

ZACHOWAJ  
TRZEŹWY  
UMYSŁ®



# DETEKTYW - KTO PYTA NIE BŁĄDZI

Karta pracy nr 1 dla klas I-III

WYDAWCA:  
**SPIDR**  
STOWARZYSZENIE PRODUCENTÓW  
TYTUŁOWYCH I SĄDOWYCH

# ĆWICZENIE 1. DETEKTYWI

Zabawcie się w detektywów. Postaraj się przy każdym opisie wpisać dwa lub więcej imion. Pytania okażą się pomocne!



Ma taki sam kolor oczu jak ja

Kiedy się uśmiecha,  
robią się dołeczki w policzkach

Ma brązowe włosy

Lubi jeździć na rowerze

Potrafi jeździć na łyżworolkach

Ma włosy w kolorze blond

Obchodzi urodziny w wakacje

Ma rodzeństwo

Lubi wakacje  
spędzać nad morzem

Boi się pajków

Potrafi zrobić kanapki

Nie lubi kalafiora

Lubi oglądać bajki, takie jak ja

Bardzo dobrze  
gra w piłkę nożną

# ĆWICZENIE 2. POWIEDZ MI NA UCHO



Posłuchaj hasła i zapisz je:

Teraz spróbuj podkreślić to co utrudniało przekazywanie i zrozumienie hasła? Jakie to były bariery?

było zbyt głośno • było zbyt cicho • mówiono niewyraźnie  
nie rozumiałem hasła • nie mogłem się skoncentrować  
nie lubię mówić na ucho • hasło było zbyt trudne  
hasło było za długie

Jakie moim zdaniem inne problemy lub przeszkody  
przeszkadzały w przekazaniu sobie hasła?

# ĆWICZENIE 3. ŚMIAŁO I ODWAŻNIE

Kim jesteś? „Pytającym” czy „Odpowiadaczem”? Jeśli jesteś „Pytającym” to poniżej znajdziesz wskazówki, jakich używać zwrotów, żeby z łatwością się porozumiewać z innymi i dowiedzieć się jak najwięcej informacji o planowanym przyjęciu urodzinowym:

- › Jak? Kiedy? Dlaczego?
- › Gdzie?
- › Tak myślisz?
- › Co myślisz o?
- › Czy możemy o tym porozmawiać później?
- › Nie usłyszałam, proszę powtórz!
- › Nie zrozumiałam, możesz powtórzyć
- › Czy ja dobrze zrozumiałam?
- › Wiem, że już o to pytałam, ale proszę powtórz!



# ZADANIE DLA CIEBIE

Po uzyskanych odpowiedziach możesz już przygotować zaproszenie.



## PAMIĘTAJ!

„Kto pyta nie błądzi” – to stare przysłowie niech doda Ci odwagi w zadawaniu pytań, gdy czegoś nie rozumiesz lub chcesz się dowiedzieć. Dzięki temu lepiej poznasz innych i zrozumiesz świat.

# NASZE SMUTKI



NR 2  
KARTA PRACY  
DLA KLAS III

depresja?

Kiedy poczujesz smutek pamiętaj, że nie jesteś sam! Zawsze możesz porozmawiać o swoich smutkach z rodzicami, starszym rodzeństwem, nauczycielem, psychologiem czy pedagogiem szkolnym.



# ZADANIA DLA CIEBIE



## Ćwiczenie 1. Rozgrzewka!

„Jak się dziś czujesz?” – pewnie często słyszysz to pytanie od bliskich. Czasem trudno nazwać własne uczucia oraz emocje. Pomocna może okazać się poniższa ilustracja. Spróbuj nazwać uczucia, które widzisz na emotkach.



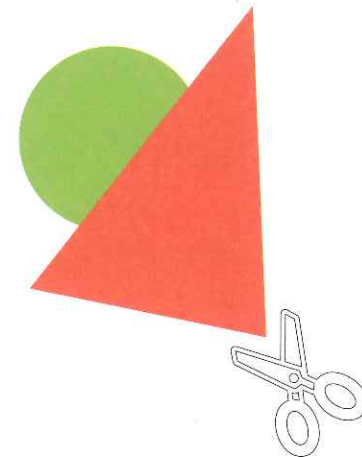
--	--	--	--



--	--	--	--

## Ćwiczenie 2. Quiz

Czas na zadanie plastyczne. Na dodatkowej kartce papieru narysuj większe figury, pokoloruj je (trójkąt na pomarańczowo, a koło na zielono) i wtnij. Następnie wykorzystaj do udzielenia odpowiedzi na pytania zadane przez nauczyciela. Kiedy uznasz, że znasz odpowiedź, unieś koło, jeśli masz wątpliwości lub odpowiedź jest przecząca – wykorzystaj trójkąt. Uzupełnij odpowiedzi na zadane pytania. Dobrej zabawy.



Czy smutna osoba się uśmiecha? .....

Czy smutna osoba nie ma przyjaciół? .....

Czy smutna osoba płacze? .....

Czy smutna osoba jest samotna? .....

## Ćwiczenie 3. Dokończ zdania

Teraz już wiesz, jak zachowuje się osoba smutna, choć czasem niełatwo to rozpoznać. Czy Tobie łatwo okazywać emocje? Dokończ poniższe zdania.

Smutno mi, kiedy .....

Kiedy jest mi smutno, .....

Smutek wywołuje we mnie .....

Smutno mi, kiedy widzę .....

Smutno mi bez .....

# ZADANIA DLA CIEBIE - CIĄG DAŁSZY

## Ćwiczenie 4. *Recepta na smutek*

Czas na zadanie grupowe, w grupie siła! Waszym zadaniem jest znalezienie sposobów na poprawę nastroju. Do poniższego hasła dopiszcie własne pomysły, wykorzystując litery jak w krzyżówce.

S PACER  
M  
U  
T  
E  
K

### PAMIĘTAJ!

Kiedy poczujesz smutek, przypomnij sobie powyższy rysunek. Nie jesteś sam! Zawsze możesz porozmawiać o swoich smutkach z rodzicami, starszym rodzeństwem, nauczycielem, psychologiem czy pedagogiem szkolnym.