in partnership with unicef | WORLD CHILDREN'S DAY sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

Наслов: # Писмо на Благодарност

Цел:

За децата да препознаат, вежбаат и даруваат благодарност.

sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

Извори:

Хартија / градежна хартија
Моливи / пенкала / боички за цртање и боење
Други материјали за изработките

Вовед:

Вежбањето благодарност е поврзано со толку многу придобивки.Како можеме да ги научиме нашите деца да растат со „став на благодарност“? Во оваа активност, децата (и возрасните!) Ќе направат изработка за тоа за што се благодарни, тогаш тие ќе ја испратат творбата на некој што го сакаат.

Инструкции:

Соберете материјали: за оваа изработка за благодарност уметност, можете да користите какви било уметнички материјали. Имајте на ум дека ако треба да ја испратите вашата уметност некому, треба да може да се вклопи во плик или кутија!
Направете ја вашата изработка: Објаснете им на децата дека тие ќе го цртаат или ќе го изработат она за што се благодарни. Една од работите за што тие се благодарни може да биде и личноста со која сакаат да ја споделат својата изработка. Возрасните исто така се охрабруваат да создаваат творби!
Зборувајте за вашите емоции: Додека ја создавате својата изработка, можете да разговарате за емоциите што се јавуваат кога се фокусирате на благодарност. Како се менуваат емоциите врз основа на која ставка се фокусирате?
Испорачајте ја вашата уметност: Лично предадете или испратете ја вашата изработка на лицето за кое е изработена творбата.

Дискусија:

Какви емоции доживеавте додека ја создадовте вашата творба? Какви емоции доживеавте кога ја подаривте својата изработка?
Како би можеле во животот малку повеќе да се фокусирате на она за што сте благодарни?



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL