Հեղինակ՝ Արմինե Ավագյան

ՀՈՒՅԶԵՐԻ ԳՈՒՆԱՊՆԱԿ

Հույզերն ուղեկցում են մարդուն իր ողջ կյանքի ընթացքում:

Հուզական ինտելեկտի շնորհիվ մենք ճանաչում ենք ինչպես մեր, այնպես էլ մեզ շրջապատող մարդկանց հույզերը, հասկանում մտադրությունները, մոտիվացիան և ցանկությունները:

Հուզական ինտելեկտի զարգացման շնորհիվ երեխայի մոտ ձևավորվում է ինքնաճանաչողությունը, նա ձեռք է բերում ադեկվատ ինքնագնահատական, հարմարվում է նոր միջավայրային պայմաններին, հեշտությամբ է կոնտակտ հաստատում հասակակիցների հետ, ինչպես նաև փորձում ելքեր փնտրել կոնֆլիկտային իրավիճակներից:

Հուզական ինտելեկտը կարելի է զարգացնել ցանկացած տարիքում, սակայն ցանկալի է սկսել փոքր տարիքից: Այդ հարցում ձեզ կօգնի այս խաղային փաթեթը, որը կարող եք կիրառել ինչպես անհատական, այնպես էլ խմբային պարապմունքների ժամանակ:

Նպատակ - զարգացնել հույզերի ճանաչումը, տարբերակումը, որի արդյունքում երեխան կսովորի կառավարել իր սեփական հույզերը: Ներկայացված նյութերով աշխատելու շնորհիվ երեխայի մոտ կձևավորվի նաև շատ կարևոր սոցիալական հմտություն՝ ապրումակցումը:

Տարիքային խումբ - 5-10 տարեկան

Ընթացք - Յուրաքանչյուր նկարում ներկայացված է համապատասխան առաջադրանքը:

Ուրախություն

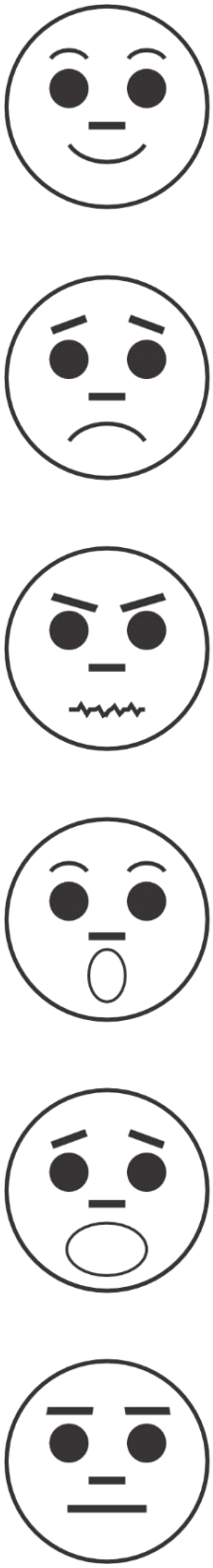
Տխրություն

Բարկություն

Զարմանք

Վախ

Հանգստություն



Ուշադիր նայիր պատկերված պիկտոգրամներին և հիշիր իրավիճակները քո կյանքից, որոնք պատճառ են հանդիսացել, որ դու զգաս նշված հույզերը:

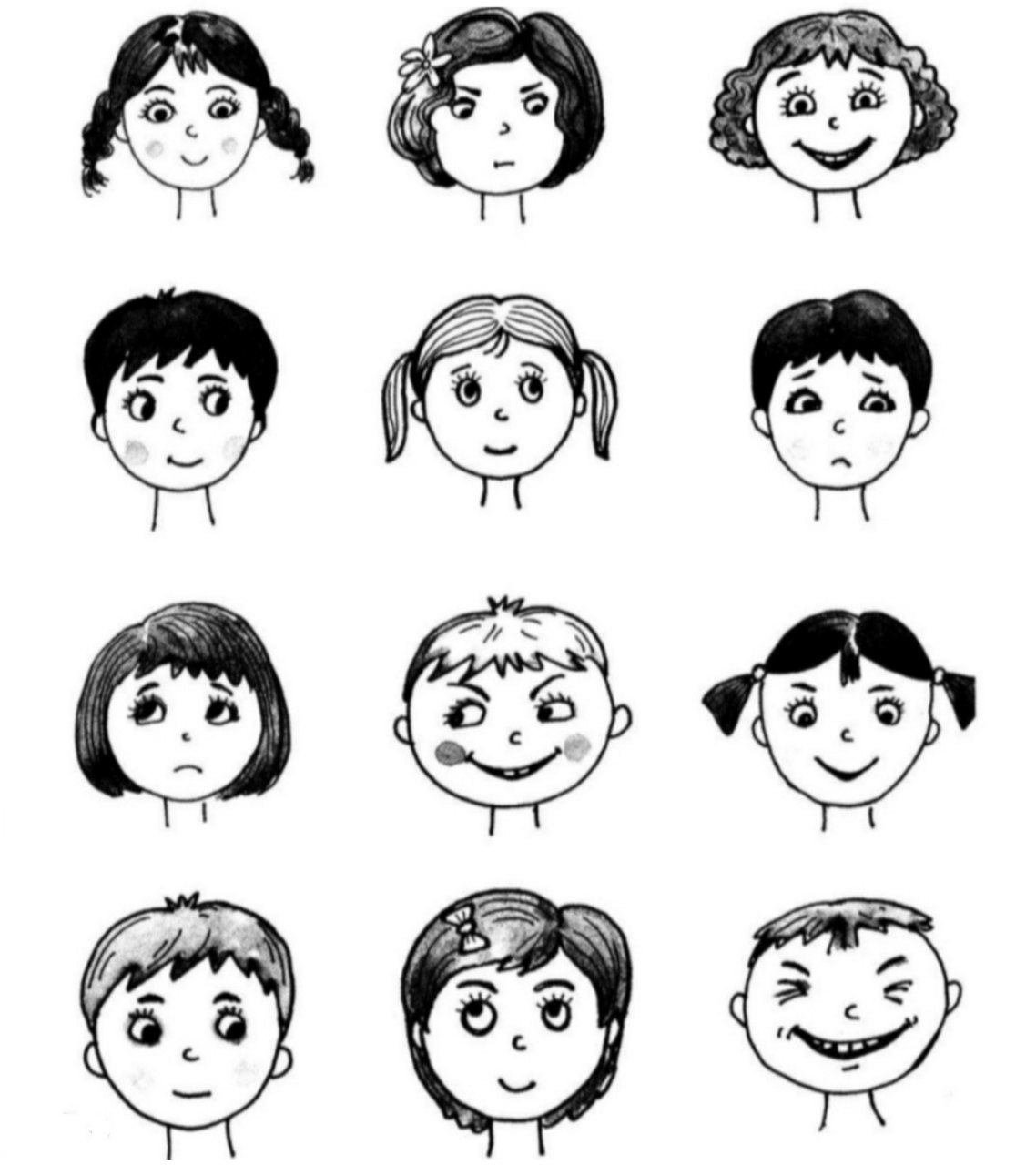
Իսկ հիմա վերցրու մատիտներն ու տվյալ հույզը բնութագրող գույնով ներկիր պատկերները:

Ուշադիր նայիր երեխաների դեմքի արտահայտություններին:

Կարմիր գույնի մատիտով ներկիր դեմքի ամենաուրախ արտահայտությամբ երեխային:

Կապույտ մատիտով ներկիր դեմքի ամենատխուր արտահայտությամբ երեխային:

Հիշիր մեկական իրավիճակ քո կյանքից, երբ զգացել ես տվյալ հույզերը:

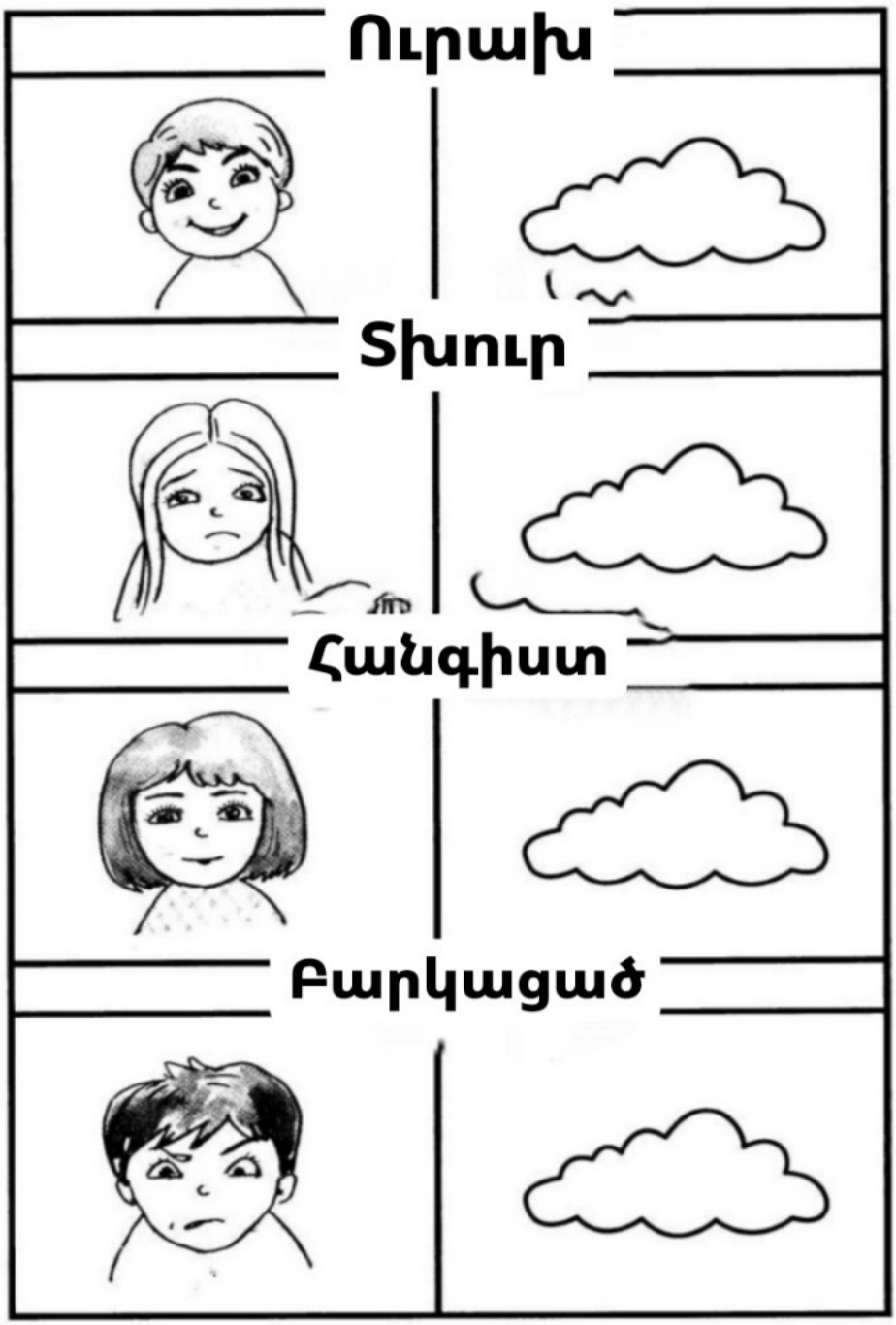


Նայիր աղյուսակում պատկերված երեխաների դեմքերի արտահայտություններին:

1. Ըստ քեզ՝ ի՞նչ զգացողություններ ունեն նրանք:

2. Բեր օրինակներ քո կյանքից, երբ դու զգացել ես տվյալ հույզը:

3. Յուրաքանչյուր նկարի համար ընտրիր համապատասխան գույնի մատիտ և ներկիր ամպիկը:

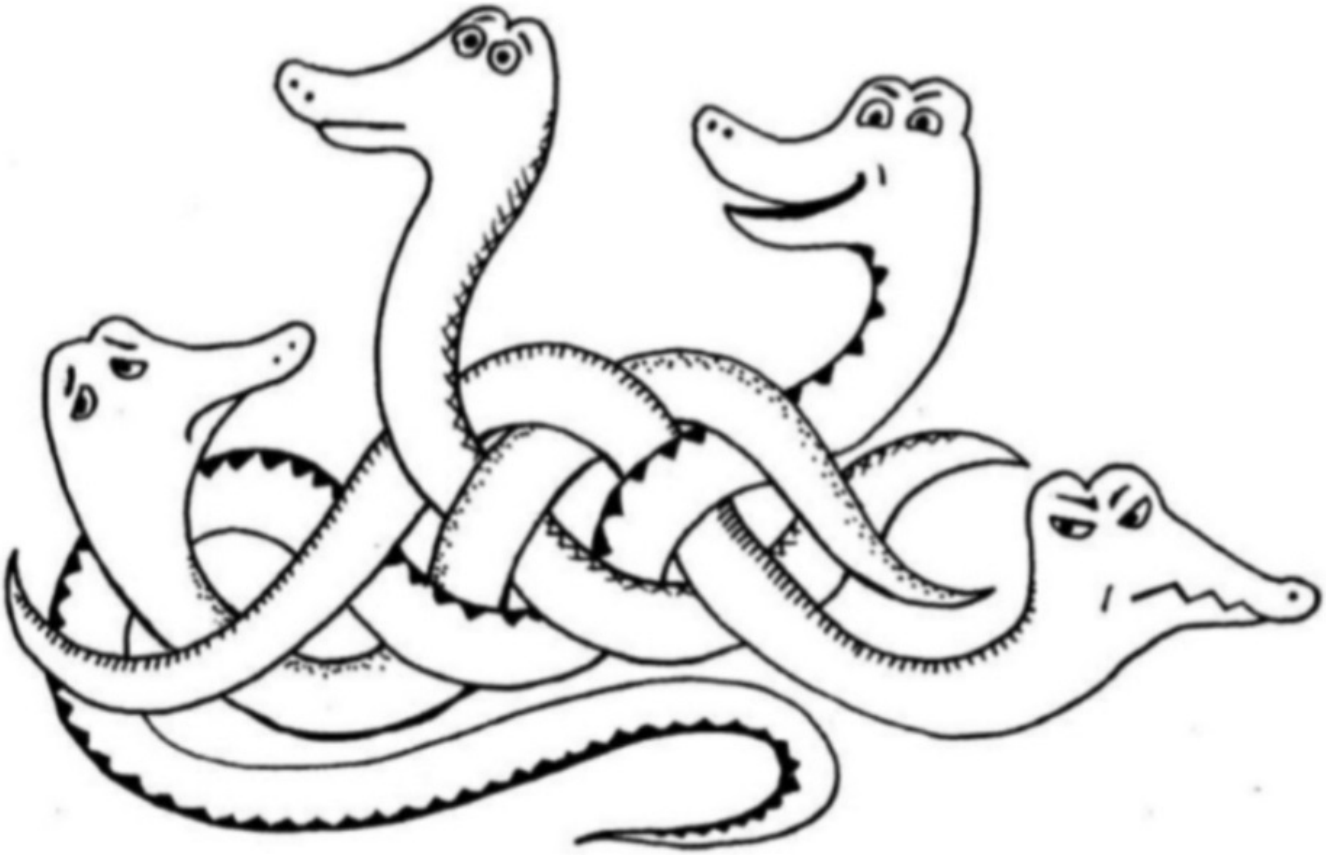


Նայիր երեխաների դեմքերի արտահայտություններին և փորձիր գուշակել, թե ինչ հույզ են զգում նրանք:

Գծերով իրար միացրու երեխաների պատկերները և ներկայացված իրավիճակը:

Ներկիր օձերին

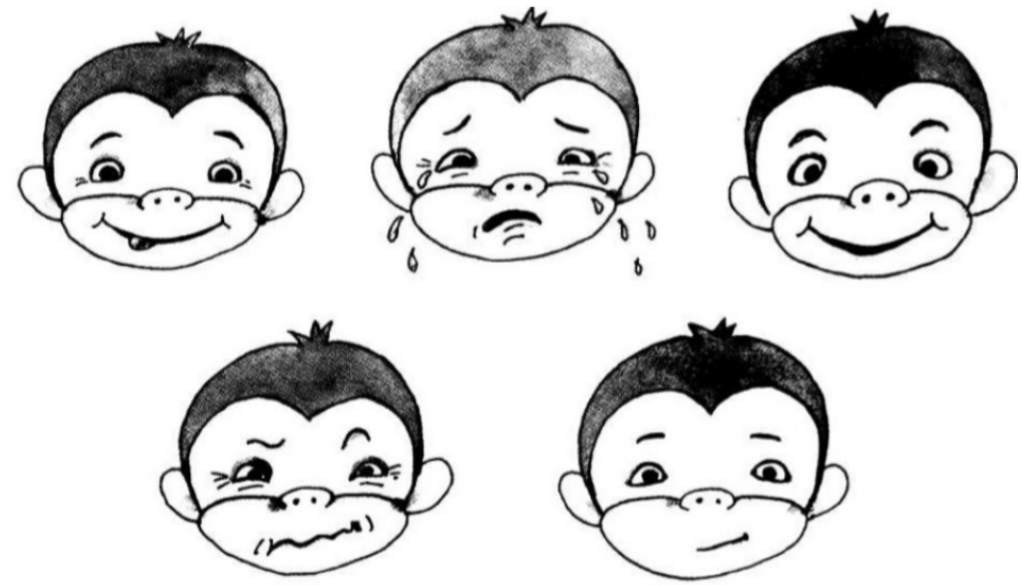
Դեմքի ուրախ արտահայտությամբ օձին ներկիր դեղին գույնի մատիտով, դեմքի տխուր արտահայտությամբ օձին՝ կապույտ մատիտով, բարկացած օձին՝ կարմիր մատիտով, իսկ դեմքի հանգիստ արտահայտությամբ օձին՝ կանաչ մատիտով:

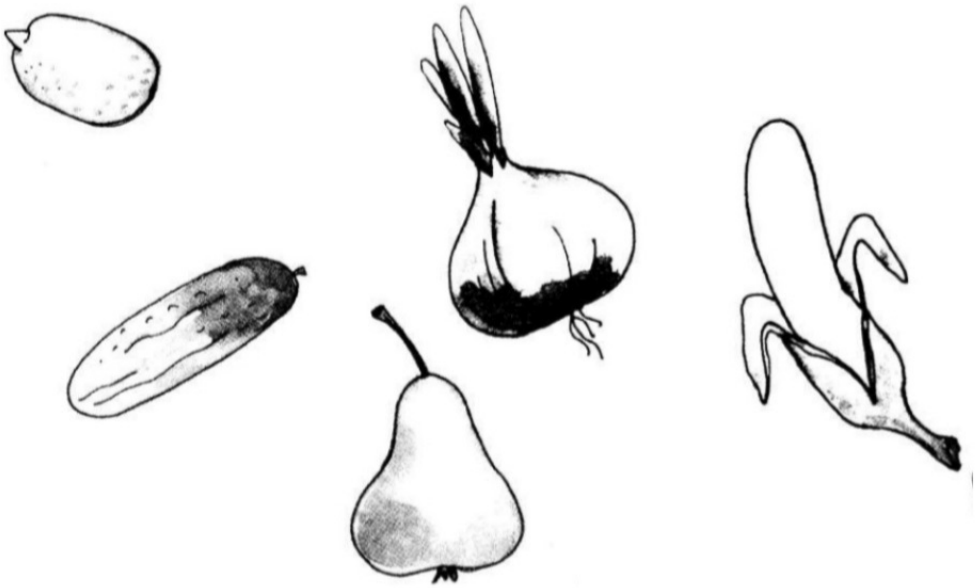


Ուշադիր նայիր կապիկների դեմքի արտահայտություններին:

Փորձիր գուշակել, թե որ կապիկը որ միրգը կամ բանջարեղենն է կերել:

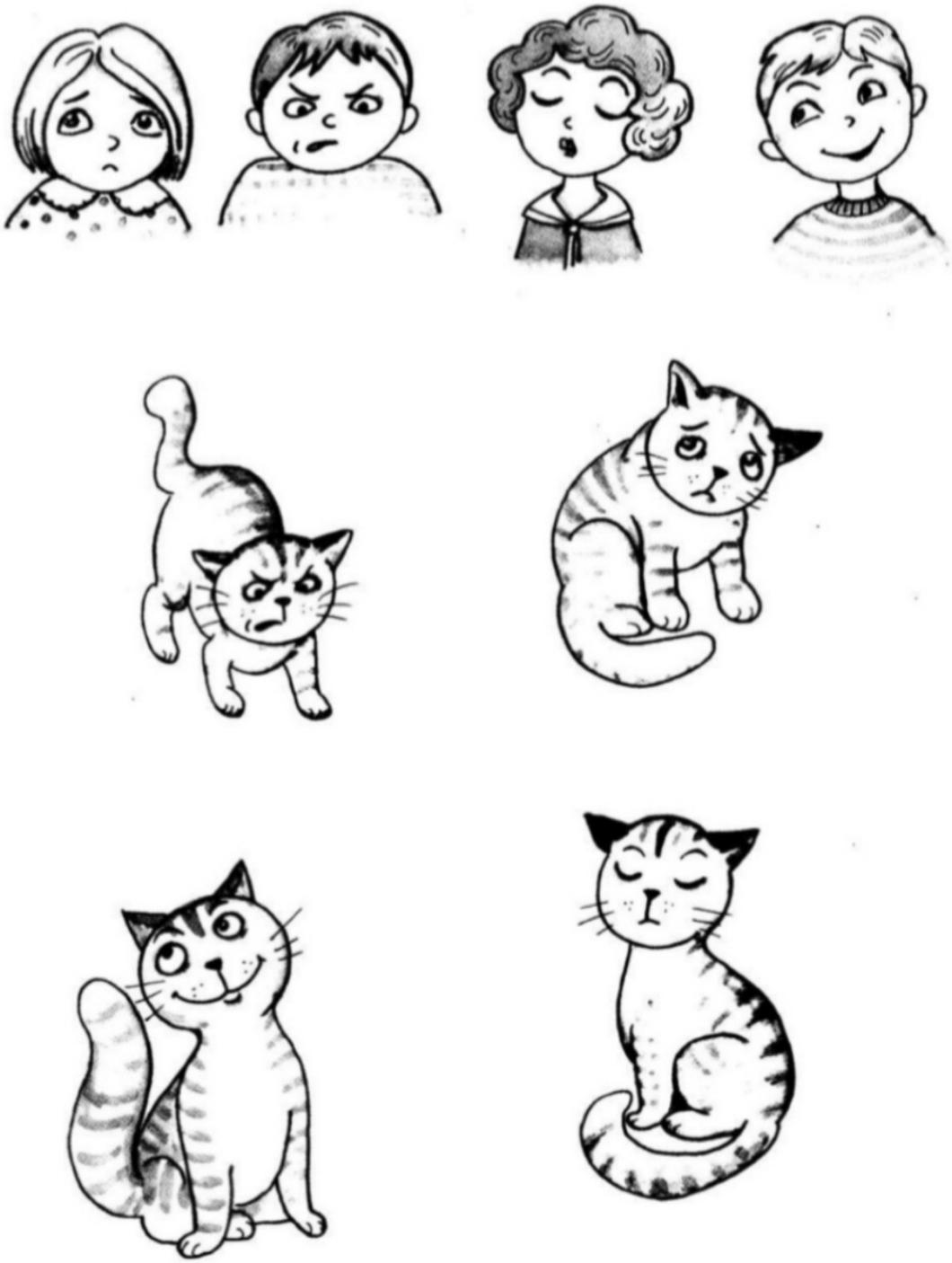
Դրանք գծերով միացրու իրար և ներկիր:



