

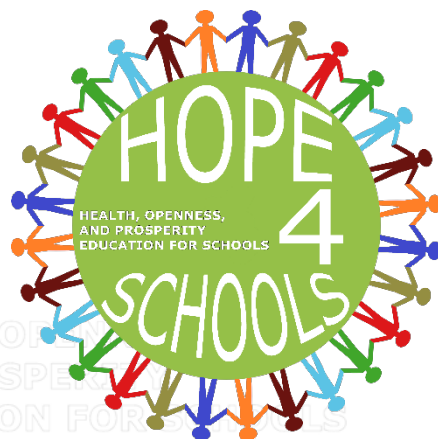


GREEK MINISTRY OF EDUCATION  
AND RELIGIOUS AFFAIRS  
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY  
AND SECONDARY EDUCATION  
OF WESTERN MACEDONIA



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

# РАЗПУСНЕТЕ С МУЗИКА



HEALTH, OPENNESS,  
AND PROSPERITY  
EDUCATION FOR SCHOOLS

HOPE4schools

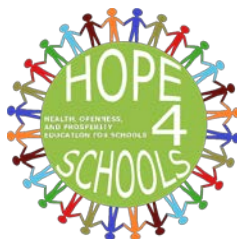
Образование за здраве, откритост и просперитет за училищата

2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

**Отпуснете се в ритъма на музиката!**



### Описание на дейността:

Учениците могат да се наредят кръг или да седнат удобно в класната стая, или на друго избрано място. Преди началото на занятието учениците ще изберат няколко инструмента, всеки от които представлява една емоция или чувство. Учителят или учениците могат да решат кой инструмент означава определена емоция или чувство. Правилата могат да бъдат гъвкави, някои може да не се чувстват добре с изразяването на чувствата си, така че може да има инструмент за чувството "не искам да споделям" или "не знам".

След това учениците трябва да споделят как се чувстват, като използват определени инструменти, представляващи избраната от тях емоция, и могат да покажат с каква интензивност изпитват емоцията. Важно е учителят да установи правилата за това какво се случва, след като чувството е споделено. Всеки ще има възможност да започне дискусия за това какво се случва и защо е избрал тази емоция. Другите съученици ще бъдат мотивирани да попитат своя приятел или съученик дали иска да сподели или да покаже, че го подкрепя.

Учителят си води бележки за всеки участник и за динамиката на групата в дневник. На следващото занятие този дневник може да бъде обсъден с учениците, за да работят върху подобренията.

**Продължителност на дейността: 40-60 мин.**

### Цел на дейността:

Емоционално развитие  
Повишено самочувствие  
Дейност за изграждане на екип  
Развитие на емпатията



Co-funded by  
the European Union

*Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.*



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

Самоанализ  
Самореализация

### Използвани инструменти:

Музикални инструменти (всички налични)



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.