

Tytuł ćwiczenia: Detektyw emocji

Umiejętności metapoznawcze: refleksja, krytyczne myślenie

Grupa wiekowa: 8+

Potrzebne materiały

1. Załączone karty z emocjami
2. Załączona karta pracy

Opis działania:

Naucz się rozpoznawać (identyfikować) **emocje**, opisywać, jak się objawiają lub wyglądają oraz rozumieć, w jaki sposób je wyrażamy.

Instrukcje:

Aby wykonać to ćwiczenie, potrzebujesz załączonej karty ze zdjęciami/obrazkami ludzi.

Możesz pisać bezpośrednio na karcie lub zapisywać odpowiedzi w osobnym zeszycie.

Wskazówka: Nie ma jednej prawidłowej odpowiedzi – emocje mogą wyglądać różnie!

1. Przyjrzyj się uważnie twarzom ludzi na zdjęciach i zadaj sobie pytanie:
Jaką emocję widzisz?
Następnie zapisz swoją odpowiedź:

Ćwiczenie „Detektyw emocji”

		
Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....	Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....	Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....
		
Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....	Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....	Nazwa:..... Objawy fizyczne:..... Rola:.....

2. Następnie zapisz **3 słowa kluczowe** opisujące fizyczne przejawy tej emocji. Przykład dla „zmartwiony”:
 - a. ściśnięty żołądek
 - b. spuszczone wzrok
 - c. cichy głos
3. Jaką rolę pełni ta emocja? Teraz, gdy zidentyfikowałeś i nazwałeś fizyczne oznaki tej emocji, zadaj sobie pytanie: „Dlaczego tak się czujemy? Jaką funkcję pełni ta emocja?”
4. Porównaj swoje odpowiedzi z odpowiedziami kolegów z klasy i zadawajcie sobie nawzajem następujące pytania:
 - a. Która emocja była najtrudniejsza do odgadnięcia?
 - b. Czy dzisiaj czułeś tę emocję?
 - c. Jak można rozpoznać, co ktoś czuje w rzeczywistości?

Ćwiczenie „Detektyw emocji”

		
Nazwa:	Nazwa:	Nazwa:
Objawy fizyczne:	Objawy fizyczne:	Objawy fizyczne:
.....		
.....		
.....		
Rola:	Rola:	Rola:
.....		
.....		
		
Nazwa:	Nazwa:	Nazwa:
Objawy fizyczne:	Objawy fizyczne:	Objawy fizyczne:
.....		
.....		
.....		
Rola:	Rola:	Rola:
.....		
.....		

