

МОЇ ЕМОЦІЇ ТА
ПОЧУТТЯ
ІНТЕРАКТИВНА
КНИЖКА



ДЛЯ ДОРОСЛИХ

Інтерактивна книжка *Мої емоції та почуття* була створена, щоб допомогти дітям говорити про свої почуття.

Автор та ілюстратор цієї книжки Лора Хелен Браун відчувала, що існує справжня потреба в тому, щоб діти навчились висловлювати свої емоції у захоплюючій, відкритій та нейтральній формі. Лора створила інтерактивну книжку, щоб допомогти своєму племіннику говорити про свої емоції та почуття під час локдауну. Лора почала поширювати цю книжку за межами свого кола друзів та знайомих. Після схвальних відгуків від дітей, батьків та вихователів, Лора вирішила створити веб-сайт, щоб зробити книжку більш доступною.

Цю інтерактивну книжку можна використовувати під час шкільних занять, на уроках, а також для індивідуальної взаємодії між дитиною та батьками, вихователями або працівниками служби підтримки дітей. Лора сподівається, що її книжка буде використана як допоміжний засіб для вдумливої, заспокійливої розмови з дітьми про їхні почуття та емоційний стан.

Автор висловлює особливу подяку Гарі Поупу, співзасновнику Kids Industries, за підтримку та фінансування цієї книжки, перекладеної на українську мову Наталією Рачейськовою, а також Ашлі Норіс та Джоані Скампу з Wolfstone Translation Ltd та Дані Друтіс, співзасновниці Drutis Jewellery, за її допомогу в цьому проєкті, та Тому Гріфітсу і його команді з Doxdirect.com за друкування та розсил безкоштовних примірників до українських сімей та організацій, які підписалися через портал своєї громади. Дізнайтеся більше на сайті Doxdirect.com

Інтерактивна книжка *Мої емоції та почуття* створена для дітей в усьому світі, а це видання присвячене дітям України.

Веб-сайт : www.myemoitonsactivitybook.com

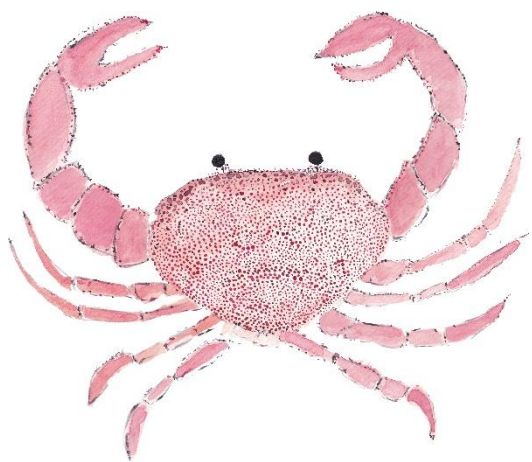
Електронна пошта: laura@lhbillustrations.co.uk

doxdirect.com
the easy way to print

Doxdirect have been honoured to help by printing and distributing this book, in the hopes that it will make a difference to those who use it.

Компанія Doxdirect була удостоєна честі допомогти надрукувати і розповсюдити цю книжку. Ми сподіваємось, що вона змінить на краще життя тих, хто її прочитає.

Познайомся з персонажами цієї книжки



Краб Матвій



Морський коник Микола



Слон Олег



Синій кит Софія



Восьминіг Тарас



Цуценя Поліна



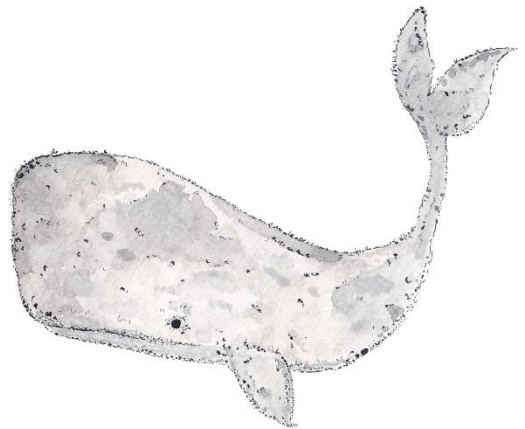
Лелека Олена



Пінгвіни Марфа та Майя



Кальмар Андрій



Сірий кит Богдан

Про тебе

Моє ім'я та прізвище:

Яка твоя улюблена тварина?

Мій день народження:

Вибери з наведених нижче речень ті, що стосуються щасливого кита та нещасливого кита.

Плаваю в океані з моїми друзями.

З'їв пластиковий пакет в океані, який я прийняв за смачну медузу.

Коли я розмовляю про свої почуття з моїми друзями.

Вистрибую з води на свіже повітря та бризкаю навколо.