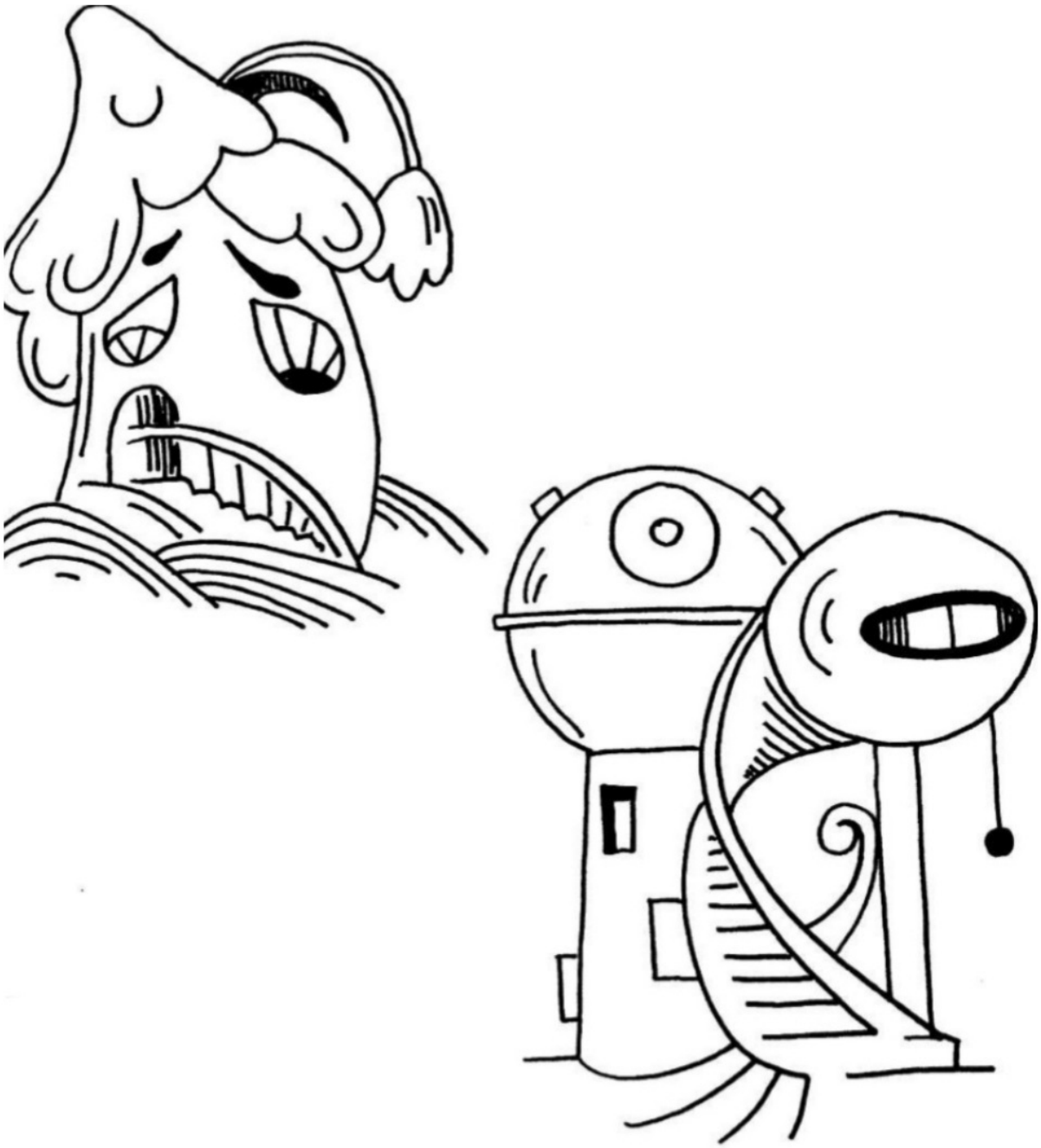


Ուշադիր նայիր երեխաներին, ապա՝ կատուներին: Երեխաներից յուրաքանչյուրն ունի իր կատուն: Փորձիր կատուներին գծերով միացնել իրենց տերերին:

Փոքրիկ հուշում՝ նրանք ունեն դեմքի նույն արտահայտությունը:

