

ШКАЛА МОЁ НАСТРОЕНИЕ Выберите наиболее подходящего героя и вырежьте прямоугольник-шкалу. Вы можете сделать слева бегунок из резинки и крупной бусины, либо заламинировать шкалу и закрашивать нужный квадрат маркером для досок. Так шкала станет многоцветной. Разместите шкалу на видном месте.

Отмечайте с ребенком в течение дня, какие эмоции он испытывает.

Для чего это нужно? Ребенок сможет замечать эмоции и отделять их от себя. Научится принимать свои чувства, а не подавлять. Попробует находить в них пользу для себя и окружающих.

РАДОСТЬ

СПОКОЙСТВИЕ

СТРАХ

УДИВЛЕНИЕ

ГРУСТЬ

ОТВРАЩЕНИЕ

ЗЛОСТЬ

РАДОСТЬ

СПОКОЙСТВИЕ

СТРАХ

УДИВЛЕНИЕ

ГРУСТЬ

ОТВРАЩЕНИЕ

ЗЛОСТЬ

РАДОСТЬ

СПОКОЙСТВИЕ

СТРАХ

УДИВЛЕНИЕ

ГРУСТЬ

ОТВРАЩЕНИЕ

ЗЛОСТЬ

