Otwock 14.05.2020r.

***Dzień dobry!***

Dziś kolejne zajęcia z serii emocji. Zajmiemy się RADOŚCIĄ.

**RADOŚĆ** to najwspanialsze uczucie na świecie. Wszyscy lubią odczuwać radość, czuć się szczęśliwymi, chcemy, żeby nasi najbliżsi i tych których lubimy byli szczęśliwi, składając sobie życzenia najczęściej życzymy sobie szczęścia. Pocieszamy innych gdy widzimy, że brakuje im radości.

Jak się zachowujemy gdy odczuwamy radość? Wtedy skaczemy, tańczymy, śpiewmy, chcemy kogoś uściskać,krzyczmy z radości.

Będąc radosnym zdobywamy łatwiej nowe znajomości, ludzie chętniej z nami przebywają. Każdy chce przebywac w towarzystwie osoby, która rozpiera pozytywna energia.

***A co u Ciebie wywołuje RADOŚĆ?***

Zaznacz przy poniższych odpowiedziach. Możesz wybrać kilka odpowiedzi.

* Ciekawa książka
* Muzyka
* Przyjaciele
* Rodzina
* Sport
* Ukochany zwierzak
* *Twoje propozycje na to co wywołuje u Ciebie RADOŚĆ, co poprawia Tobie humor:* ………………………………………………………………………………..

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

***UWAGA UWAGA !!!***

JEŚLI:

* Szybciej bije Ci sece
* Oczy błyszczą jak miliony gwiazd
* Chcesz tańczyć, skakać, biegać, spiewć
* Czujesz motylki w brzuchu
* Na twarzy pojawia się uśmiech

***TO ZNACZY ŻE MASZ WSZYSTKIE OBJAWY RADOŚCI***

***MOŻESZ POWIEDZIEĆ, ŻE ROZPIERA CIĘ RADOŚĆ***

Warto takie chwile zapisywć sobie, utrwalać na zdjęciach. Warto mieć zeszyt czy pamiętnik, album, aby te chwile uwieczniać i powracać do nich wspominając, przypominając je sobie, może czsami dzielić się z innymi. Jest to piękna pamiątka, do której chetnie się wraca.

Stwórz dla siebie album szczęścia dekorując go wspomnieniami, wpisami, pamiątkami, zdjęciami, rysunkami a może listami.

**Album szczęścia**

Życzę dużo radosnych chwil

Ola Kapel