



Emocje

Materiał interaktywny przeznaczony do edukacji wczesnoszkolnej. Zawiera ilustracje oraz ćwiczenia interaktywne z możliwością sprawdzenia poprawności odpowiedzi.

- [Wprowadzenie](#)
- [Film](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Słownik](#)
- [Ciekawostki](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Wprowadzenie

Emocje

Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Twoje cele

- Wyjaśnisz stwierdzenie: „nie ma złych emocji”.
- Wymienisz sposoby okazywania emocji: złości, radości, smutku.
- Wskażesz sposoby okazywania emocji, na które nie będzie przyzwolenia innych.
- Podasz sposoby radzenia sobie ze złością.

Film

Obejrzyj film.



Film dostępny pod adresem </preview/resource/R1dFQZA4Y3Duv>

Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Film nawiązujący do treści materiału

Polecenie 1

Wymień emocje opisane w filmie.

Polecenie 2

Wyjaśnij stwierdzenie: „nie ma złych emocji”.

Polecenie 3

Wymień sposoby okazywania emocji: złości, radości, smutku.

Polecenie 4

Wskaż sposoby okazywania emocji, na które nie będzie przyzwolenia innych.

Sprawdź się

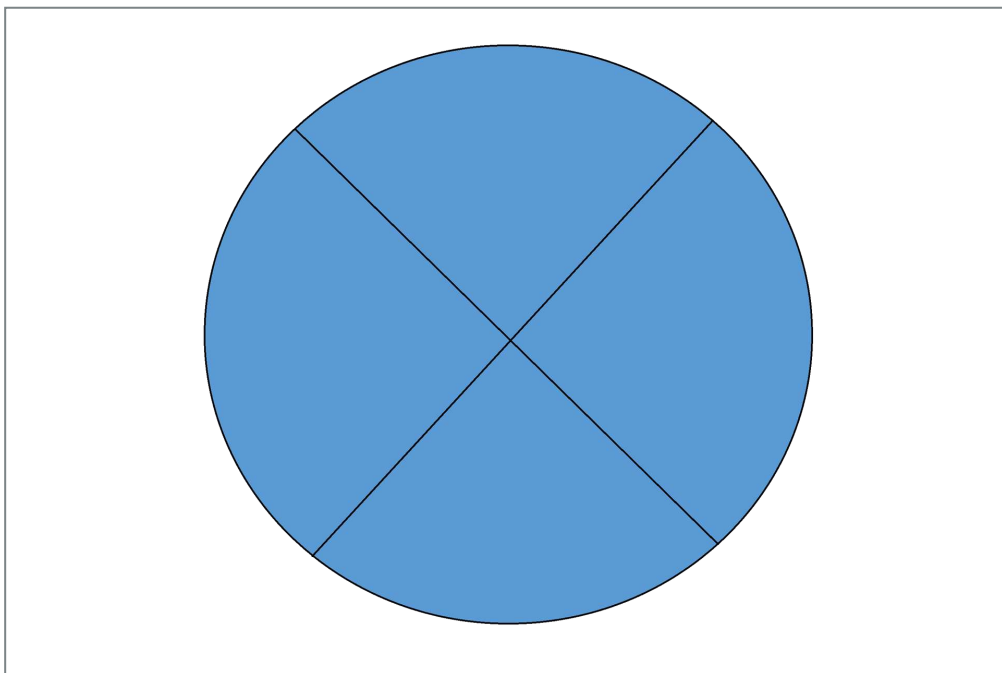
Ćwiczenie 1

Wyobraź sobie sytuację, w której twój kolega niszczy przez przypadek twoją pracę. Czujesz złość. Podaj 4 sposoby, dzięki którym będziesz mógł się uspokoić.

Czasami pomaga nam słuchanie ulubionej muzyki, rozmowa z rodzicem lub przyjacielem, czasem spacer. Ciekawe, jakie są twoje pomysły!

W każdej części koła narysuj, co ci pomaga się uspokoić, gdy czujesz złość. Rysunek możesz wykonać na ekranie lub na kartce.

Gdy pojawi się uczucie złości, będziesz mógł czy mogła skorzystać z propozycji z „koła wyboru”.



Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Ćwiczenie 2

Ułóż wyrazy w kolejności alfabetycznej.

radość



spokój



zadowolenie



strach



smutek



zdziwienie



szczęście



złość



Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Ćwiczenie 3

Oblicz działania, a dowiesz się, jak można nazwać daną emocję, gdy ją silniej przeżywamy.

NAZWA	DZIAŁANIE	WYNIK
ZDUMIENIE	$5 + 7 =$	<input type="text"/>
ZŁOŚĆ	$4 + 9 =$	<input type="text"/>
SMUTEK	$12 - 3 =$	<input type="text"/>
STRACH	$16 - 8 =$	<input type="text"/>

Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Ćwiczenie 4

Dobierzcie się w pary i zakręćcie kołem. Przedstawcie drugiej osobie wylosowaną emocję za pomocą własnego ciała. Jej zadaniem będzie odgadnięcie prezentowanej emocji. Zamieńcie się rolami.

Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Słownik

emocje

emocja

silne uczucie wywołane jakąś sytuacją. Podstawowe emocje to: szczęście, smutek, strach, gniew

Ciekawostki



Źródło: Eduexpert Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

1. Jesteś ciekawy, czy emocje, które będziemy udawać mogą stać się prawdziwe? Naukowcy to sprawdzili i okazuje się, że tak. Udawany uśmiech przez minimum pół minuty może przerodzić się w poczucie radości. Tylko musisz się naprawdę szeroko uśmiechać!
2. „W głowie się nie mieści” to film o emocjach, który warto obejrzeć.

Dla nauczyciela

Numer e-materiału: Temat 79

Autor e-materiału: Magdalena Ostrowska

Tytuł e-materiału: *Emocje*

Poziom edukacyjny, klasa: szkoła podstawowa, klasa 1

Cel ogólny lekcji: W zakresie emocjonalnego obszaru rozwoju uczeń doskonali umiejętność rozpoznawania, rozumienia i nazywania swoich emocji i emocji innych osób oraz świadomość przeżywania emocji i panowania nad nimi umożliwiającą współpracę w grupie poprzez realizację e-materiału „Emocje”.

Cele wynikające z podstawy programowej
Cele szczegółowe
Kształtowane kompetencje kluczowe