https://www.dzieckiembadz.pl/2017/07/emocje-dla-dzieci.html

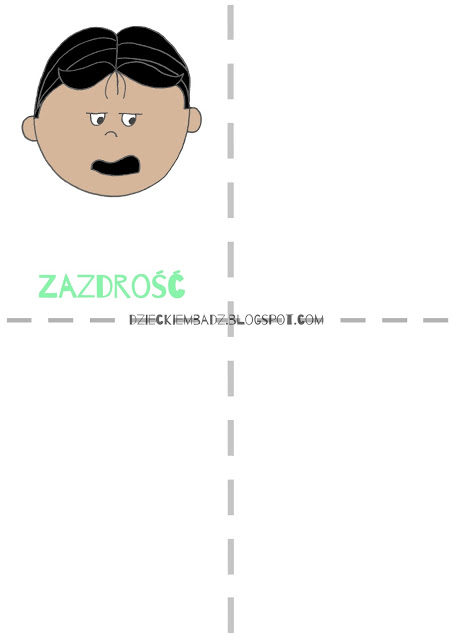
**Karty z emocjami**

Karty możemy wykorzystać do zwyczajnego **memory** - w takim przypadku drukujemy dwa komplety i podklejamy grubym ciemnym papierem, żeby obrazki nie prześwitywały.

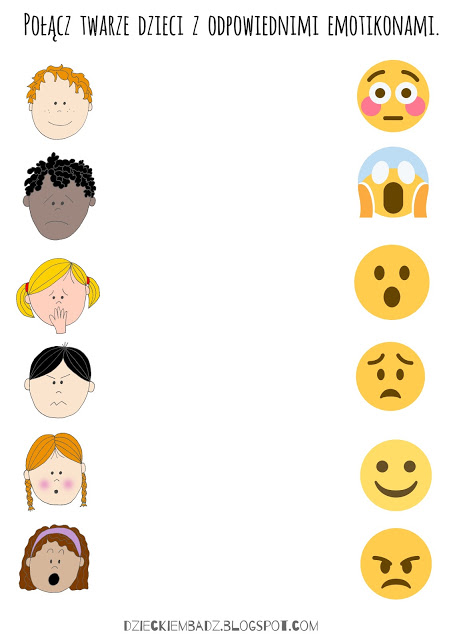
Układamy karty obrazkami do góry. Uczestnicy po kolei robią **minę** wyrażającą daną emocję, zadaniem reszty jest jej odgadnięcie i wskazanie odpowiedniej karty. Możemy dodatkowo zapytać uczestników kiedy czują się szczęśliwi, smutni, zawstydzeni itp. lub wymyślić krótką **historyjkę**, którą dzieci będą musiały podsumować odpowiednim obrazkiem, a także podzielić emocje na te przyjemne i nieprzyjemne. Warto zastanowić się wspólnie jak nieszkodliwie poradzić sobie z **trudnymi emocjami** - jak nie robiąc komuś krzywdy wyładować złość, poradzić sobie ze wstydem, czy strachem, a jak zrobić użytek z **emocji pozytywnych**, np. wykorzystać swój dobry humor do rozśmieszenia kogoś smutnego.

[](https://4.bp.blogspot.com/-wusNt4CxaX8/WXzS24XttwI/AAAAAAAACx4/fW0m7V-JdvUY3D8j4Ob1iIWsNa6lZYJPQCLcBGAs/s1600/Memory-Emocje1.jpg)

[](https://3.bp.blogspot.com/-ZiKFREhkEpU/WXzS25Dkr8I/AAAAAAAACx0/wG8oCY2-yMc0_GROqQ0XSYShzJwiUTlegCLcBGAs/s1600/Memory-Emocje.jpg)

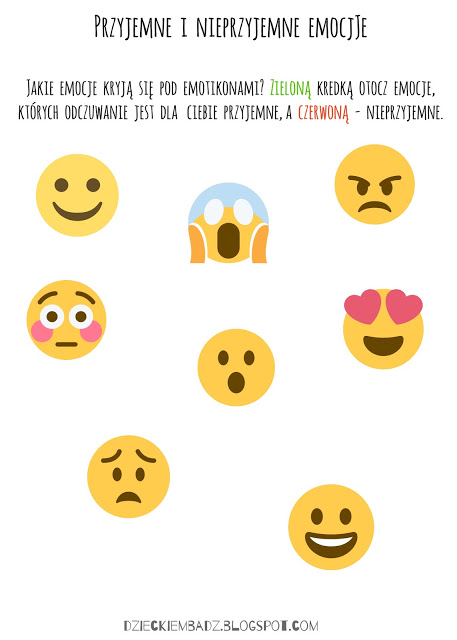
[](https://1.bp.blogspot.com/-PchMqAzHNas/WXzS2cuXCeI/AAAAAAAACxw/7W1zxTZTyoMKazQ0DxghZ7tg-tVBUzmEACLcBGAs/s1600/Memory-Emocje2.jpg)

W poniższym zadaniu dzieci muszą połączyć twarze z pasującymi do nich emotikonami.

[](https://1.bp.blogspot.com/-4d-61jUdm0A/WXzfBS9SH1I/AAAAAAAACyU/ywyhesV3gBoEZPuE13EGCdSgZOuzEO6YgCLcBGAs/s1600/Emocje-Emotikony.jpg)

**Przyjemne i nieprzyjemne emocje**

Uważam, że nierozsądnie jest dzielić z dziećmi emocje na złe i dobre, bo każda z nich jest w jakiś sposób przydatna i często adekwatna, tak więc, kolejną propozycją zabawy jest podział znanych im emocji na takie, których odczuwanie jest przyjemne i nieprzyjemne.

[](https://1.bp.blogspot.com/-_UcNIUGAaOQ/WXzejY_x2QI/AAAAAAAACyQ/xDgOmF3-tGYJKHRYKzHw94hP95g6q4vBwCLcBGAs/s1600/GoodBadFeelings.jpg)