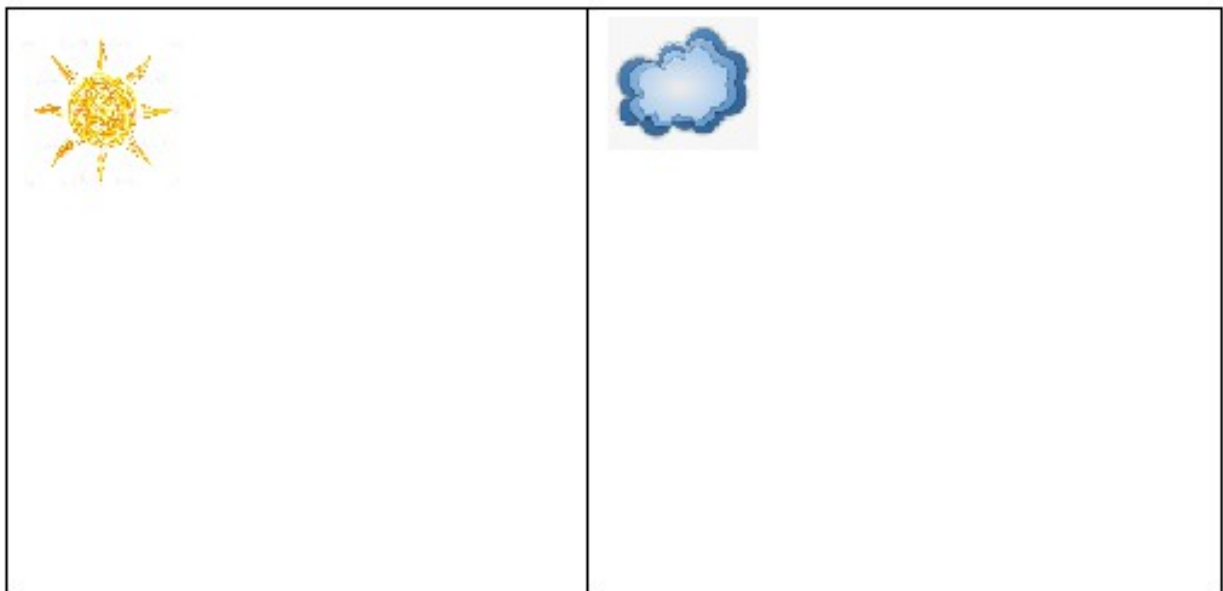
Zabawa „**Dokończ zdanie**”

- Jestem zły gdy ...
- Cieszę się gdy ...

- Jestem smutny gdy ...
- Jestem zdziwiony gdy ...

## Zadanie 2

Weź kartkę i złóż ją na pół. Podziel linią. W lewej części, w rogu kartki narysuj słońce. W prawej części, w rogu kartki narysuj chmurkę. W części, gdzie znajduje się chmurka narysuj co Cię smuci, w części, gdzie jest słoneczko narysuj co cię cieszy.





Czy wiecie, że uczucia o których dziś się uczyliśmy można wyrazić minkami? Te minki noszą trudną nazwę **EMOTIKONY**. Dzieci znają je z bajki „Emotki” oraz z telefonów komórkowych, komputerów i tabletów w których chętnie emotikony się pojawiają.

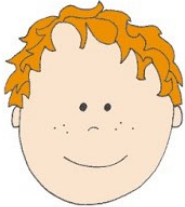
### Zadanie 3

Spójrz na buźki poniżej. Czy wiesz co one oznaczają? Wskaż palcem, które z nich oznaczają coś **przyjemnego**.



## Zadanie 4

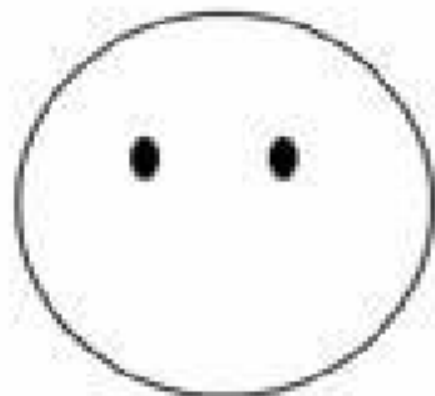
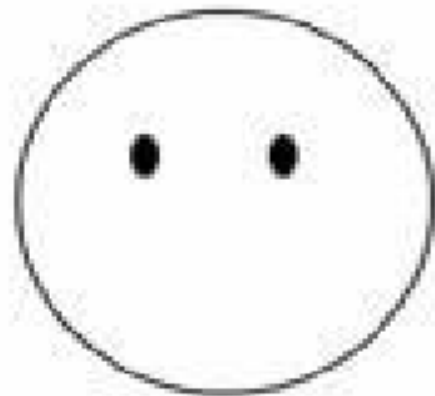
POŁĄCZ TWARZE DZIECI Z ODPOWIEDNIMI EMOTIKONAMI.



## Zalecenia nauczyciela wspomagającego

### Zadanie 1

Narysuj właściwą buźkę



## Zadanie 2

Połącz w pary chłopca i dziewczynkę, które wyrażają te same emocje.

