

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА "СПИННЕР ГРУСТИ"

Можно применять упражнение как с применением сказки, так и отдельно, на усмотрение педагога-психолога.

В начале книги идет сказка-знакомство с главными героями книги. Далее, вместе с героями этой сказки и выполняются все упражнения. (Сказка "Планета эмоций" - в приложении).

Сопровождение к упражнению:

Когда мне становится очень грустно или я устаю мечтать, я достаю спиннер грусти. Сделай себе такой же.

Вырежи из бумаги круг, с помощью карандаша и линейки раздели его на секторы, в каждом из них напиши приятное дело.

Возьми обычный спиннер (наверняка он есть у тебя дома, и не один), приклей к нему стрелочку.

Когда тебе станет очень грустно, положи спиннер в середину круга, раскрути и выполни то, на что покажет стрелка.

А ещё ты можешь показать игру друзьям и научить их грустить с пользой.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА (КН. В.ШИМАНСКОЙ "ГДЕ ЖИВУТ ЭМОЦИИ?")

СПИННЕР ГРУСТИ

Когда мне
грустно, я могу...



"Педагоги-психологи"