

Все эмоции нужны!  
Все эмоции важны!

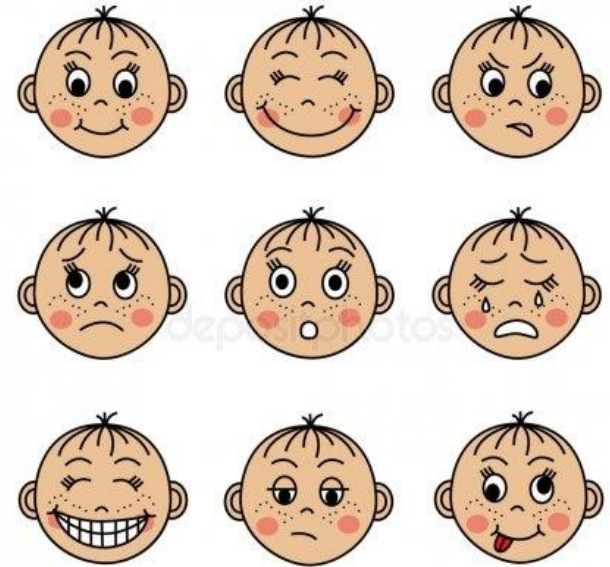
Часто сложности в отношениях возникают из-за того, что:

- очень много людей испытывают страх перед некоторыми эмоциями
- не знают как с ними справляться
- не знают как реагировать, если эта эмоция, например, у близкого человека, друга или учителя.

Важно помнить, что плохих эмоций не бывает! Все эмоции нам нужны, все имеют право быть!

Нужно не запрещать себе и другим их эмоции, а нужно научиться справляться с эмоциями, признавая их и проживая.

И тогда, неприятная эмоция или трансформируется в другую или исчезнет.



Задание 1. Составляем эмоциональную карту.  
Попросите ребенка написать для этих эмоций свои  
примеры

**Я злюсь, когда**

A sheet of paper with a title "Я злюсь, когда" at the top. Below the title are ten horizontal dotted lines for writing.

**Я боюсь, когда**

A sheet of paper with a title "Я боюсь, когда" at the top. Below the title are ten horizontal dotted lines for writing.

**Я обижаюсь, когда**

A sheet of paper with a title "Я обижаюсь, когда" at the top. Below the title are ten horizontal dotted lines for writing.

**Я радуюсь, когда**

**Я испытываю отвращение, когда**

A sheet of paper with a title "Я испытываю отвращение, когда" at the top. Below the title are ten horizontal dotted lines for writing.

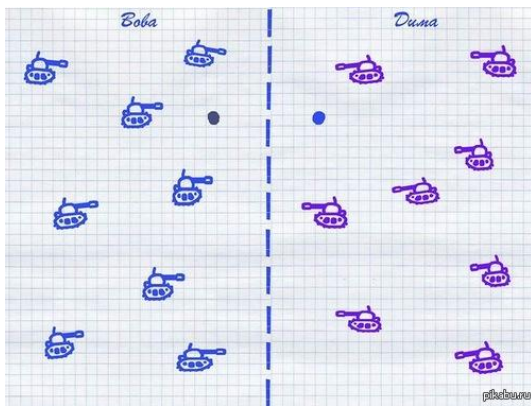
**Я грущу, когда**



### Задание 3. Послушай историю «Велосипед» про двух друзей.



- Поразмышляй чему она учит.  
Помогут тебе в этом вопросы:
- 1. Как звали мальчиков?
- 2. Как они друг к другу относились?
- 3. Что купили Саше?
- 4. Почему у Жени не было велосипеда?
- 5. Что предложил Саша Жене?
- 6. Что случилось, когда Женя ехал на велосипеде?
- 7. Что почувствовал Женя? Саша?
- 8. Что говорил Степа?
- 9. Как ты думаешь почему?
- 10. К кому обратился за помощью Женя?
- 11. Что папа придумал?
- 12. Почему Женя обрадовался папиному решению?
- 13. Правильно ли сделал Женя, что Саше отдал новый велосипед, а себе забрал сломанный? Почему?
- 14. Что Саша сказал родителям про сломанный велосипед? Почему?
- 15. Можно ли назвать дружбу мальчиков настоящей? Почему?



**Задание 4. Дружбе помогают совместные игры.  
В эту игру можно играть не только с другом, но и в семье!**

Давным-давно, когда никакого World of Tanks ещё не было и в помине, мальчишки играли в танчики на листе бумаги...

- Играть в эту игру для двоих можно в любом месте, где найдётся возможность засесть с листом бумаги. Также нужны две ручки или карандаши (желательно разных цветов).
- **Правила игры в танки (танчики)**
- Листок сгибается пополам. После этого игроки рисуют, каждый на своей половине, наступающие на противника танки. Можно рисовать их как видом сверху, так и сбоку (так, как на иллюстрации). Количество танков — как обычно около десятка у каждого на двойной тетрадный лист. Размер каждого танка — примерно как договоритесь, две клеточки (около 1 см.).
- После расстановки с помощью договорённости или считалочки определяется, кто будет стрелять первым. Этот игрок рисует на своей половине поля жирную точку (около 3-4 мм диаметром). После этого сгибает листок по линии и рисует на своей точке, но с обратной стороны. Получается, что его точка отпечатывается на половине поля противника. Это и есть выстрел. Если игроку повезло, и его выстрел «накрыл» вражеский танк, он может нарисовать красивый взрыв и сделать ещё один выстрел (как в Морском бое). Если же он промахнулся, право хода переходит к сопернику.
- **Хитрости и подсказки:**
- Для игроков начального уровня можно взять двойной листок в клеточку, для более продвинутых танкистов — чистый, без направляющих клеточек-полосок;
- Рисовать танки лучше подальше друг от друга и не на одной линии по вертикали-горизонтали. Впоследствии это затруднит противнику пристрелку;
- Игроки могут просто стрелять по очереди, то есть попадание во вражеский танк не даёт право на следующий выстрел. Это особенно подходит для неопытных игроков;
- Делать выстрелы надо быстро, сильно не прицеливаясь. И уж точно нельзя наклоняться, прицеливаясь «на глаз»;
- Игрокам надо заранее договориться, будет ли считаться поражением танка, когда задета только его пушка.

**Жду ваших ответов и рисунков!**