

5. ODCZYTUJĘ UCZUCIA SWOJE I INNYCH



WIODĄCE CELE FORMACYJNE

- ukazanie bogactwa uczuć w relacjach międzyludzkich,
- kształcenie umiejętności odczytywania uczuć.



SZCZEGÓŁOWE CELE OPERACYJNE

- *wiedza*: uczeń wymieni różnorodne uczucia,
- *umiejętności*: potrafi odróżnić uczucia przyjemne od przykrych,
- *postawy*: dąży do nazywania uczuć własnych i odczytywania uczuć innych.



METODY I FORMY

praca indywidualna, pogadanka, ranking, pantomima



ŚRODKI DYDAKTYCZNE I MATERIAŁY

- karta pracy „wykaz uczuć” (dla każdego ucznia) – Załącznik 1



CZAS: 45 MIN.



PRZEBIEG LEKCJI

1. Praca indywidualna

Każdy z uczniów otrzymuje wykaz uczuć (Załącznik 1). Znakiem „+” zaznacza uczucia przyjemne, a znakiem „-” przykre.

2. Pogadanka

Nauczyciel podejmuje rozmowę z uczniami:

- W jaki sposób ludzie wyrażają uczucia? (zamieszczone na liście)

3. Ranking najczęściej przeżywanych uczuć

- Każdy uczeń podkreśla pięć uczuć, które najczęściej przeżywa (świadomość ich obecności w życiu).
- Grupa trzech uczniów zbiera kartki, sumuje podkreślone uczucia i zapoznaje klasę z najczęściej wymienianymi (odczytanie i nazwanie uczuć).
- Podsumowanie, ewentualny komentarz.

4. Pantomima – rozpoznawanie uczuć

- Nauczyciel zaprasza chętnych uczniów i przydziela kartki z określonymi uczuciami.
- Uczniowie wyrażają dane uczucie bez słów, a grupa próbuje je odczytać i nazwać.

5. Ważna jest refleksja nad przeżywanymi uczuciami. Można jej dokonać oglądając na domowym komputerze prezentację pt. *Własne odbicie*¹⁷, która pokazuje sytuacje, gdy zabraknie zastanawiania się nad doświadczanymi uczuciami.

6. KU REFLEKSJI

Nauczyciel wskazuje różne typy psychiczne i wpisaną w temperament człowieka możliwość uzewnętrzniania przeżywanych uczuć. Szanując siebie nawzajem, powinniśmy dążyć do wzajemnego okazywania sobie zrozumienia w przeżywaniu różnych stanów emocjonalnych.

¹⁷ www.adonai.pl/download/prezentacje/download.php?id=388

Załącznik 1 – Wykaz uczuć

Wstaw znak „+” przy uczuciach, które uznasz za przyjemne, a znak „-” przy uczuciach dla Ciebie przykrych.



radość		smutek		akceptacja	
lęk		zadowolenie		duma	
strach		przygnębienie		życzliwość	
zdumienie		pesymizm		nienawiść	
nuda		rozpacz		odwaga	
zazdrość		miłość		spokój	
gniew		podziw		zawiść	
złość		śmiałość		wrogość	