Kochana klaso Druga,

Mijają kolejne tygodnie, a my wciąż nie możemy się spotkać. Mam nadzieje, że czas mija Wam spokojnie i miło. Nie mogę się doczekać, żeby zobaczyć Wasze “Pamiętniki z lockdown’u 2021”. Jeśli jeszcze nie założyliście pamiętnika, nie ma powodu do zmartwienia. Możecie zacząć od teraz. Przygotowałam dla Was kartę “Moje nawyki” która może się okazać pomocna w planowaniu zajęć w miesiącu.

W pamiętniku możecie pisać o wszystkim, rysować, wklejać. Widziałam jak świetnie potraficie pisać listy, wiec może macie ochotę do mnie napisać kolejny list? Możecie przeprowadzić obserwacje np. pogody, wzrostu rośliny albo kryształków soli. Przesyłam przykładową tabelę obserwacji pogody. Możecie jej użyć lub stwórzcie własne.

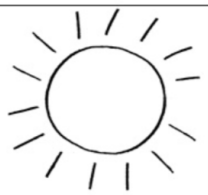
Zostawiam Wam również kropkową sowę. Możecie pokolorować ją pisakami, wylepić plasteliną albo wykleić bibułą lub watą (następnie pomalować farbami).

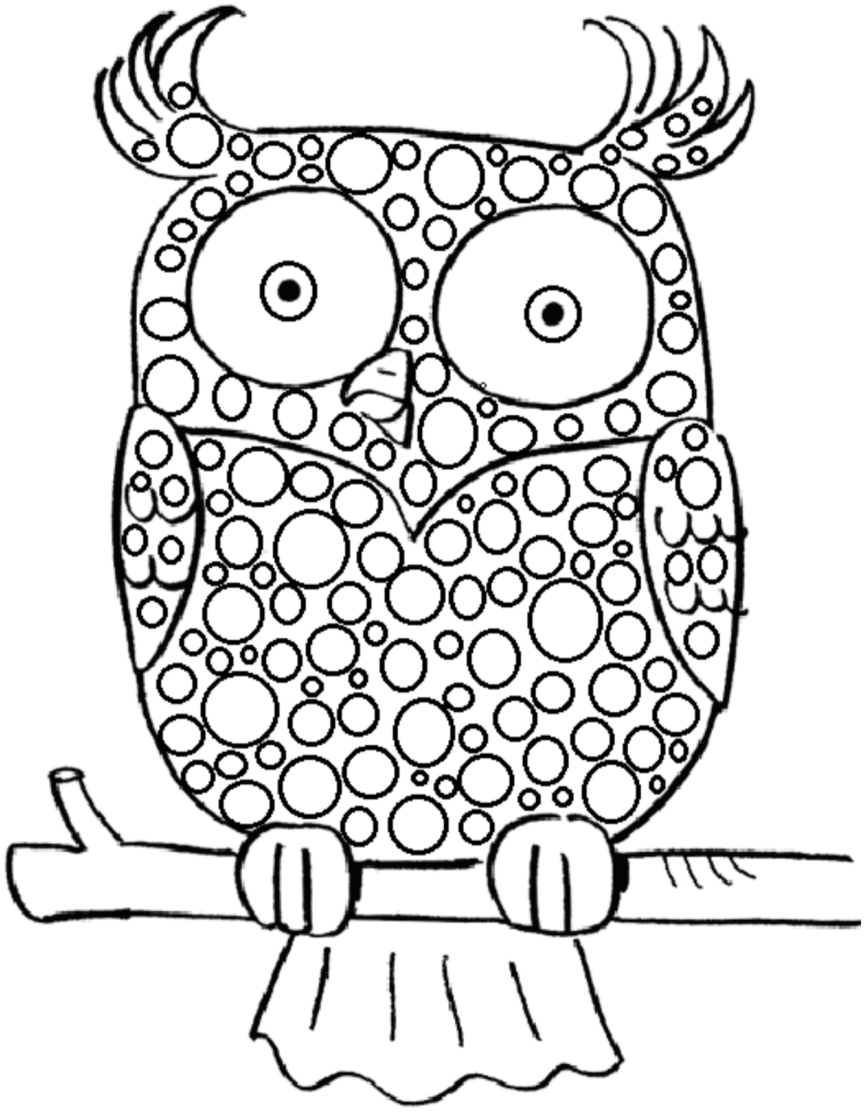
Przesyłam również kilka stron sylabek (CHA, HA, ŁO oraz IŁ). Zachęcam do ćwiczeń i czytania.