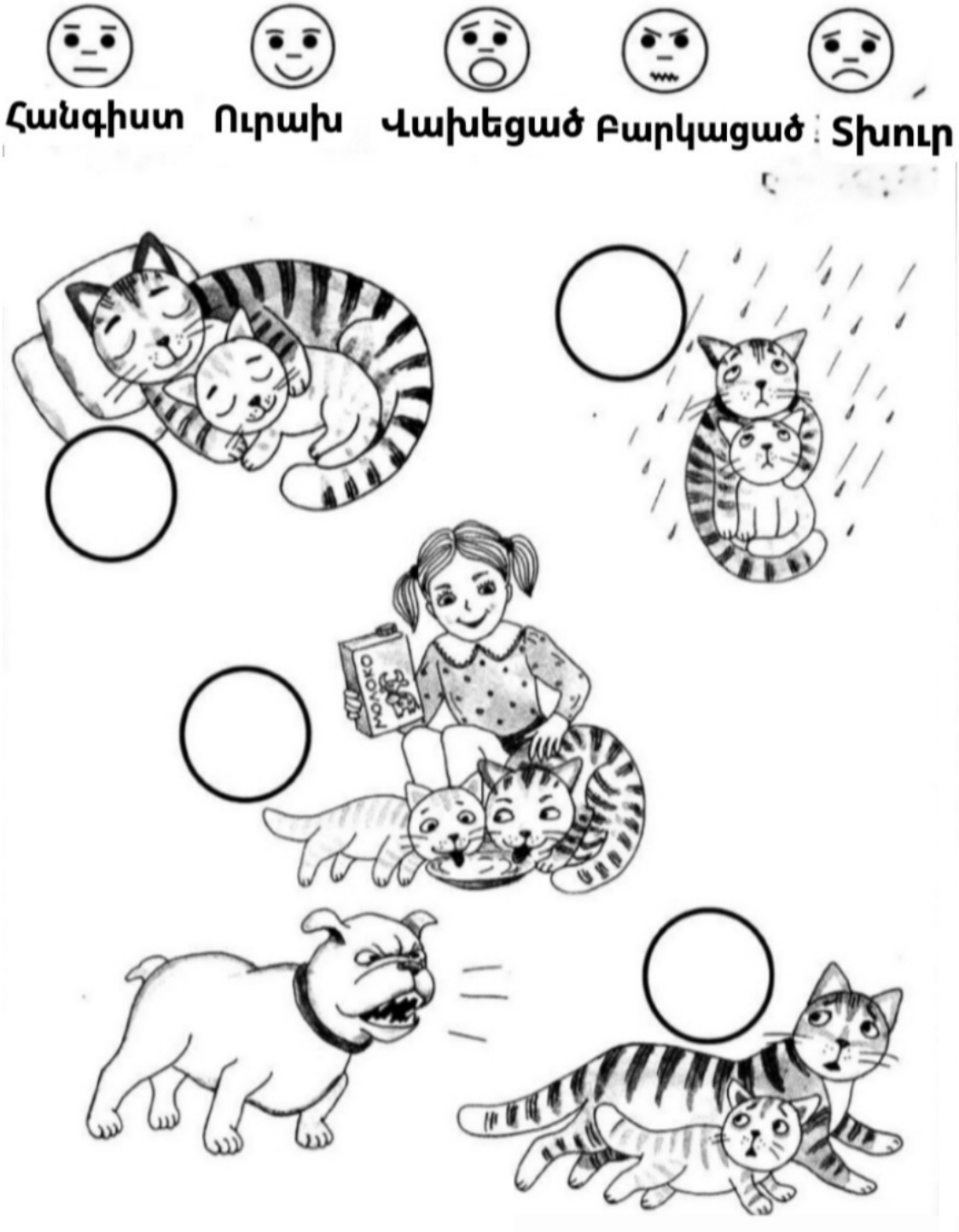


Փորձիր պատկերացնել, որ հայտնվել ես մի քաղաքում, որտեղ տներում մարդկանց փոխարեն ապրում են հույզերը: Մտածիր ու ասա, թե ո՛ր տանը ո՛ր հույզն է ապրում, ու ներկիր այն քո պատկերացրած գույնով: Ո՞ր տանը կցանկանայիր ապրել և ինչո՞ւ:

