

Sociaal-Emotioneel Leren Thuis

Beste ouders,

Door de coronacrisis verandert er veel. Voor volwassenen en kinderen. We hebben verdriet omdat er mensen ziek worden. We vinden het afschuwelijk dat niet alle mensen beter worden. We zijn boos als mensen zich niet aan de afspraken houden. We zijn bang dat de crisis nog lang gaat duren.

Er gebeuren ook mooie dingen. We zijn verbaasd dat leraren zo snel de kinderen via de mobiele telefoons en computers les kunnen geven. En we zijn blij dat ouders hun kinderen helpen schoolwerk te doen of te ontspannen.

Toen de kinderen op school waren, spraken de leraren over de coronacrisis. Zij stelden ook vragen. Wat is er gebeurt? Word je daar blij van? Of boos? Praten over wat er gebeurt en over gevoelens is goed voor kinderen. Maar de kinderen zijn nu thuis. Ze kunnen er niet met de leraren over praten. Daarom hebben wij kaartjes over gevoelens gemaakt voor thuis. En spelletjes erbij bedacht.. Hieronder staat wat je kunt doen.

Hartelijke groet, de leraren van de school van uw kinderen.





www.nieuwkomers.hu.nl

bang



www.nieuwkomers.hu.nl

afschuw



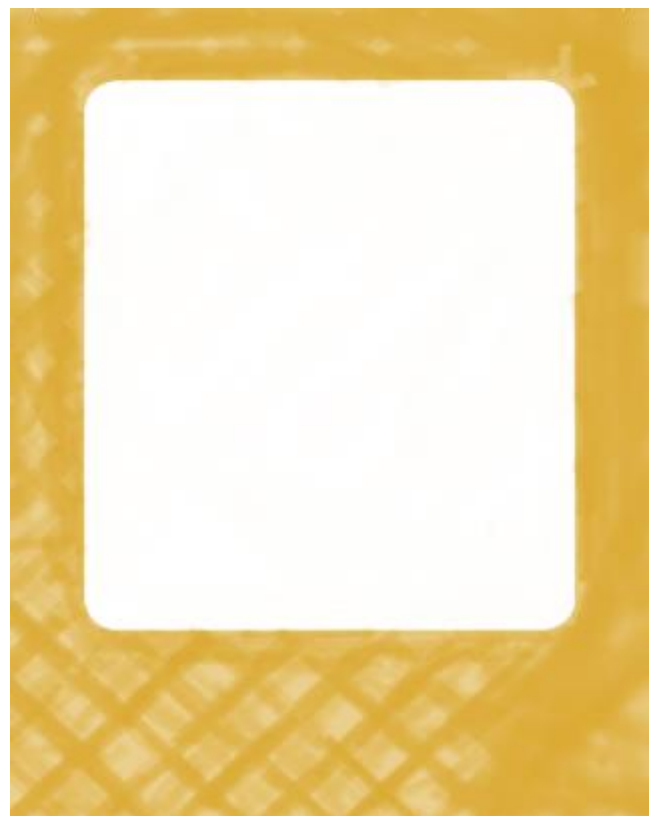
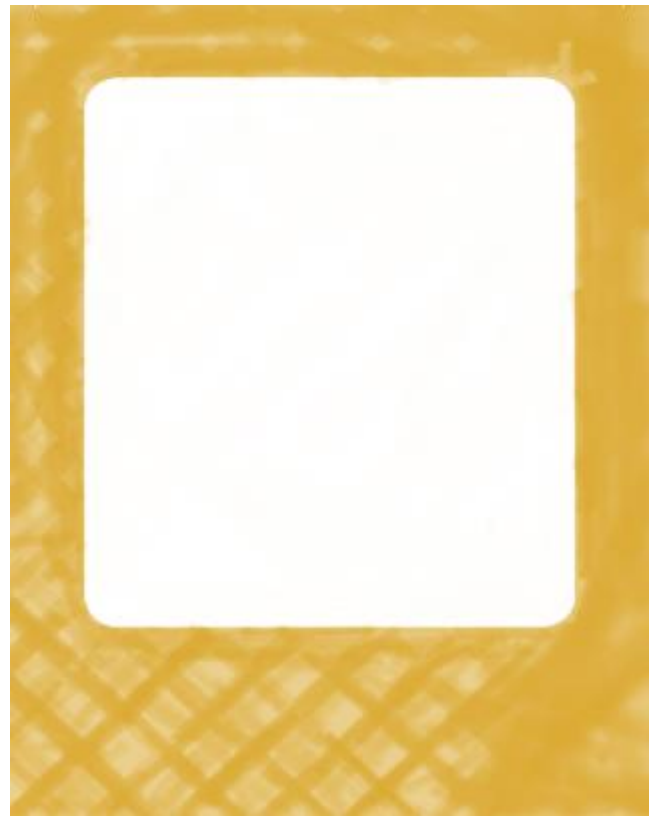
www.nieuwkomers.hu.nl

verdriet



www.nieuwkomers.hu.nl

verrast



1. Knip de emotiekaartjes uit. Leg de emotiekaartjes op tafel. Vraag: Ken je de woorden boos, blij, bang, verdrietig, gefrustreerd, veilig, kalm en hoop ook in een andere taal? Schrijf ze op.



2. Hang de emotiekaartjes aan een lint. Of op de koelkast. Schrijf de namen van het gezin op wasknijpers of de voorletters op magneetjes. Geef hiermee de emoties aan. Bijvoorbeeld vóór de lunch. Vraag: Waarom heb je deze emotie gekozen? Luister goed naar elkaar.



3. Lees een verhaal of kijk een film. Bespreek welke emoties door de personages getoond worden. Vraag: Begrijp je waarom?
4. Luister of zing een lied. Vraag: Welke emotiekaartjes passen bij deze muziek? Waarom?

5. Vraag: Ken je nog meer emoties? Teken en schrijf deze emoties op zelfgemaakte kaartjes. Verdeel de kaartjes in positieve en negatieve gevoelens. Vraag: Wat helpt als je een negatief gevoel hebt? Helpt dat ook de ander?



6. Teken 10 emoties op zelfgemaakte kaartjes. Vind je het moeilijk? Zoek er dan smileys bij. Teken elke emotie 2 keer, zodat je 20 kaartjes hebt. Leg ze omgedraaid op tafel. Speel nu het memoriespel. Ieder gezinslid draait om de beurt twee kaartjes om. Zijn ze hetzelfde? Vertel waar jij deze emotie gezien hebt in de afgelopen week en leg de kaartjes bij je. Zijn ze verschillend? Leg ze omgekeerd terug op dezelfde plaats. Daarna mag de volgende twee kaartjes omdraaien. Onthoud goed waar alle kaartjes liggen. Des te eerder vind je twee dezelfde kaartjes en mag je vertellen waar je de emotie hebt gezien! Speel totdat alle kaartjes op zijn.



Samengesteld door Ria Goedhart. Illustraties diederick@iceredkid.com Met dank aan het docententeam en vertalers TEC Walcheren, Archipelscholengroep. Voor meer info ria.goedhart@hu.nl of www.nieuwkomers.hu.nl

أزمة كورونا تسببت بالكثير من التغييرات للبالغين والأطفال. نحن حزينون لأن الناس يمرضون بسبب الفيروس. وإنه لمن المؤسف أن لا يستطيع جميع المرضى التعافي من هذا المرض. نحن نشعر بالغضب في حال لم يلتزم الناس بالتعليمات المتفق عليها. ولدينا مخاوف من امكانية استمرار هذه الأزمة لفترة طويلة.

تحدث أشياء جميلة أيضا. نحن مندهشون من قدرة المعلمين على تعليم الأطفال بهذه السرعة عبر الهواتف المحمولة وأجهزة الكمبيوتر. ويسعدنا أن الآباء يساعدون أطفالهم في أداء واجباتهم المدرسية أو يساعدونهم على الاسترخاء.