Na długie sobotnie dni przygotowałam dla Was dalsze losy Pucia podczas ferii zimowych oraz fragment ze znanego Wam “Cynamona i Trusi”. Ostatnio inspektor Krokodyl zgłębiał tajniki smutku. W tym miesiącu zajmijmy się więc RADOŚCIĄ. Zapraszam do lektury.

Pozdrawiam serdecznie,

p. Emilia

DZIEŃ	KARTA OBSERWACJI POGODY					
Narysuj obok każdego dnia obserwacji jaka była pogoda.						
1						
2						
3						
4						
5						



EMOLUDKI

Jupi

radość

Cześć!
Mam na imię Jupi
i należę do rodziny
Emoludków.
Moje rodzeństwo i ja
opowiemy ci wiele rzeczy
o uczuciach.
Na początku
tej emocjonalnej podróży
przedstawię ci
ich wszystkich.

Cykorek

strach

Pan Frasunek

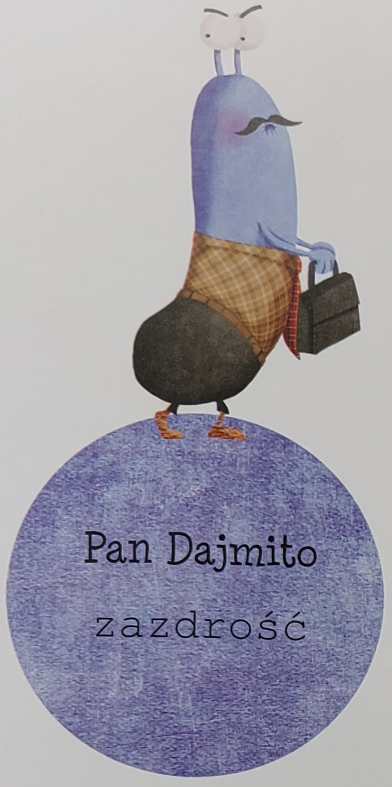
smutek

Pan Jajaja

zawiść

Konfuzja

wstyd



Pan Dajmito

zazdrość

Ojejka

zaskoczenie

Nerwa

złość

Paskuda

wstręt

Amoruś

miłość

Okej, a więc czas, żeby porozmawiać o każdym z uczuć. Mam na imię Jupi, ponieważ zawsze jestem wesoła. I jak mogłeś się już domyślić, reprezentuję RADOŚĆ.

RADOŚĆ

RADOŚĆ to bardzo przyjemne uczucie, które pojawia się wtedy, gdy przytrafia nam się coś dobrego.
Kiedy jesteśmy radośni, mamy dobry humor, uśmiechamy się albo głośno się śmiejemy i mamy ochotę robić wiele rzeczy.

Za pomocą UCZUCIOMETRU możemy zmierzyć, jak bardzo jesteśmy radośni, uwzględniając trzy poziomy intensywności. Żeby zmierzyć radość, posłużymy się czymś, co zawsze sprawia, że głośno się śmiejemy: łaskotkami.

Intensywność 1 – NISKA:

Kiedy jesteśmy trochę radośni, czujemy się dobrze, jesteśmy spokojni, uśmiechamy się. To tak, jakby ktoś delikatnie dmuchał nam w kark, wywołując lekkie łaskotki, które sprawiają, że mamy dobre samopoczucie.

Intensywność 2 – ŚREDNIA:

Kiedy jesteśmy radośni, uśmiechamy się, pokazując zęby. Czujemy, że rozpiera nas energia i jesteśmy bardzo pogodni. To tak, jakby rodzina biedronek spacerowała nam po plecach, łaskocząc nas swoimi nóżkami i skrzydełkami.

Intensywność 3 – WYSOKA:

Kiedy jesteśmy bardzo radośni, nasz uśmiech jest szeroki. Czujemy, że damy radę zrobić wszystko. Możemy głośno się śmiać, skakać i krzyczeć: Jupiii! To tak, jakby ktoś łaskotał nas piórkiem w podeszwy stóp i między palcami.

Sprawa 1. inspektora Krokodyla:

„Uśmiech Rudej Ani”

Był sobotni poranek i Ruda Ania z uśmiechem udała się na targ.

– Dzień dobry, Ruda Aniu. Wyglądasz dziś na bardzo zadowoloną. Czyżby to z powodu twoich nowych butów? – zapytał ją piekarz.
– Zimno, zimno – odpowiedziała figlarnie wiewiórka.
– Witaj, Ruda Aniu. Widzę, że jesteś bardzo radosna. To z pewnością dlatego, że dziś nie pada deszcz – zasugerowała sprzedawczyni owoców.
– Zimno, zimno – odpowiedziała wesoło wiewiórka.
– Ojejku, Ruda Aniu! Jak promiennie dziś wyglądasz! Założę się, że trafiłaś na jakąś dobrą okazję – powiedział jej handlarz rybami.
– Zimno, zimno – odparła wiewiórka, chichocząc.

