



Rozumiemy i opisujemy uczucia i emocje

- [Wprowadzenie](#)
- [Film](#)
- [Multimedialne ćwiczenia interaktywne](#)
- [Podsumowanie](#)
- [Słowniczek](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Wprowadzenie

Sytuacje i doświadczenia, z jakimi mierzymy się każdego dnia, wywołują w nas różne emocje zarówno pozytywne, jak i negatywne. Ważne jest, by rozpoznawać je w sobie i odpowiednio na nie reagować. Warto także uczyć się dostrzegać uczucia innych osób oraz dzielić je z nimi - tę zdolność współodczuwania nazywa się empatią. Gdy jej brakuje, rodzą się negatywne emocje i dochodzi do nieporozumień.

Już wiesz

Przed zapoznaniem się z e-materiałem powinieneś umieć:

- nazywać emocje.

Nauczysz się

- rozpoznasz i opiszesz emocje na podstawie fotografii i tekstów literackich;
- poznasz znaczenie związków frazeologicznych z wyrazami: *konflikt*, *nerwy*, *niezgoda*;
- poznasz synonimy rzeczownika *konflikt*;
- rozpoznasz zachowania niezgodne z normami społecznymi;
- dostrzeżesz przejawy empatii w codziennych sytuacjach życiowych.

Film



Zasób interaktywny dostępny pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvHkFyUuq>

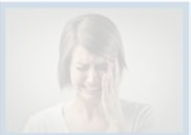
Źródło: LEARNETIC SA, licencja: CC BY 4.0.

Multimedialne ćwiczenia interaktywne

Ćwiczenie 1

Do zdjęć przyporządkuj cechy przedstawionych na nich postaci.

ponuractwo	pośepność	wybuchowość	impulsywność	marzajstwo
placliwość	zgorzkniałość	gwałtowność		

✓ 👁 ↻

Zasób interaktywny dostępny pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DgxL8SXwV>

Źródło: LEARNETIC SA, licencja: CC BY 4.0.

Podsumowanie

Nasze zachowanie i relacje z otoczeniem regulują normy społeczne i moralne. Nie zawsze jednak udaje nam się postępować zgodnie z nimi. Przykładem są sytuacje konfliktowe, w których uczestnicy sporu tracą panowanie nad emocjami (puszczają im nerwy) i doprowadzają do ostrej wymiany zdań. Sposobem na złagodzenie (zażegnanie) konfliktu jest zajęcie empatycznej postawy, polegającej na rozpoznaniu i współodczuwaniu emocji innych osób oraz umiejętności spojrzenia na rzeczywistość z ich perspektywy (wejścia w czyjeś buty lub w czyjąś skórę).

Ćwiczenie 1

Przeczytaj poniższe zdania i zaznacz, czy są one prawdziwe, czy fałszywe.

	Prawda	Fałsz
Profiler tworzy indywidualne portrety ludzi.	☐	☐
W społeczeństwie, w którym żyjemy można rozwiązać niektóre konflikty siłowo.	☐	☐
Eskalacja, to zaostrzanie konfliktu.	☐	☐

Źródło: LEARNETIC SA, licencja: CC BY 4.0.

Słowniczek

dojść do konsensusu

związek frazeologiczny; osiągnąć porozumienie

empatia

(gr. empatheia) współodczuwanie; umiejętność wczucia się w stan emocjonalny drugiej osoby, przyjęcie jej perspektywy spojrzenia na rzeczywistość

eskalacja

stopniowanie, zwiększanie, wzmaganie się czegoś

eskalacja konfliktu

potęgowanie, zaostrzanie się konfliktu

jabłko niezgody

związek frazeologiczny; przyczyna konfliktu

komuś puścić nerwy

związek frazeologiczny; silnie się zdenerwować; stracić panowanie nad emocjami

konflikt

(łac. conflictus - zderzenie) 1. brak porozumienia między stronami; 2. działania zbrojne wynikające z utrzymującego się nieporozumienia między stronami; 3. niedająca się zatrzeć różnica między wartościami, postawami, światopoglądem itp.