عندما كان الأطفال في المدرسة ، تحدث المعلمون معهم عن أزمة كورونا. كما طرحوا عليهم بعض الأسئلة. ماذا يحدث؟ هل هذا يجعلك سعيدا؟ أم غاضبا؟ إن التحدث مع الأطفال عما يحدث وعن مشاعرهم لأمر جيد لهم. لكن الأطفال الآن في المنزل. لا يمكنهم التحدث مع المعلمين حول هذا الموضوع. لذلك قمنا بتصميم بطاقات عن المشاعر للعمل بها مع الأطفال في المنزل. و اختراع بعض الألعاب من خلالها.

لاحقا فيما يلي ستجد مايمكنك فعله بها معهم.

مع أطيب التحيات من معلمي مدرسة أطفالك.



www.nieuwkomers.hu.nl

سعيد



www.nieuwkomers.hu.nl

غاضب



www.nieuwkomers.hu.nl

خائف



www.nieuwkomers.hu.nl

مقرز



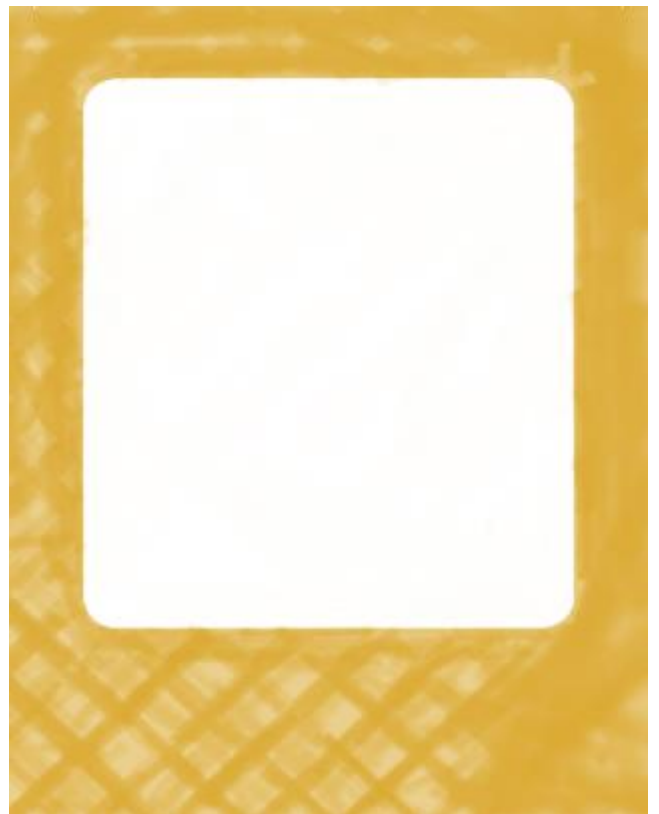
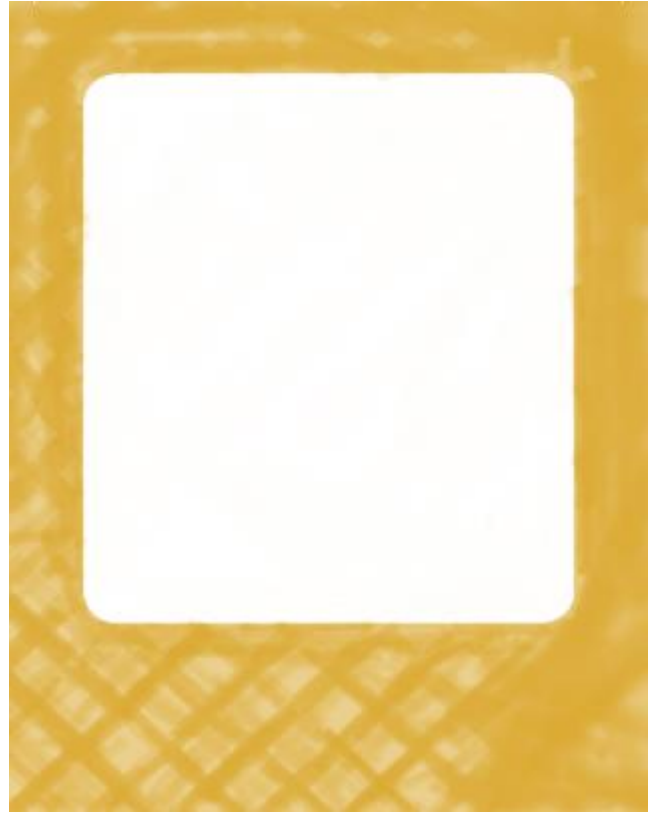
www.nieuwkomers.hu.nl

حزين



www.nieuwkomers.hu.nl

مندھش



1- قم بقص بطاقات المشاعر. ضع البطاقات على الطاولة. السؤال: هل تعرف الكلمات الآتية بلغة أخرى، إن كنت تعرف اكتبها.



2- قم بتعليق بطاقات المشاعر على شريط أو علقها على الثلجة. اكتب أسماء العائلة على مشابك الغسيل أو الأحرف الأولى لهم على مغناطيسات. اذكر الشعور العاطفي لكل شخص. على سبيل المثال قبل الغداء. اسألهم عن شعورهم واسأل لماذا اختار كل منهم هذا الشعور؟ ولتستمعوا بعناية لبعضكم البعض.



3- اقرأ قصة أو شاهد فيلمًا. ناقش العواطف التي تظهرها الشخصيات.
السؤال: هل تفهم لماذا؟

4- استمع أو غن أغنية. السؤال: أيًا من بطاقات المشاعر تناسب هذه الموسيقى؟ لماذا؟

5- سؤال: هل تعرف المزيد من المشاعر؟ ارسم واكتب هذه المشاعر على بطاقات تصنعها بنفسك. قسّم البطاقات إلى مشاعر إيجابية وسلبية. سؤال: ما الذي يساعدك إذا كان لديك شعور سلبي؟ هل هذا يساعد الشخص الآخر أيضًا؟



6-ارسم 10 مشاعر عاطفية على البطاقات التي صنعتها بنفسك. هل تجد صعوبة في ذلك؟ اذا ابحت عن وجوه تعبيرية مناسبة. ارسم كل شعور مرتين بحيث يكون لديك 20 بطاقة. اقلبهم على الطاولة العب الآن لعبة الذاكرة. يدير كل فرد من أفراد العائلة بطاقتين بدوره. هل هم نفس الشيء؟ أخبر أين رأيت هذه المشاعر في الأسبوع الماضي وضع البطاقات معك. هل هم مختلفون؟ اقلبهم ثم ضعهم في نفس المكان. بعدها يأتي دور البطاقتين التاليتين لتقلبهم. تذكر مكان جميع البطاقات. في أقرب وقت ستجد بطاقتين من نفس البطاقات ويمكنك معرفة أين رأيت الشعور! العب إلى أن تختفي جميع البطاقات.



在家学习社交情绪的方式

亲爱的家长，

新冠疫情影响了我们的生活，尤其是对家长和孩子们来说，作息产生了很大的改变。现在有人患病，这让人难过；有人尚未治愈，这让人难以接受；有人不遵守规定，这令人生气。同时，我们也感到焦虑，担心这场疫情还会持续很长时间。

幸好，这世界仍然有好事发生：老师们迅速调整、让学生能通过手机和电脑上课，这让人惊喜；而家长们也一起协助孩子完成作业、让孩子能够放松心情，这也是件令人高兴和欣慰的事。

孩子还去学校上学时，老师们常会提到新冠疫情，并问孩子：“这是怎么回事？这让你开心吗？还是让人生气呢？”像这样与孩子讨论目前的情况和他们所产生的情绪，对孩子成长有极大的帮助。然而现在，所有的孩子都在家里，没办法再继续与老师们讨论这些事情，所以，我们在下面做了一些在家可以用的“情绪卡”，我们还想到一些活动，请各位家长们看看下面介绍的游戏方法，并试着在家和孩子一起做！

孩子们的老师们





www.nieuwkomers.hu.nl

害怕



www.nieuwkomers.hu.nl

讨厌



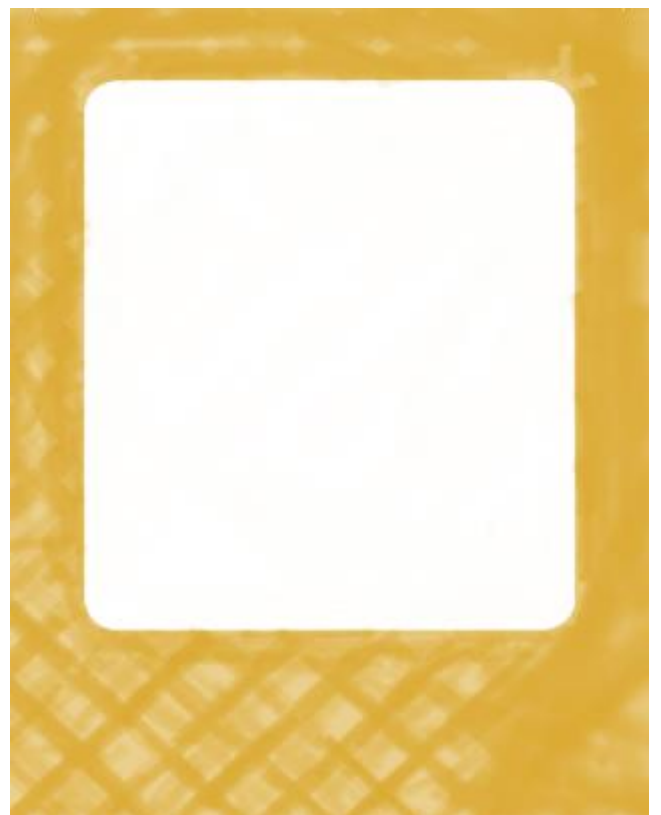
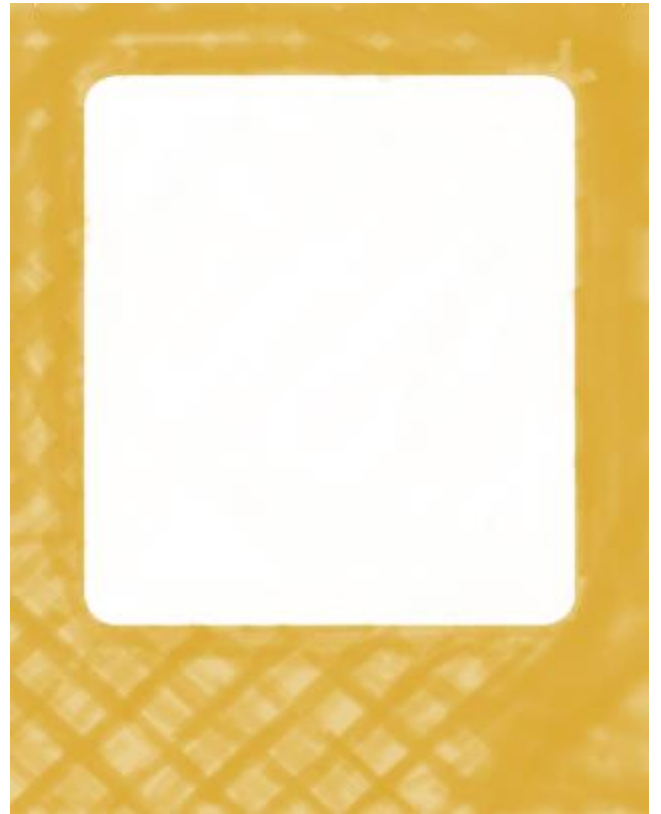
www.nieuwkomers.hu.nl

难过



www.nieuwkomers.hu.nl

惊讶



1. 把“情绪卡”剪下来，放在桌上。问问孩子：你知道怎么用别的语言说“生气、开心、害怕、难过、挫折、安全、冷静和希望”吗？请你写下来！



2. 把“情绪卡”挂在一条绳子上，或用磁铁贴在冰箱上。然后和孩子轮流把家人的名字写在衣夹或小磁铁上，来标志你们的情绪，问一问：“你为什么要选择这个情绪呢？”请记得要仔细、有耐心地听对方说的话。



3. 读故事或看电影，和孩子讨论里头的人物都表达了什么样的情绪。问一问：“你懂他们为什么会有这样的情绪吗？”

4. 听歌或者唱歌。问一问：“哪些情绪卡符合这首歌的感情？为什么呢？”

5. 问一问：“你还知道哪些情绪呢？”请把它写和画在自己做的情绪卡上，并把这些情绪卡分成“正面”和“负面”的情绪。问问：“当你有了负面情绪的时候，做什么事会有帮助？这么做也可以帮助他人吗？”



6. 把 10 种不同的情绪画在自己做的情绪卡上。（想出 10 种对你来说太多太难了吗？那就画个笑脸也可以！）请你把每一种情绪都做成两张一样的“情绪卡”，最终会有 20 张卡片，将其背面朝上放在桌上。现在就可以开始玩“记忆游戏”。玩到你的时候，要把两张翻到正面，如果这两张是同一种情绪的话，你就说说看你过去这周在哪、在谁身上见过这个情绪，然后把两张卡从桌上收到你身边来。如果两张不同，你就把卡片盖回去、让卡片背面朝上放回桌上。轮到下一个人可以翻起两张。请好好记住所有情绪卡的位置，这样你就更容易能找到同样的卡片，可以跟大家分享你在哪见过这情绪！一直玩到桌上没有情绪卡，游戏就结束了。



Social and emotional learning at home

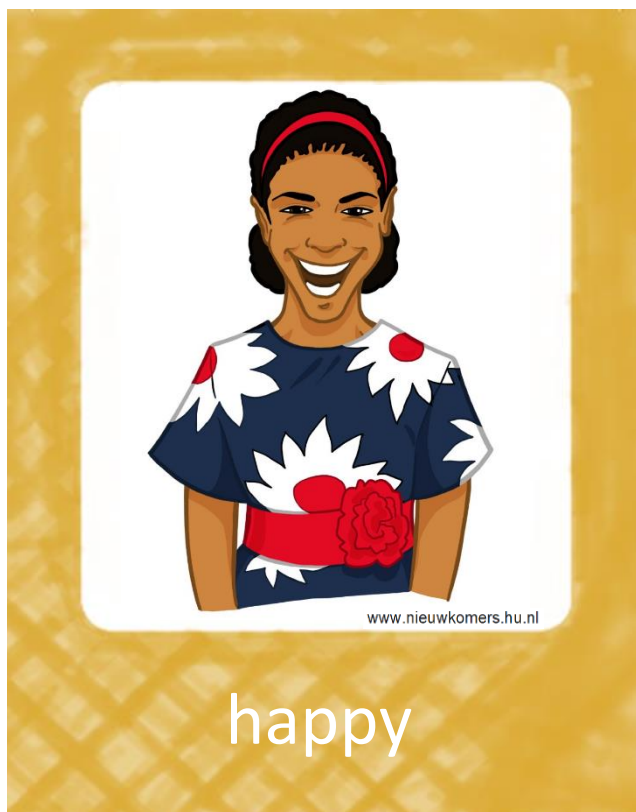
Dear parents,

The corona crisis has brought a lot of change. For both adults and children. We feel sad because people are getting sick. We feel awful that not everyone recovers. We feel angry when people do not keep to the agreements. We are afraid that the crisis will continue for a long time.

Beautiful things are also happening. We are amazed that teachers and children have adapted so quickly to lessons via mobile phones and computers. And we are happy that parents help their children do schoolwork or to relax.

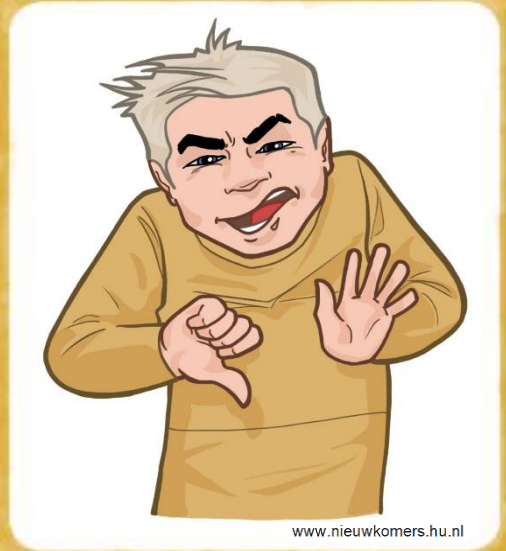
When the children were at school, the teachers talked about the corona crisis. They also asked questions. What is happening? Does that make you happy? Or angry? Talking about what is happening and about feelings is good for children. But the children are now at home. They cannot talk to the teachers about it. That is why we made cards about feelings to use at home. We also created some games with them... See below for what you can do.

Kind regards, the teachers of your children's school.





afraid



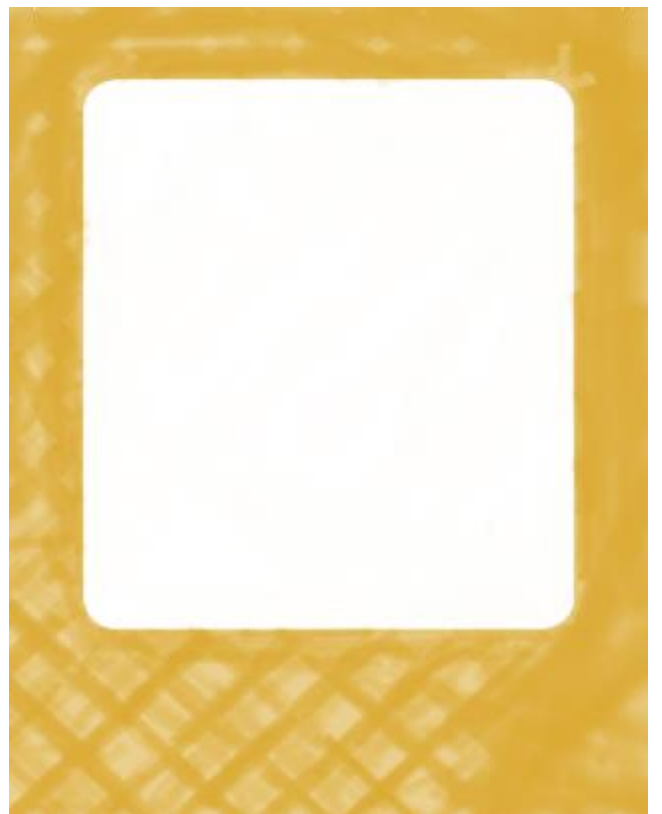
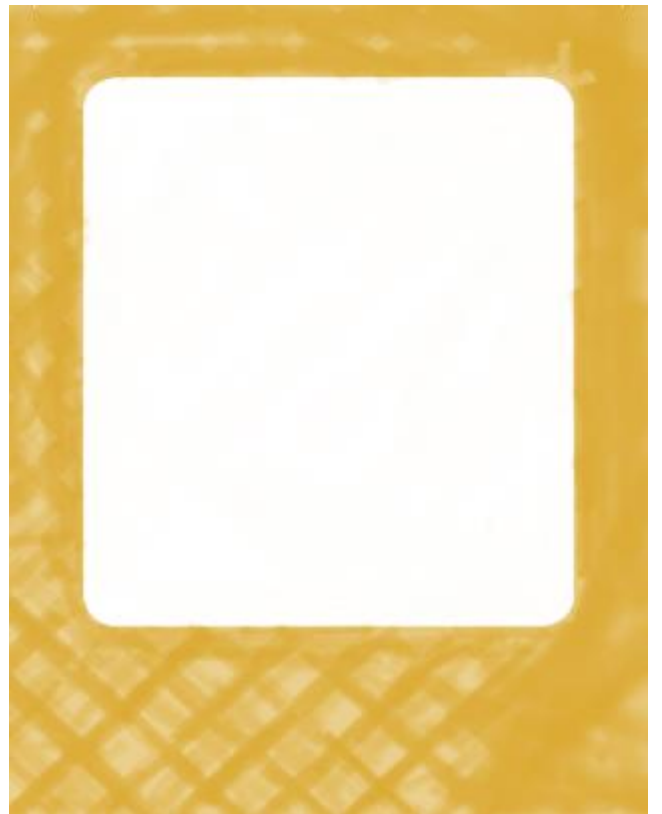
disgust