Inspektor Krokodyl także zwrócił uwagę na Rudą Anię i był bardzo ciekawy, skąd wziął się jej wesoły nastrój.
– Pozwól, że i ja spróbuję szczęścia, Ruda Aniu. Chyba wiem, jaki jest powód twojego uśmiechu. Czy ma to jakiś związek z tym listem? – zapytał inspektor, wskazując na kopertę, która wystawała z kieszeni wiewiórki.
– Trafiłeś w dziesiątkę, inspektorze! Dzisiaj rano dostałam ten list, jest od mojej siostry, Rudej Sylwii, która przyjedzie mnie odwiedzić. Przygotuję jej taką kolację, że palce lizać!

Notatnik inspektora Krokodyla

Kilka objawów, które pomogły mi rozpoznać, co czuła Ruda Ania:

- ✓ Miała uśmiech od ucha do ucha.
- ✓ Nuciła piosenkę.
- ✓ Podskakiwała po całym targowisku.
- ✓ Widać było, że jest pełna energii i optymizmu.
- ✓ Żartowała i była w bardzo dobrym humorze.
- ✓ Bawiła się w zgadywanki ze sprzedawcami.

Oto zdjęcie, które zrobiłem:

Odwiedziny bliskiej osoby, której od dawna nie widzieliśmy, wywołują w nas RADOŚĆ. Chcemy przygotować dla niej coś dobrego i ugościć ją tak, jak na to zasługuje.

To oczywiste, że Ruda Ania odczuwała RADOŚĆ. Kiedy zapytałem ją o intensywność tego uczucia, potwierdziła, że czuje łaskotanie na plecach, jakby biegała po nich rodzina biedronek. Oboje doszliśmy do wniosku, że jest radosna i że intensywność na UCZUCIOMETRZE wynosi 2 (jest średnia).

SPOSÓB NA RADOŚĆ

Radość jest jednym z najprzyjemniejszych i najwspanialszych UCZUĆ na świecie. Kiedy puka ono do naszych drzwi, możemy w pełni je wykorzystać i cieszyć się nim jak najdłużej.

Te chwile radości i cieszenie się nimi są ważną częścią czegoś bardzo cennego, co nazywamy szczęściem. Na przykład kiedy wybieram się na wycieczkę z moimi przyjaciółmi, jestem bardzo radosny. Będę się starał w pełni tym cieszyć i nie pozwolę, żeby coś zepsuło mój dzień.

Przepisy na cieszenie się radością:

- ✓ Skacz, tańcz, śpiewaj...
- ✓ Uśmiechaj się i od czasu do czasu śmiej się na całe gardło.
- ✓ Znajdź kogoś, z kim będziesz mógł dzielić swoją radość.
- ✓ Spaceruj i baw się na świeżym powietrzu.

Za pomocą UCZUCIOMETRU możemy rozpoznać i zmierzyć radość.

Misia, Pucio i Maja jadą na sankach.
– Juhuuu, ale fajnie! – krzyczy Pucio.
Tata i wujek jadą na nartach.
Tata jedzie bardzo szybko!
Mama woła do taty:
– Uważaj! Nie tak szybko!
Ale tata nie słucha mamy.

Co robią?

JADĄ

Z kim jedzie Pucio?

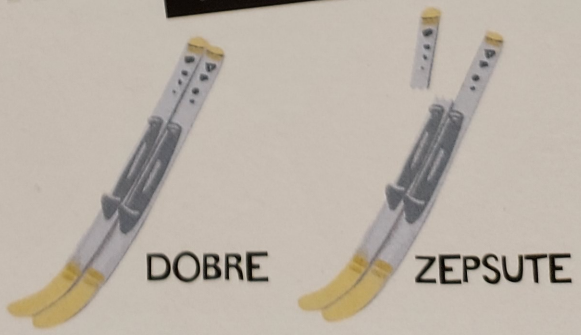
Z TATĄ

Ojej! Co się stało?!
Tatę bardzo boli noga.
Szybko, trzeba mu pomóc!
Wujek ma telefon i dzwoni do szpitala.
Pucio jest smutny.
Mama mówi:
– Nie martw się, Puciu.
Zaraz przyjedzie doktor i zbada tatę.
Wszystko będzie dobrze.

Dokąd dzwoni?

DO SZPITALA

Jakie narty?



DOBRE ZEPSUTE

KAP-KAP

Popatrz, jak w górę dzielnie się ciśnie
Przez śnieg i błoto biały przebiśnieg.

Kap-kap, topnieje na słońcu sopel.
Trusia do kubka zbiera pięć kropel.

– Pierwszy łyk wiosny! Znasz coś lepszego?
Pij, Cynamonie! Życzę smacznego!

BŁOTO

Ach, jak wspaniale, pada deszcz!
Pogoda znakomita!
Kiedy na świecie mokro jest,
To w błocie można brykać.

W wielką kałużę skaczemy – hop!
Aż błoto wkoło bryzga.
Świetna zabawa! Więc znowu skok.
A potem jeszcze trzysta!

Co boli tatę?

TATĘ BOLi NOGA

Co ma wujek?

WUJEK MA TELEFON

Co robi wujek?

WUJEK DZWONi

Co robi pani doktor?

PANi DOKTOR BADA

Kogo bada?

TATĘ

CHORY

Wstręt
wysoka
średnia
niska
Miłość
wysoka
średnia
niska
Wstyd
wysoka
średnia
niska
Zawiść
wysoka
średnia
niska
Zaskoczenie
wysoka
średnia
niska
Zazdrość
wysoka
średnia
niska
Złość
wysoka
średnia
niska
Smutek
wysoka
średnia
niska
Radość
wysoka
średnia
niska
3
2
1
0

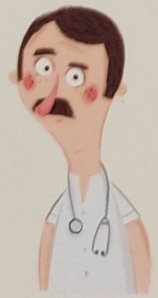
TATA MUSi ODPOCZYWAĆ.

Cała rodzina jest w szpitalu.
Pani doktor bada tatę i mówi:
– Ma pan złamaną nogę, trzeba założyć gips.
Pani doktor zakłada gips na nogę taty.
– Proszę pani, czy tata może jeździć na sankach?
– pyta Misia.
– Nie. Nie wolno mu jeździć
na sankach ani na nartach.
Tata musi odpoczywać
– wyjaśnia pani doktor.
Misia jest bardzo smutna.
Chciała pobawić się z tatą na śniegu.

Kto to?

PANi DOKTOR

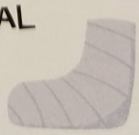
PAN DOKTOR



Co to?

SZPiTAL

LEKARSTWO



GiPS

Jaki tata?

ZDROWY

Z kim jedzie Misia?

Z MAMĄ

Na czym jedzie?

NA NARTACH

NA SANKACH

✓ Zjedz coś dobrego i smakuj każdy kęs.

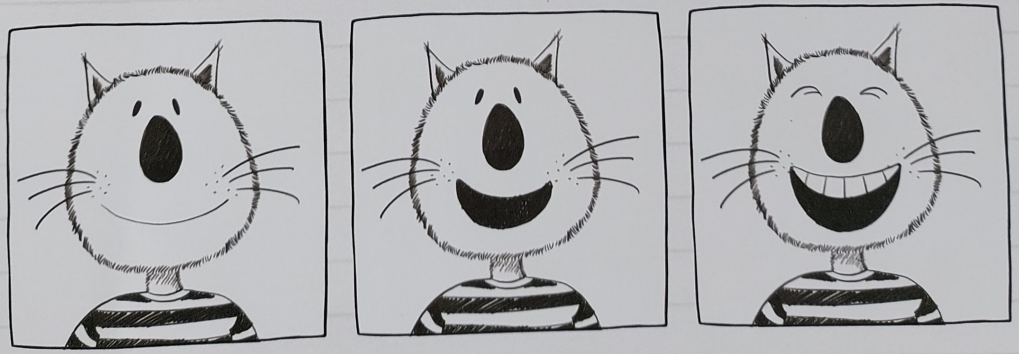
✓ Poczytaj książkę albo obejrzyj film przygodowy.

✓ Wykorzystaj tę radość, żeby własnoręcznie wykonać coś ładnego.

✓ Powtarzaj samemu sobie: „Jak cudownie, czuję się naprawdę wspaniale!".

Umieć cieszyć się radością jest czymś fantastycznym, ale nie powinniśmy zapominać o naszych obowiązkach.

Ćwiczenie zaproponowane przez inspektora Krokodyla:

Pokaż uczucie radości na jego trzech poziomach intensywności. Możesz to zrobić, patrząc w lustro:

✓ Intensywność 1: NISKA.
✓ Intensywność 2: ŚREDNIA.
✓ Intensywność 3: WYSOKA.