konsensus

(łac. consensus – zgoda) 1. porozumienie osiągnięte na drodze dyskusji i kompromisu; 2. zgodne stanowisko w określonej sprawie

kość niezgody

związek frazeologiczny; przyczyna konfliktu

poddać kogoś ostracyzmowi

związek frazeologiczny; wykluczyć kogoś z określonej grupy, środowiska

profler

(fr. profil – wizerunek) osoba tworząca portrety psychologiczne; jego wiedza psychologiczna i umiejętności często są wykorzystywane przy tropieniu seryjnych zabójców

trzymać emocje na wodzy

związek frazeologiczny; panować nad emocjami, kontrolować je

wejść w czyjąś skórę

związek frazeologiczny; wejść w czyjeś położenie

wejść w czyjeś buty

związek frazeologiczny; wejść w czyjeś położenie

zarzewie konfliktu

związek frazeologiczny; przyczyna konfliktu

zażegnać konflikt

załagodzić, stłumić konflikt

Dla nauczyciela

Scenariusz

Autor

Learnetic

Temat zajęć

Rozumiemy i opisujemy uczucia i emocje

Grupa docelowa

szkoła podstawowa, klasa VII

Ogólny cel kształcenia

Rozpoznawanie i opisywanie emocji.

Kształtowane kompetencje kluczowe

Zalecenie Parlamentu Europejskiego i Rady UE z dnia
18.12.2006r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie
uczenia się przez całe życie

- Porozumiewanie się w języku ojczystym
- Świadomość i ekspresja kulturalna

Cele (szczegółowe) operacyjne

Uczniowie:

- definiują empatię;
- charakteryzują empatyczną postawę;
- rozpoznają zachowania niezgodne z normami społecznymi;
- rozpoznają rodzaje konfliktu;

- poznają związki frazeologiczne związane z emocjami i konfliktem;
- rozpoznają emocje bohaterów na podstawie fotografii i tekstów literackich.

Metody/techniki kształcenia

- metoda asymilacji wiedzy: pokaz filmu, dyskusja, praca ze słownikiem
- metoda praktyczna: ćwiczenia interaktywne

Formy pracy

- zbiorowa
- indywidualna
- grupowa

Przebieg lekcji

Faza wprowadzająca

1. Uczniowie jednym zdaniem opowiadają, jak się dziś czują. Następnie tworzą na tablicy listę emocji z podziałem na pozytywne i negatywne.

Faza realizacyjna

1. Nauczyciel wyświetla film *Rozumiemy i opisujemy uczucia i emocje*. Przerywa po słowach: *Funkcjonowanie w społeczeństwie sprawia, że jesteśmy w stanie te zachowania okiełznać*. Zadaje uczniom pytanie, co pomaga nam w unikaniu konfliktów i utrzymywaniu prawidłowych relacji społecznych.
2. Uczyciel wyświetla dalszą część filmu. Przerywa po słowach: *Co tu rozumieć? Jesteś kłamcą i oszustem. Tyle...* Uczniowie analizują obejrzaną scenę, odpowiadając na pytania: Jakie emocje towarzyszyły bohaterom? Czy ich zachowanie było zgodne z normami społecznymi? Dlaczego? Uczniowie wspólnie z nauczycielem rozwiązują zadanie nr 3. Dyskutują o zachowaniach niezgodnych z normami społecznymi. Konfrontują swoje odpowiedzi z dalszą częścią filmu.
3. Nauczyciel przerywa po słowach: *Postarajmy się znaleźć wyjście z sytuacji, kłótnia nic nam nie pomoże, przecież jesteśmy przyjaciółmi*. Uczniowie ponownie analizują obejrzaną scenę, nazywają emocje, jakie towarzyszyły bohaterom. Wyjaśniają, dlaczego ich zachowanie nie było zgodne z normami społecznymi. Uzasadniają. Konfrontują swoje odpowiedzi z dalszą częścią filmu.
4. Nauczyciel zatrzymuje film po słowach: *Zastanów się, kiedy ty ostatnio zostałeś wyprowadzony z równowagi. Co powstrzymało cię przed impulsywnym zachowaniem? Czy miałeś na uwadze normy społeczne i wartości moralne?* Uczniowie odpowiadają na pytania.

