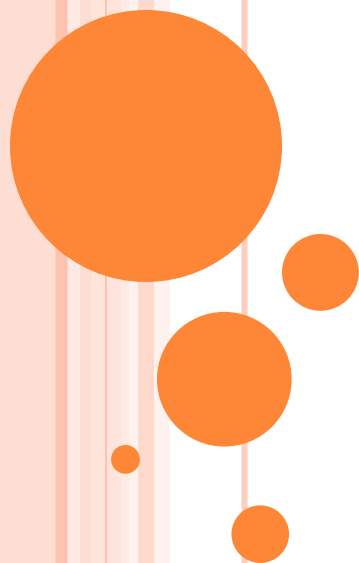


**НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ
„ПРИБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА
ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО**

**ТЕМА:
ИНТЕРАКТИВЕН УРОК
„УПРАВЛЕНИЕ НА
ЕМОЦИИТЕ“**



**НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ
„ ПРИОБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА
ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО**

Цели на урока:

- 1. Да се развият умения за разпознаване на емоциите и отражението им върху собственото поведение**
- 2. Да се формират умения за самоконтрол**



НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ „ПРИБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО

Интерактивни упражнения в урока:

1. Загряващо упражнение „Барабан“
2. Въвеждащо упражнение „Нарисувай ми емоция“
3. Дискусия върху три казуса по проблема



**НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ
„ ПРИОБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА
ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО**

Четири лесни стъпки за управление на емоциите:

Първа стъпка:

- откъсни се от ситуацията

Втора стъпка:

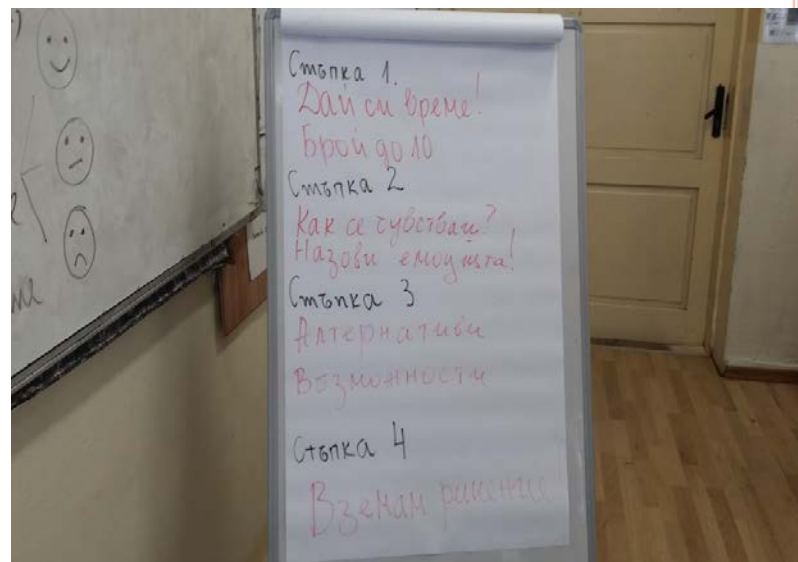
- Разпознай и назови емоцията

Трета стъпка:

- Помисли за възможностите

Четвърта стъпка:

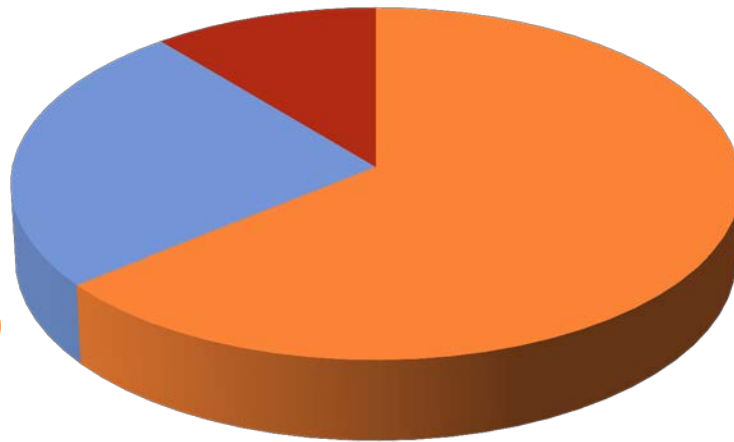
- Взemi най – доброто решение



**НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ
„ПРИБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА
ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО**

Обратна връзка

- часът и темата са харесани - 86%
- часът и темата са били скучни и безразлични - 10%
- часът и темата не са харесани - 4%



**НАЦИОНАЛНА КОНФЕРЕНЦИЯ
„ ПРИОБЩАВАЩИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПРАКТИКИ“ 2018 ГОДИНА
ГРАД ВЕЛИКО ТЪРНОВО**

ДА КОНТРОЛИРАШ ЕМОЦИИТЕ СИ Е ИЗБОР !

Благодаря за вниманието !

Изготвили:

Виолета Дончева

Виолета Иванова

ОУ „ Васил Петлешков“

гр. Пловдив

