MOJE EMOCJE -6-latki

ROZWIĄŻ ZAGADKI, A DOWIESZ SIĘ JAKIE EMOCJE MOGĄ NAM TOWARZYSZYĆ?

Wkoło ciemno, czarna noc,

odszedł dzień, zapadła noc,

a pod łóżkiem ,, Bum i bach”,

A ja czuję wielki…….

(strach)

Od samego rana słońce mocniej świeci,

na spacer do lasu maszerują dzieci.

W pierwszej parze Hania,

wokół pachnie wiosna,

Jaki nastrój ma dziś Hania?

Jest bardzo……..

(radosna)

Jaka to emocja odpowiedzcie sami,

Gdy pięści zaciskam i tupię nogami?

(złość)

Dziś w przedszkolu mały Tomek

zburzył Zosi z klocków domek.

Jacek, co się lubi droczyć

ciągnął Zosię za warkoczyk.

Jaki tych wydarzeń skutek?

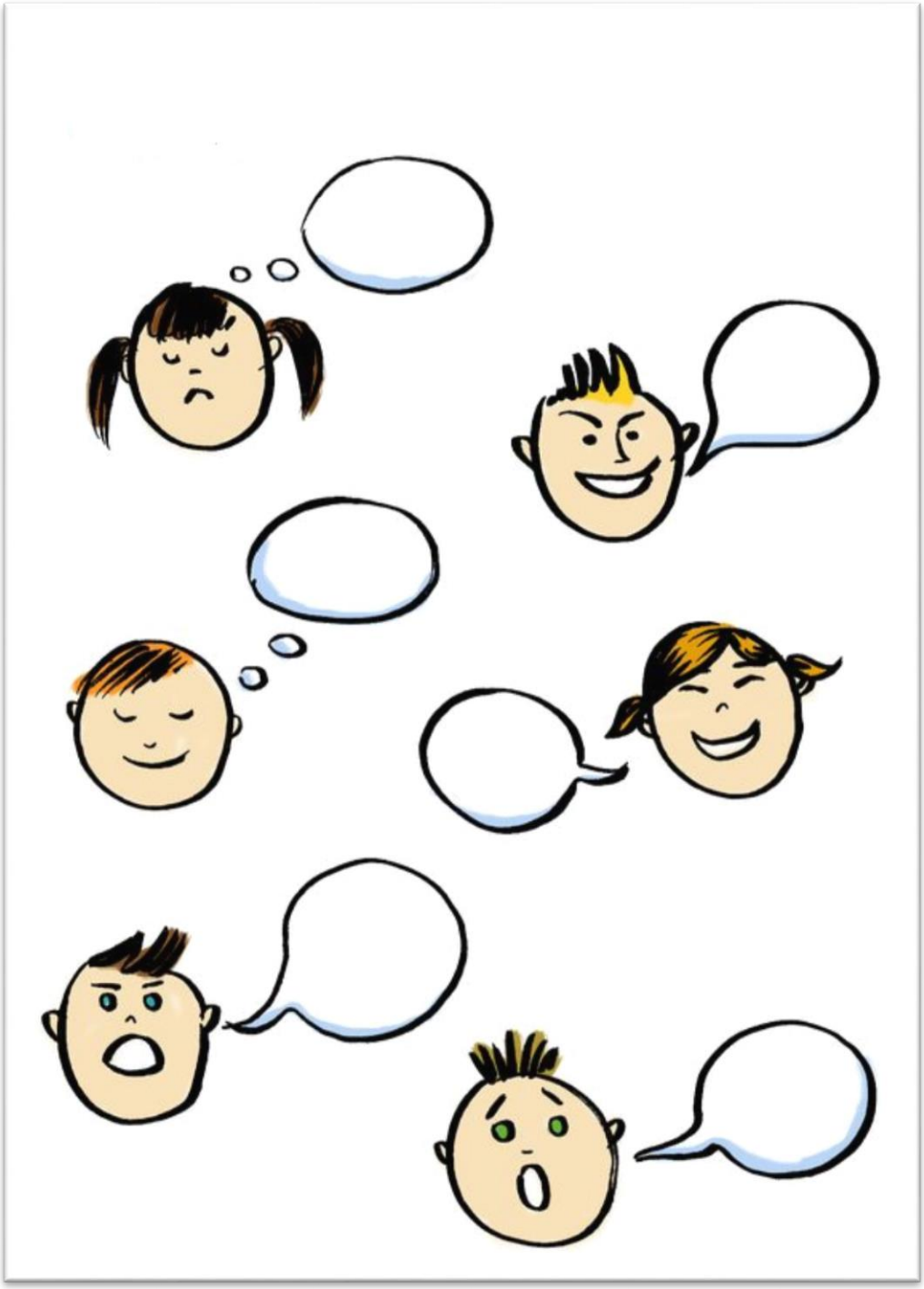
Zosię dziś ogarnął……..

(smutek)

DOPASUJ PODPISY DO OBRAZKÓW

złość	**smutek**
strach	**radość**
wstyd	**duma**

Jak myślisz co chcą powiedzieć dzieci znajdujące się na obrazkach?



,, Co mnie cieszy, co mnie smuci?”

Obejrzyj z mamą lub tatą zdjęcia, które znajdują się w rodzinnym albumie. Wybierz te, na których jesteś radosny oraz te na których widać smutek, złość. Zastanówcie się co sprawiło, że czuliście smutek, złość i czy można było tego uniknąć?

Jakie masz pomysły na pozbycie się smutku?

Jeśli jesteś smutny możesz:

- przytulić się do mamy lub taty,

- wypłakać się,

- narysować swój smutek,

- porozmawiać z przyjacielem,

- przytulić ulubioną zabawkę.

,, Kiedy jestem zły……..”

Dokończ zdanie:

- Kiedy jestem zły to……

- Jestem bardzo zły, ponieważ……..

- Najczęściej złoszczę się na……

Czasami mamy zły humor.
Dziś zaproponujemy wykonanie czynności i przedmiotów, które pomogą w pozbyciu się złości.

- **Kiedy jesteś zły możesz wspólnie z mamą przygotować ,, poduszkę złości” - narysuj na niepotrzebnej poszewce do poduszki ,, złą minę”- możesz ją teraz tarmosić do woli tak aby cała złość zniknęła.**

- **Możecie też wykonać ,, gniotka”, który pomoże w pozbyciu się złości.**

Dobrą metodą jest policzyć do 10, albo podrzeć starą niepotrzebną gazetę. Super sposobem jest przytulenie się do mamy lub taty.

Jaki jest dziś Twój nastrój?
Czy jesteś wesoły?
Czy chciałbyś wykonać poduszkę złości, gniotka, a może wolałbyś przytulić się do mamy?

Narysuj swoje uczucia. Wykorzystaj do tego mąkę, stół kuchenny. Poproś mamę, aby również narysowała to co czuje.

ZADANIE DOMOWE :

- zrób dobry uczynek,
- uśmiechnij się do mamy, taty i rodzeństwa,
- pomóż mamie w obowiązkach domowych,
- powiedz ważnej dla Ciebie osobie, że ją kochasz,
- uśmiechnij się do siebie w lustrze,

A NA PEWNO BĘDZIESZ MIEĆ DOBRY DZIEŃ.