Imię: _____

Jak dziś czuje się moje ciało?

Pokoloruj buźkę, która pasuje do ciebie dzisiaj.

Dla dorosłego
Pokażcie sobie miny: wesołą, przestraszoną, spokojną. Zapytajcie: „Jak dziś czuje się twoje ciało?”. Dziecko koloruje albo otacza kółkiem buźkę, która pasuje, potem rysuje swoją minę i to, co sprawiło, że tak się czuje. Porozmawiajcie o rysunku. Każda odpowiedź jest dobra. Ćwiczcie, gdy dziecko jest spokojne. Może odmówić. Pytajcie, gdzie i jak czuje — nie mówcie, co ma czuć.

wesoły

przestraszony

spokojny

zły

smutny

zmęczony

Narysuj swoją minę

Co sprawiło, że tak się czujesz?