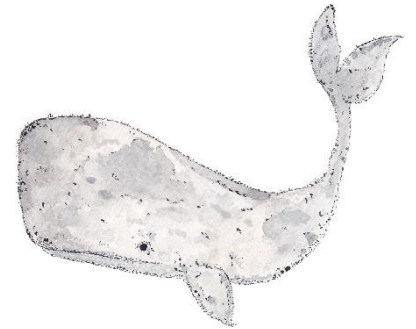
Човен зачепив мене і мені боляче.

Люди не переробляють свій пластик, і він потрапляє в океан.

Сварюся з моїми друзями-китами.

Намагаюся з усіх сил.

Що ще, на твою думку, може зробити кита щасливим і нещасливим. Наведи свої приклади.



НЕЩАСЛИВИЙ КИТ



ЩАСЛИВИЙ КИТ

Вибери одного з інших персонажів і напиши або намалюй те, що робить їх щасливими або нещасливими.



Я відчуваю себе щасливим/щасливою коли...

Напиши або намалюй нижче.



Лелеки літають, ширяючи в теплих потоках повітря. Якби ти міг/могла полетіти куди завгодно, то куди б ти полетів/полетіла?

Я відчуваю себе нещасливим/нещасливою коли...

Напиши або намалюй нижче.

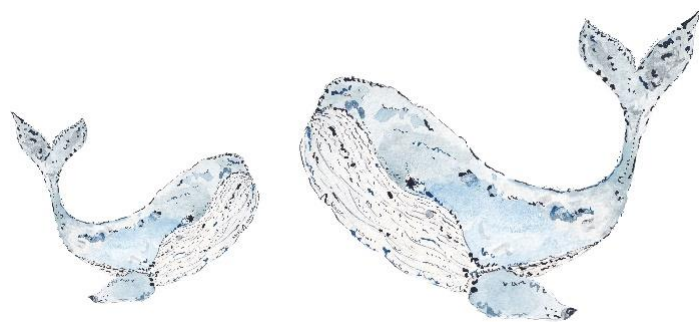


Краби, зазвичай, пересуваються боком. Однак, деякі краби можуть також пересуватися вперед і назад. Чи відомо тобі, що не всі краби можуть плавати?

НАПИШИ АБО НАМАЛЮЙ П'ЯТЬ РЕЧЕЙ, НА ЯКИХ ТИ ДОБРЕ РОЗУМІЄШСЯ - В ШКОЛІ АБО ВДОМА.

ЦЕ МОЖУТЬ БУТИ ТАНЦІ, МАЛЮВАННЯ, НАПИСАННЯ ІСТОРІЙ, ЧИТАННЯ, КОНСТРУЮВАННЯ, СПОРТ...

Напиши або намалюй нижче.



Дитинча горбатого кита може випивати до 560 склянок материнського молока в день. А скільки води ти випив/випила вчора?

НАПИШИ АБО НАМАЛЮЙ П'ЯТЬ РЕЧЕЙ, ЯКІ ТИ ЛЮБИШ РОБИТИ З ДОРΟΣЛИМИ, З ТВОЄЮ СІМ'ЄЮ АБО З ДРУЗЯМИ...

ЦЕ МОЖУТЬ БУТИ ІГРИ, ЗАНЯТТЯ НА ВІДКРИТОМУ ПОВІТРІ, КУЛІНАРІЯ, ЧИТАННЯ, СПОРТ, ВІДПОЧИНОК...



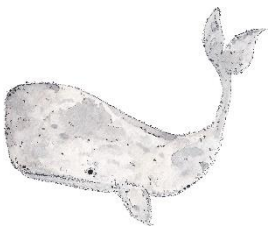
Бивні слона постійно ростуть. Отже, величезні бивні можуть бути ознакою його віку.

МІЙ ДЕНЬ СЬОГОДНІ

Напиши або намалюй нижче.

ЩО ТИ ЗРОБИВ/ЗРОБИЛА СЬОГОДНІ в приміщенні або на відкритому повітрі?

ПРО ЩО ТИ ЩЕ ДІЗНАВСЯ/ДІЗНАЛАСЯ СЬОГОДНІ?



Всі персонажі цієї книжки мають свої індивідуальні особливості. Всі вони унікальні, як і люди.
Незважаючи на те, що ми різні, у всіх нас є почуття, незалежно від того, скільки нам років.

НАМАЛЮЙ СВІЙ ПОРТРЕТ В СВОЄМУ УЛЮБЛЕНОМУ МІСЦІ...

В ПРИМІЩЕННІ АБО НА ВІДКРИТОМУ ПОВІТРІ.



Дитинча пінгвіна – це пінгвіненя. Пінгвіненята вкриті сірим пушком, який допомагає їм зберігати тепло.

Якби ти міг/могла створити новий смайлик, що б це було?

Напиши або намалюй нижче.



Кальмари, в основному, їдять рибу і зазвичай плавають задом наперед. А яка твоя улюблена їжа?

Куди б ти мріяв/мріяла поїхати на канікули або на вихідні?

Напиши або намалюй нижче.



Чи відомо тобі, що морські коники дуже добрі та турботливі тварини?

НАМАЛЮЙ ПОРТРЕТ СВОГО ГЕРОЯ/ГЕРОЇНИ...

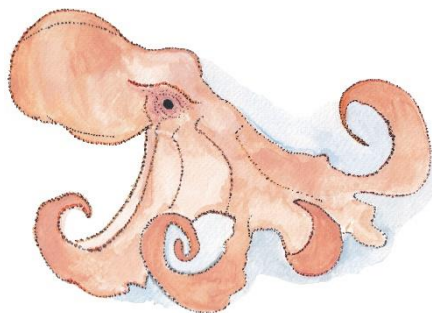
ЦЕ МОЖЕ БУТИ ХТОСЬ ЗІ ШКОЛИ, ТЕЛЕВІЗІЙНИЙ ПЕРСОНАЖ, ПЕРЕСІЧНА ЛЮДИНА, ТОЙ, КОГО ТИ ЗНАЄШ, ЧЛЕН СІМ'Ї...



Якщо хочеш дізнатися чи собака лівша або правша, дай їй її улюблену іграшку і подивись яку лапу вона простягне першою.

Що ти робиш, щоб відчувати себе щасливим/щасливою...

Напиши або намалюй нижче.



Кальмари можуть швидко плавати, але вони вважають за краще повільно повзати по морському дну. Як ти вважаєш, на який час ти можеш затримати дихання?

ОБВЕДИ КОЛОМ НАВЕДЕНІ НИЖЧЕ РЕЧЕННЯ, ЯКІ ТЕБЕ СТОСУЮТЬСЯ

Я НАМАГАЮСЯ З УСІХ СИЛ

Я ДОБРИЙ

Я ВІРНИЙ ДРУГ

Я ГАРНИЙ ПОМІЧНИК

МЕНЕ ЛЮБЛЯТЬ

Я ЛЮБЛЮ СЕБЕ ТАКИМ, ЯКИМ Я Є

Я ЩАСЛИВИЙ

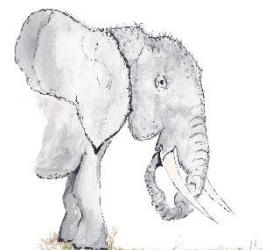
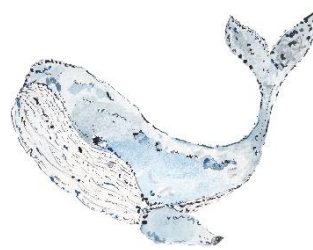
Я ПОЗИТИВНИЙ

Я СМІЛИВИЙ

Я ЗДОРОВИЙ

Я УНІКАЛЬНИЙ

Я ХОРОШИЙ СЛУХАЧ



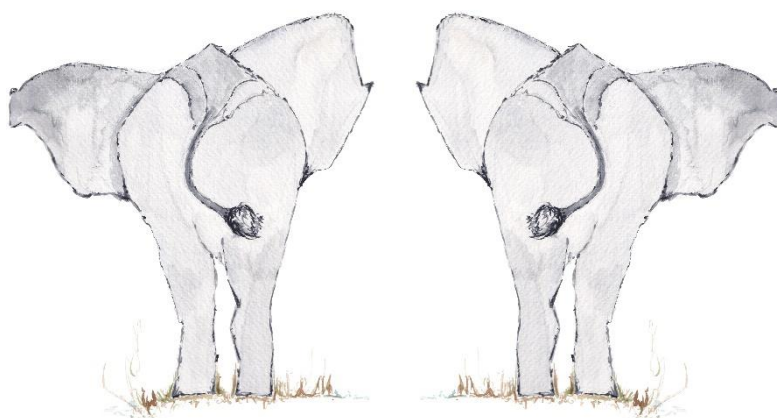
Чи відомо тобі, що тварини, так само як і люди, можуть відчувати такі емоції, як гнів, страх, щастя і смуток?

Хто був твоїм улюбленим персонажем/персонажами і чому?

Що ти дізнався/дізналася про себе?

Намалюй нижче нового персонажа та дай йому ім'я.

ДО ПОБАЧЕННЯ



ЗАВІТАЙ ДО НАС ЗНОВУ! ДО НОВОЇ ЗУСТРІЧІ!



myemotionactivitybook.com