5. Nauczyciel zatrzymuje film po słowach: *Spróbujcie stworzyć portret psychologiczny osoby, która rozsiewała plotki. Zaczynjcie od motywów, jakimi się kierowała, określcie jej cechy charakteru i osobowości, a na koniec opiszcie jej cechy fizyczne.* Nauczyciel dzieli uczniów na dwie grupy. Jedna grupa określa motywy bohaterki, druga jej cechy charakteru. Uczniowie omawiają swoje notatki, tworząc spójny portret bohaterki.
6. Nauczyciel wyświetla ostatnią część filmu. Uczniowie rozwiązują ćwiczenia interaktywne 1,2,4,5. Odpowiedzi omawiają z nauczycielem. W ćwiczeniu 4 omawiają znaczenie wymienionych rodzajów konfliktu. Po wykonaniu ćwiczenia nr 5 zastanawiają się, w jakich sytuacjach potrzebna jest empatia.
7. Ćwiczenia językowe. Nauczyciel pyta uczniów, jakie związki frazeologiczne zapamiętali? Uczniowie rozwiązują ćwiczenia interaktywne od 6 do 10. Odpowiedzi omawiają z nauczycielem.
8. Nauczyciel dzieli uczniów na trzy grupy. Jedna wyszukuje przykłady związków frazeologicznych związanych z emocjami, druga z wyrazem konflikt, a trzecia z wyrazem zgoda.

Faza podsumowująca

1. Dyskusja: Czy warto w życiu kierować się empatią? Dlaczego?

Praca domowa

1. Napisz opowiadanie o konflikcie. Postaraj się, aby w wypracowaniu znalazły się związki frazeologiczne.
2. Opisz zaobserwowaną w życiu codziennym (w szkole, na ulicy, w mediach) postawę empatyczną i oceń, co mogłoby się wydarzyć, gdyby jej zabrakło.

Metryczka

Tytuł

Rozumiemy i opisujemy uczucia i emocje

Temat lekcji z e-podręcznika, do którego e-materiał się odnosi

O poszukiwaniu siebie

Przedmiot

Etap edukacyjny

II/ szkoła podstawowa

Nowa podstawa programowa

2. Odbiór tekstów kultury. Uczeń:

1) identyfikuje wypowiedź jako tekst informacyjny, publicystyczny lub reklamowy;

2. Zróżnicowanie języka. Uczeń:

6) rozpoznaje słownictwo neutralne i wartościujące, rozumie ich funkcje w tekście;

7) dostosowuje sposób wyrażania się do zamierzonego celu wypowiedzi;

3. Komunikacja językowa i kultura języka. Uczeń:

1) identyfikuje tekst jako komunikat; rozróżnia typy komunikatu: informacyjny, literacki, reklamowy, ikoniczny;

3) określa sytuację komunikacyjną i rozumie jej wpływ na kształt wypowiedzi;

4) rozpoznaje znaczenie niewerbalnych środków komunikacji (np. gest, mimika, postawa ciała);

III. Tworzenie wypowiedzi.

1. Elementy retoryki. Uczeń:

6) rozróżnia i wskazuje środki perswazji, rozumie ich funkcję.

Kompetencje kluczowe

Zalecenie Parlamentu Europejskiego i Rady UE z dnia 18.12.2006r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie

- Porozumiewanie się w języku ojczystym
- Kompetencje społeczne i obywatelskie

Cele edukacyjne zgodne z etapem kształcenia

Uczniowie:

- definiują empatię;
- charakteryzują empatyczną postawę;
- rozpoznają zachowania niezgodne z normami społecznymi;
- rozpoznają rodzaje konfliktu;
- poznają związki frazeologiczne związane z emocjami i konfliktem;
- rozpoznają emocje bohaterów na podstawie fotografii i tekstów literackich.

Powiązanie z e-podręcznikiem

<http://www.epodreczniki.pl/reader/c/131144/v/44/t/student-canon/m/j000000000DB1v50>