

## Vježba detektiva emocija

**Ciljana metakognitivna vještina:** refleksija, kritičko mišljenje

**Dobna skupina:** 8+

### Potrebni materijali

- Priložene kartice s emocijama
- Priloženi radni list

### Opis aktivnosti

Naučite **prepoznavati emocije**, opisivati kako se osjećaju ili izgledaju i razumjeti kako ih izražavamo.

### Upute

Za dovršetak ove vježbe potreban vam je sljedeći list sa slikama ljudi.

Možete pisati izravno na list ili zapisati svoje odgovore u zasebnu bilježnicu..

**Savjet:** Ne postoji jedan točan odgovor - emocije mogu izgledati drugačije!

1. Pažljivo pogledajte slike s licima ljudi i zapitajte se: **Koja emocija mislite da je to?**

Zatim je zapišite.

#### Emotions detective exercise

|                                                                                      |                                                                                       |                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |
| Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....          | Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....           | Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....           |
|  |  |  |
| Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....          | Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....           | Name:.....<br>Physical signs:.....<br>.....<br>.....<br>Role:.....<br>.....           |

2. Zatim napišite **3 ključne riječi** o fizičkom izražavanju te emocije.

Primjer za „zabrinut“:

- a. Stegnut trbuh
  - b. Pogled prema dolje
  - c. Tihi glas
3. Koja je njegova uloga? Sada kada ste identificirali fizičke znakove, zapitajte se: „Zašto se tako osjećamo? Koja je njegova uloga?“
4. Usporedite svoje odgovore s odgovorima svojih kolega iz razreda i postavite si sljedeća pitanja:
- a. Koju je emociju bilo najteže pogoditi?
  - b. Jeste li danas osjetili tu emociju?
  - c. Kako možete znati kako se netko osjeća u stvarnom životu?

# Vježba detektiva emocija

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                      |                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     |                                                    |                                                   |
| <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> | <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> | <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
|                                                   |                                                   |                                                 |
| <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> | <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> | <p>Ime:.....</p> <p>Fizički znakovi:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Uloga:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |