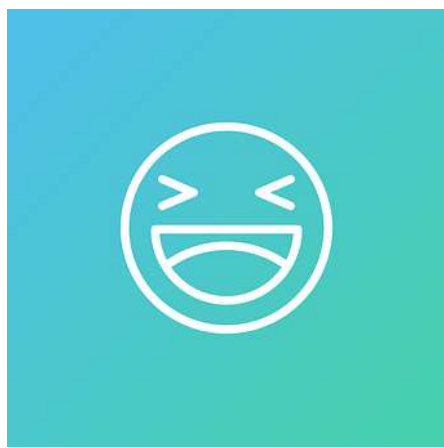


Zajęcia z psychologiem 11.05.2020r. - 15.05.2020r.

(zajęcia adresowane do uczniów klas II-IIIaL, IIIbAN i IV-VIbAN Szkoły Podstawowej nr 17 oraz do uczniów klas Ia/z i IIIc/z Szkoły Przystosobającej do Pracy)

Temat: Radość – kiedy widzę świat przez różowe okulary.



Opisz buźkę, którą widzisz na obrazku.

Jakie ma oczy? Otwarte czy zamknięte?

Jakie ma usta, otwarte czy zamknięte? Czy coś Ci przypominają?

Jak myślisz, jaka to emocja? Zdziwienie, radość czy smutek?

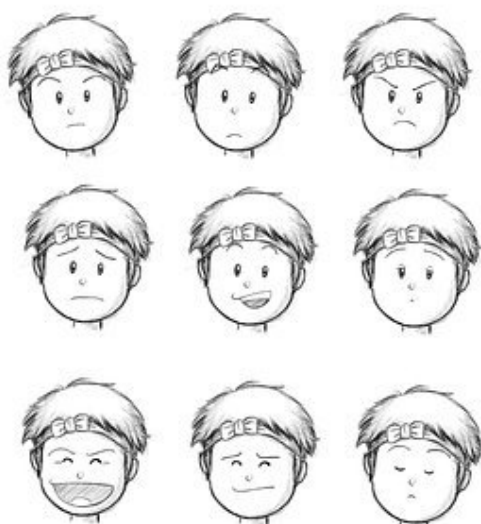
Tak, to radość.

Czy to uczucie jest przyjemne, czy przykre?

Radość to jedna z podstawowych emocji. Pojawia się wtedy, gdy spotyka nas coś dobrego i miłego. Radość to jedno z najprzyjemniejszych uczuć. To przeciwieństwo smutku.

Ćwiczenie 1

Zaznacz różową kredką, która buźka jest najbardziej podobna do tej, która jest powyżej.



Ćwiczenie 2

Nasze uczucia są jak pogoda. Czasem świeci słońce, innym razem pada deszcz lub rozpęta się burza. Zaznacz czerwoną kredką, który rysunek pogody kojarzy Ci się z radością.



Ćwiczenie 3

Wskaż, które dzieci są szczęśliwe i powiedz, co Twoim zdaniem sprawiło, że tak się czują.



Ćwiczenie 4

RADOŚĆ to inaczej SZCZĘŚCIE, ZADOWOLENIE, UCIECHA lub WESOŁOŚĆ. Wielka radość to EUFORIA. Poszukaj w diagramie wszystkich podkreślonych wyrazów i zakreśl je niebieską kredką.

Z	A	D	O	W	O	L	E	N	I	E	B	A	W
O	K	T	G	E	M	S	L	I	H	W	N	A	E
Z	R	O	S	Z	C	Z	Ę	Ś	C	I	E	R	S
M	A	R	T	S	X	A	L	I	G	J	S	L	O
A	D	I	G	A	U	C	I	E	C	H	A	O	Ł
M	O	G	I	E	U	F	O	R	I	A	H	G	O
A	Ś	D	I	A	C	Z	E	G	S	J	N	K	Ś
Y	Ć	R	Y	Y	B	O	R	P	O	S	G	E	Ć

Ćwiczenie 5

Zrób przed lustrem wesołą minę. Uśmiechnij się tak, aby twoje usta przypominały banana lub księżyc, możesz pokazać zęby. Twoje oczy mogą być otwarte lub przymknięte.

Jak się czułeś / czułaś pokazując tą emocję?

Przypomnij sobie, w jakiej sytuacji miałeś / miałaś taką minę? Narysuj lub napisz poniżej.

Radość sprawia mi...

Pomyśl przez chwilę kiedy ostatni raz czułeś/czułaś radość? Przypomnij sobie te chwile i zapisz w dymkach poniżej.



Największą radość sprawia mi...



Ćwiczenie 6

Zaznacz zieloną kredką jak wyrażasz swoją radość? W pustej kratce możesz dopisać swój sposób na okazywanie szczęścia, jeśli nie odnalazłeś/aś go w tabelce.

ŚMIEJĘ SIĘ	PODSKAKUJĘ	BIEGAM
KLASZCZĘ	ŚPIEWAM	KRZYCZĘ
TAŃCZĘ	PRZYTULAM SIĘ	

Ćwiczenie 7

Jeśli lubisz słuchać muzyki to posłuchaj piosenki o radości. Znajdziesz ją klikając w poniższy link:

https://www.youtube.com/watch?v=Y3ijd9di_Nc&t=78s&fbclid=IwAR3s3_mM_axkC5Wgar0Tdkz9am8hCrLlzbyBJbONSrjnFJhQRYIGbXFgqi4 .

W opracowanym scenariuszu wykorzystano kartę pracy: „Radość sprawia mi...” opublikowaną na stronie:

<https://www.facebook.com/TreningUmiejetnosciSpoecznychEmocjonalnychKrakow/>

Drodzy Rodzice!

Serdecznie dziękuję za włożoną pracę i zaangażowanie.

Będę wdzięczna za nadesłanie zdjęć wykonywanych ćwiczeń lub krótkich informacji, jak uczniowie radzą sobie z zadaniami. Adres e-mail: psychologsoswpt@gmail.com .