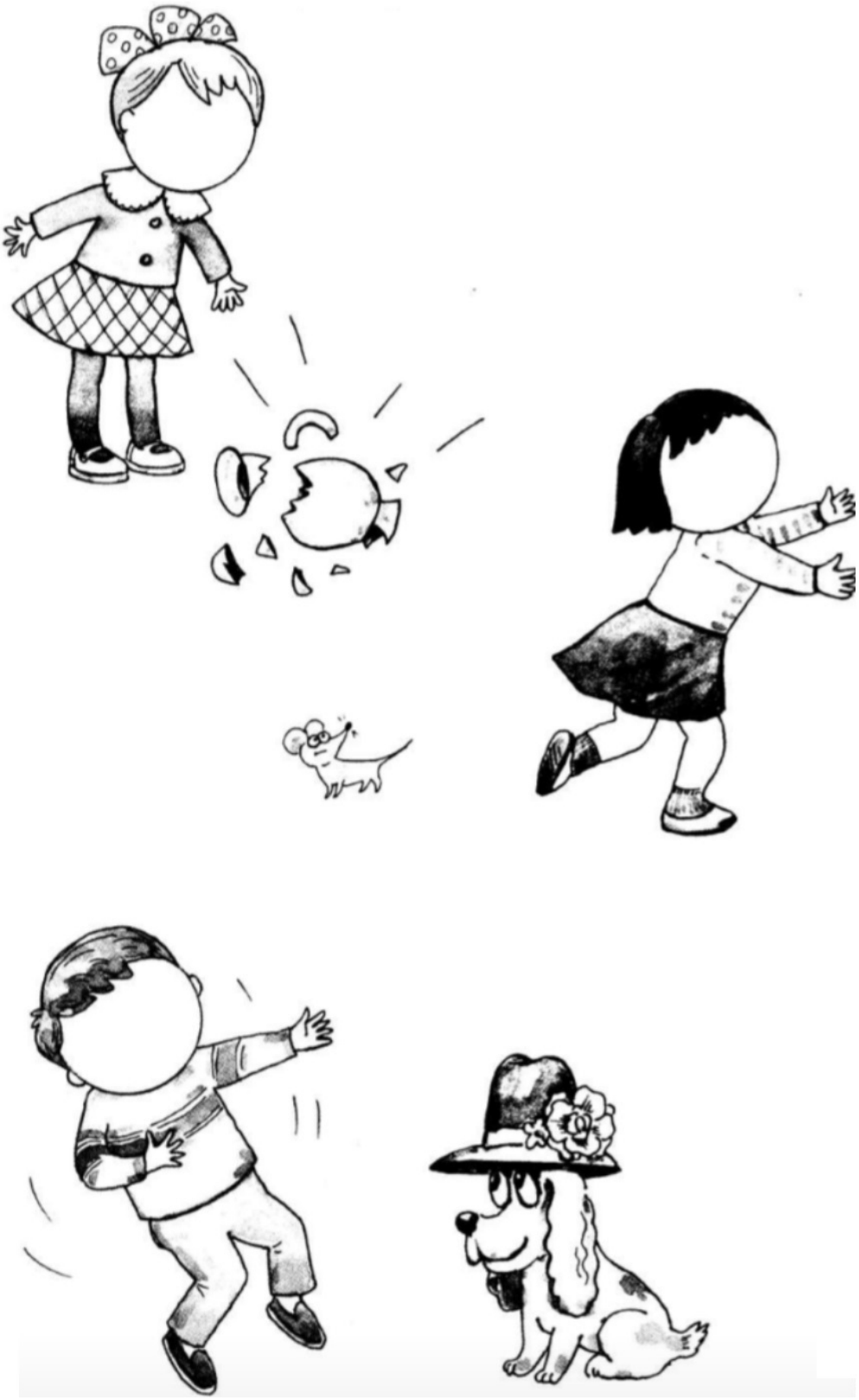


Փորձիր պատկերացնել, որ հայտնվել ես մի քաղաքում, որտեղ տներում մարդկանց փոխարեն ապրում են հույզերը: Մտածիր ու ասա, թե ո՛ր տանը ո՛ր հույզն է ապրում: Յուրաքանչյուր տուն ներկիր քո պատկերացրած գույնով:
Ո՞ր տանը կցանկանայիր ապրել և ինչո՞ւ:

Հերթով նայիր նկարներին և հորինիր փոքրիկ պատմվածք: Նկարագրիր, թե յուրաքանչյուր նկարում կատուն ու իր ձագուկը ի՞նչ զգացողություններ ունեն: Շրջանակների մեջ նկարիր իրավիճակին համապատասխան դեմքի արտահայտությունը/հույզը/:

