

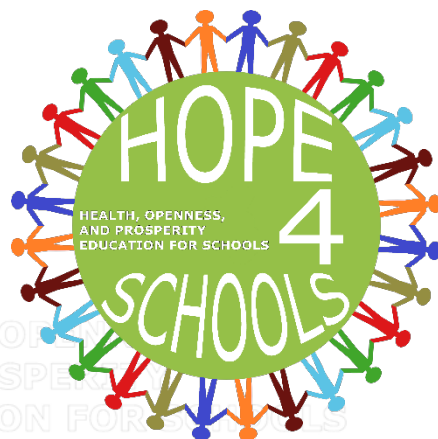


GREEK MINISTRY OF EDUCATION
AND RELIGIOUS AFFAIRS
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY
AND SECONDARY EDUCATION
OF WESTERN MACEDONIA



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

Mapa emocií



HEALTH, OPENNESS,
AND PROSPERITY
EDUCATION FOR SCHOOLS

HOPE4schools

Vzdělávání v oblasti zdraví, otevřenosti a prosperity pro školy
2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

počet studentů 20-25

věk: 10 -14

trvání: ~20 minutes

přehled:

Tato aktivita rozvíjí sebeuvědomění a vnímání emocí a reakcí ostatních lidí. Aktivita se skládá ze souboru kvízových otázek, které by studentům umožnily správně definovat své negativní emoce a vysvětlit, jaký druh reakce v nich vyvolávají. Aby byl člověk schopen se svými emocemi úspěšně zacházet, je nezbytné, aby tyto emoce rozpoznal.

Na závěr této aktivity budou účastníci schopni:

- uvést své negativní emoce
- Vysvětlit, proč takové emoce mají
- zvládat své emoce

pomůcky:

1. papíry
2. pera/tužky
3. kopie kvízu pro každého studenta

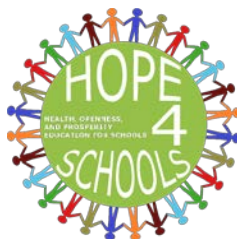
příprava:

Učitel/facilitátor vytiskne kvízové otázky a v případě potřeby je upraví.



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

Postup:

Studenti se spojí do dvojic a sestaví tento kvíz:

1. Které z těchto nepříjemných/špatných emocí obvykle cítíte?

Strach, smutek, hněv...

2. Kdy je obecně tato emoce vyvolána (vnějšími faktory)?

Když vidíte...

Když slyšíte...

Když CÍTÍTE...

3. Jak se s touto emoci vyrovnáváte?

Představujete si, že...

Fyzické pocity, které máte...

Slova nebo věty, které říkáte druhým lidem nebo sami sobě...

4. Jak na tuto emoci obvykle reagujete?

Co děláte....?

Co neděláte ...?

Co říkáte ...?

Co neříkáte ...?



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

Reflexe a hodnocení:

Učitel může porovnat odpovědi studentů a pomoci jim vyvodit z výsledků nějaké závěry. Mohli by diskutovat o tom, jaké jsou nejlepší způsoby reakce na negativní emoce, a také o tom, jak pomoci druhému člověku, který se s nimi vyrovnává.



**Co-funded by
the European Union**

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.