

„Gimnastyka umysłu- emocje”- lekcja wychowawcza nr.6

Drodzy uczniowie na zajęcia zapraszam wszystkich uczniów klas V-VIII. W ramach relaksu umysłowego proponuję lekcję w formie zabaw umysłowych zawierających treści wychowawczo- profilaktyczne dotyczące **emocji**.

1. Podkreśl prawidłową definicję spośród wymienionych niżej, określającą termin **EMOCJE**

- a) To uczucia, które najczęściej są nieprzyjemne dla nas i trwają długo.
- b) Często nazywane uczuciami, są specyficznymi reakcjami na określone wydarzenia, które zwykle trwają dość krótko.
- c) Są to relacje rówieśnicze.

2. Ułóż wyrazy określające **emocje** z rozsypanki literowej i zapisz je:

ALŻ-.....

ETUKSM-.....

ADRĆOŚ-.....

WGEIN-.....

ŁMOŚĆ-.....

ĘKL-.....

TDYSW-.....

3. W jakich sytuacjach przeżywasz wymienione poniżej emocje?

Złość

Smutek

Lęk

Wstyd

Radość

4. Odgadnij emocje odpowiadające rysunkom poniżej i wpisz je w odpowiednie pola. Odczytaj hasło według podanych wskazówek.

1) _ n _ _ w- do hasła 4 litera

2) s _ _ a _ _

3) _ _ u _ _ k- do hasła 2 litera

4) r _ _ _ ś _ - do hasła 4 litera

5) m _ _ o _ _ -

6) z _ _ _ _ _ z _ _ _ _ - do hasła 6 litera

- 7) _ i _ _ _ k _ _ - do hasła 8 litera
 8) _ d _ _ _ _ _ _ i _ - do hasła 10 litera



1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8. 3412672 www.fotosearch.co

Hasło:.....

5. Podkreśl **emocje** które kryją się między innymi wyrazami, a następnie ułóż je w kolejności alfabetycznej.

ROWER, DYWAN, RADOŚĆ, ŻAL, ŁAWA, OBAWA, ZASKOCZENIE, KOMPUTER, MASKA, ROZCZAROWANIE, GNIEW, DŁUGOPIS, SMUTEK, OŁÓWEK, LĘK, MIŁOŚĆ, WSTYD, WAZON, ZADOWOLENIE, ŻYRAFA, SZCZĘŚCIE, ZAZDROŚĆ, ZESZYT, KWIAT, ZACHWYT, ODRAZA, KOMÓRKA, ZAURÓCZENIE, BÓL, ZAJĄC, MOTYL, BLOK, SPEŁNIENIE, SPOKÓJ, TREAMA, PIES, BIURKO, TĘSKNOTA, LODÓWKA, OBOJĘTNOŚĆ, TĘSKONOTA, DRZWI, ZDENERWOWANIE

.....

.....
.....
6. Rozwiąż zagadki i odpowiedz na pytania.

ZAGADKA

Usta jak podkówka odwrócona,
Często łezka w oku zakręcona.
Wygląd twarzy tej dziewczyny
Jakby najadła się cytryny.

.....
Pytanie: **Co możemy zrobić, żeby poprawić sobie humor, kiedy jesteśmy smutni?**

.....
.....
ZAGADKA

Gdy jestem nie w sosie,
Gdy mam humor zły,
lecą mi po nosie
jak groch wielkie.....

ZAGADKA

Rozlega się wokoło,
Kiedy jest wesoło
Mówię, że jest szeroki
I można zrywać boki

.....
Pytanie: **Kiedy czujemy radość?**

.....
.....
Powodzenia! Udanej i miłej pracy.