



### Наименование на дейността: Довършване на истории с карти на емоциите

---

**Възрастова група:** 8–10 години

**Продължителност:** 45 минути

**Резултати от обучението / цели:**

- Да се развие способността на децата да разпознават и назовават емоциите.
- Да им се предостави възможност да развиват лично и творческо изразяване, свързано с емоциите.

**Материали:**

- Карти с изображения на различни емоции (радост, гняв, страх, изненада, тъга и др.).
- Прости изображения на лицеве изразения в подкрепа на картите.

### Насоки за провеждане (за учители):

---

1. Преди дейността учителят подготвя карти с изображения на различни емоции. Като алтернатива може сам да изработи карти, като залепи изображения на емоционални изразения върху цветен картон или друг подходящ материал.
2. Всеки ученик получава на случаен принцип по една карта с емоция.
3. Ученикът създава кратка история, свързана с емоцията на своята карта. („Един ден бях много ядосан/а, защото...”)
4. Учениците могат, ако желаят, да използват примери от собствения си живот.
5. По време на провеждането на дейността учителят трябва внимателно да наблюдава децата, особено по отношение на негативните емоции. Ако забележи ситуация, която заслужава внимание (апатия, прекомерна реакция, несъответстващо поведение и др.), трябва да я отбележи и да я докладва на службата за педагогическо и психологическо консултиране.

### Очаквани резултати:

---

- Децата се научават да разграничават различните емоции.
- Учителят има възможност да наблюдава кои емоции децата изразяват по-лесно и кои – по-трудно.

### Съвети към учителите:

---

- Преди началото на дейността кажете на учениците, че това е „безопасно пространство, в което всеки може свободно да изразява своите емоции“.
- Използвайте ясни послания като: „Това, което споделяме тук, няма да бъде осъждано.“ и „Всяка емоция е ценна.“
- Не оказвайте натиск върху децата, които не желаят да говорят; позволете им да пропуснат.
- Когато децата споделят своите емоции, ги нормализирайте с изрази като: „Това чувство е напълно нормално. Всеки от нас може да го изпита.“