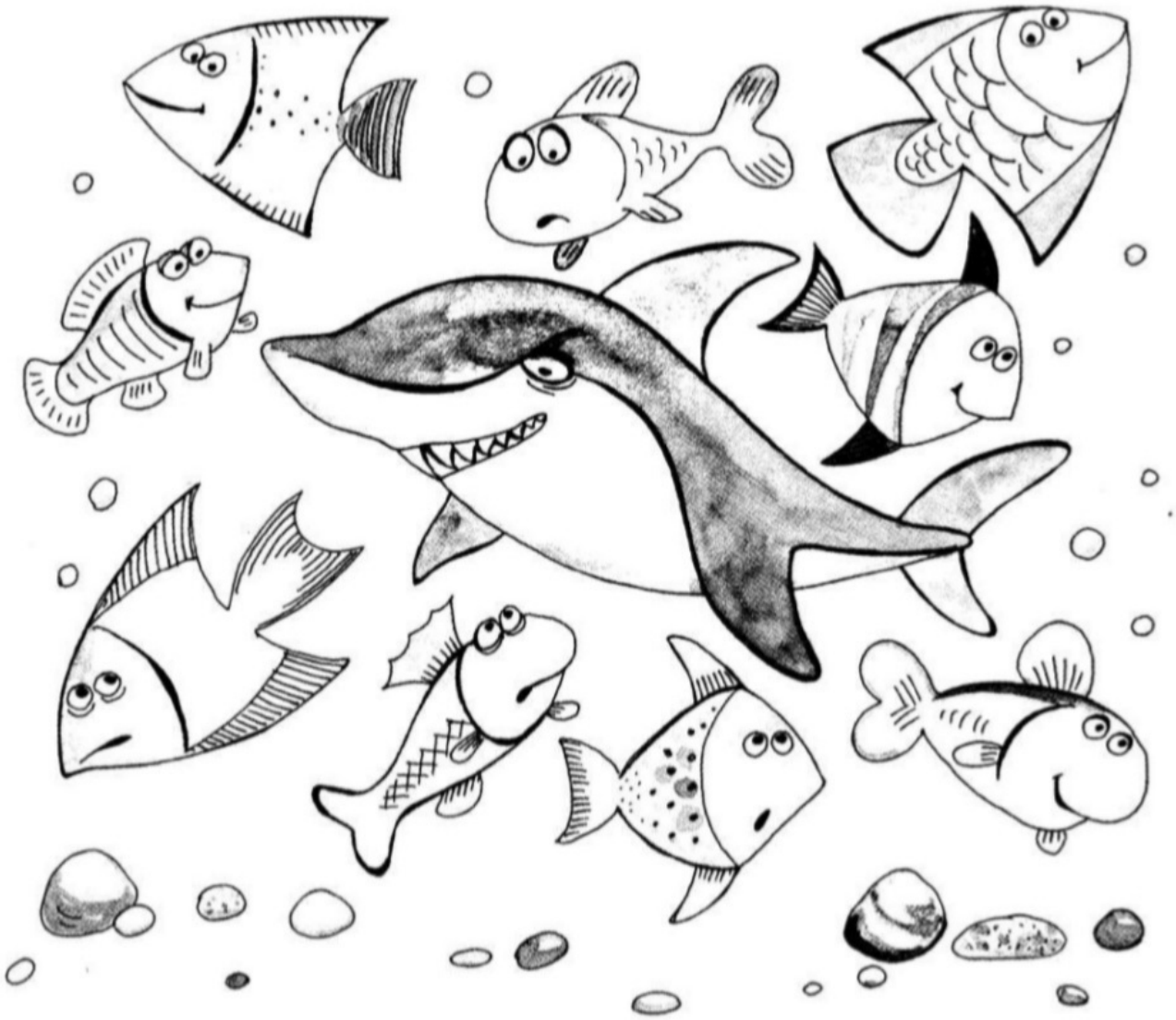


Իրավիճակին համապատասխան նկարիր երեխաների դեմքերի արտահայտությունները:

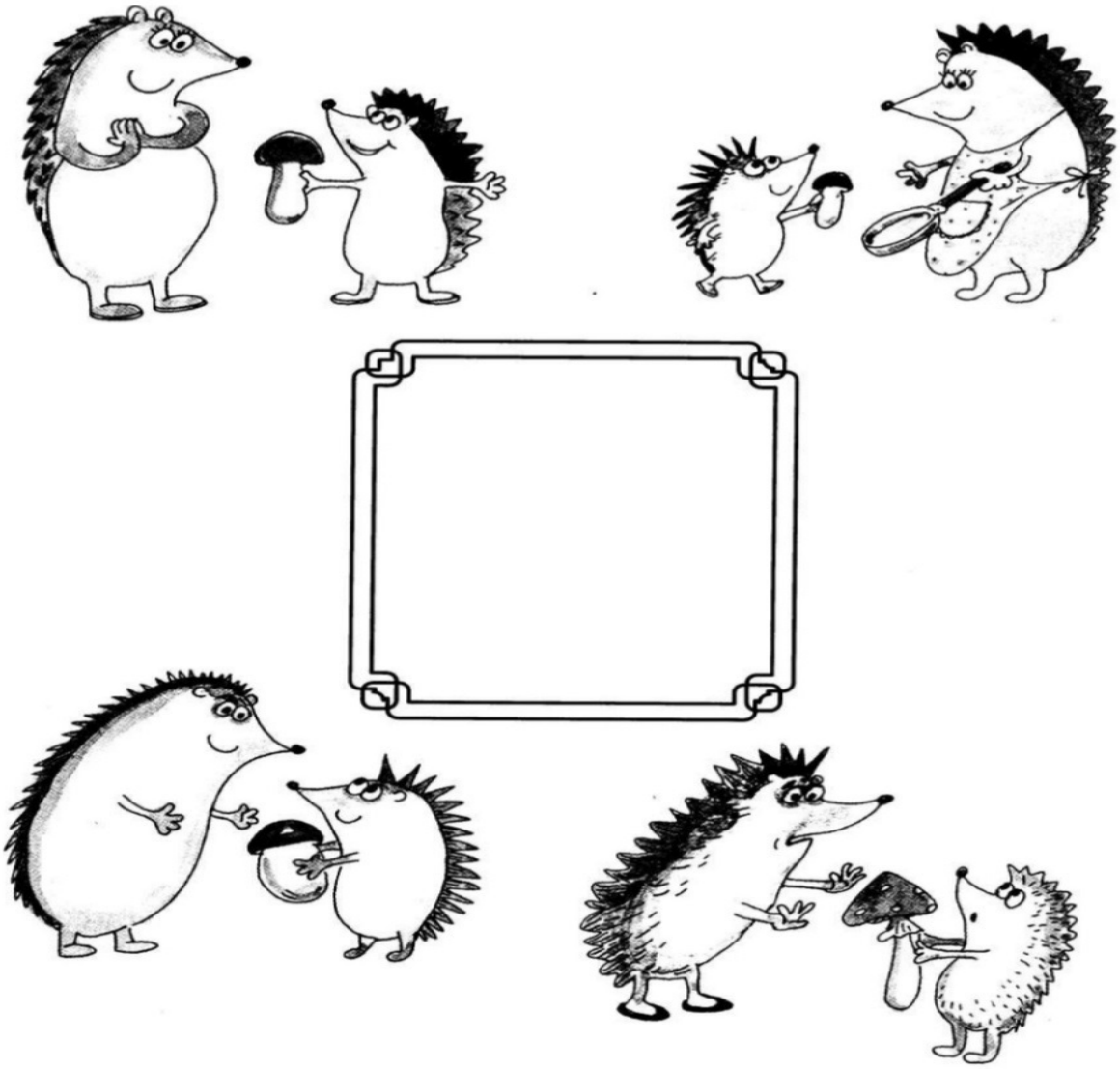


Տես, թե ինչքան շատ ձկնիկներ կան այստեղ:

Կարմիր մատիտով ներկիր այն ձկնիկներին, որոնք վախեցել են շնաձկից,իսկ համարձակներին ներկիր դեղին մատիտով: Հաշվիր, թե որ ձկնիկներն են ավելի շատ՝ վախկոտնե՞րը, թե՞ համարձակները:



Փորձիր կտրել թուղթն այնպես, որ դեմքի տխուր արտահայտությամբ կենդանիները լինեն թղթի մի կողմում, իսկ դեմքի ուրախ արտահայտությամբ կենդանիները՝ մյուս կողմում:

Իրավիճակին համապատասխան նկարիր երեխաների դեմքերի արտահայտությունները:

Նայիր նկարին և փորձիր գուշակել, թե որ կենդանին է գտել թունավոր սունկ: Փորձիր բացատրել, թե ինչու ես այդպես կարծում: Շրջանակի մեջ նկարիր ոչ թունավոր սունկ: