KARTA PRACY
KLASY 1–3

EMOCJE

Poznaję, nazywam i rozumiem emocje

1 Dopasuj emocje do twarzy. Wpisz odpowiednią nazwę pod każdym obrazkiem.

RADOŚĆ | SMUTEK | ZŁOŚĆ | ZDZIWIENIE | STRACH | SPOKÓJ

2 Przeczytaj sytuacje i napisz, jaką emocję może czuć dziecko.

	Kuba wygrał zawody sportowe.	_____
	Zosia zgubiła swoją ulubioną maskotkę.	_____
	Tomek usłyszał w nocy dziwny hałas.	_____
	Ola dostała wymarzony prezent.	_____
	Janek dostał złą ocenę i jest zły.	_____

3 Co możesz zrobić, gdy czujesz trudne emocje? Pokoloruj obrazki.

weź głęboki oddech

porozmawiaj z kimś dorosłym

policz do pięciu

narysuj lub pomaluj

przeczytaj książkę

rusz się / poćwicz

4 Narysuj siebie, kiedy czujesz radość.

5 Dokończ zdanie.

Lubię, kiedy czuję radość, bo _____

Kiedy jest mi smutno, pomaga mi _____

Moja supermoc to _____

Wszystkie emocje są ważne. Każda emocja coś nam mówi!

LIVEWORKSHEETS