sad



surprise



1. Cut out the emotion cards. Place the emotion cards on the table.
Question: Do you know the words angry, happy, scared, sad, frustrated, safe, calm and hope in another language? Write them down.



2. Use a ribbon to string the emotion cards together and hang them up. Or stick them on the fridge. Write the names of the members of your family on (clothes)pegs or write their initials on magnets. Use these to indicate the emotions. For example, before lunch.
Question: Why did you choose this emotion? Listen carefully to each other.



3. Read a story or watch a movie. Discuss what emotions are shown by the characters.
Question: Do you understand why?
4. Sing or listen to a song.
Question: Which emotion card(s) could you match to this music? Why?

5. Question: Do you know any more emotions? Draw and write these emotions on homemade cards. Divide the cards into positive and negative feelings.
Question: What helps you when you have a negative feeling? Does that help the other person too?



6. Draw 10 emotions on homemade cards. Do you find this task difficult? Then try finding emojis. Draw each emotion twice so that you have 20 cards. Turn them over on the table. Now play the memory game. Per turn, each family member turns over two cards. Are they the same? Give an example of where you saw this emotion in the past week and then keep the cards with you. Are they different? Put them back in the same place upside down. Then, the next player may turn two cards over. Remember where all the cards are. The sooner you find two of the same cards, the sooner you can tell where you saw that emotion! Play until all the cards are gone.



Created by Ria Goedhart. Illustrations diederick@iceredkid.com. Thanks to the teachers of TEC Walcheren Archipelscholengroep an Leony Horne for the translation. For more information see ria.goedhart@hu.nl of www.nieuwkomers.hu.nl

والدین گرامی،

بحران کرونا، تغییرات بسیاری را ایجاد کرده است؛ هم برای کودکان و هم برای بزرگسالان. ما از اینکه افراد زیادی بیمار شده‌اند ناراحت هستیم. احساس بسیار ناخوشایندی داریم از اینکه همگی آنها بهبود نمی‌یابند. ما عصبانی می‌شویم وقتی که می‌بینیم افراد به توصیه‌ها گوش نمی‌کنند. ما نگران هستیم که این بحران مدت زمان طولانی ادامه پیدا کند.

چیزهای زیبایی نیز اتفاق افتاده است. ما شگفت‌زده شدیم از اینکه چقدر سریع معلم‌ها و بچه‌ها خودشان را با سیستم آموزش از طریق گوشی و کامپیوتر وفق داده‌اند. و ما خوشحالیم از اینکه والدین به فرزندانشان در انجام تکالیف مدرسه کمک می‌کنند.

زمانی که بچه‌ها در مدرسه بودند، معلم‌ها درباره‌ی بحران کرونا با آنها صحبت کردند. معلم‌ها از آنها سوالاتی پرسیدند. چه اتفاقی افتاده است؟ آیا این اتفاق شما را خوشحال می‌کند؟ یا عصبانی؟ صحبت درباره‌ی اینکه چه اتفاقی افتاده و درباره‌ی احساسات مختلف، برای بچه‌ها مفید است. اما بچه‌ها الان در خانه هستند. آنها نمی‌توانند با معلمان درباره‌ی آن صحبت کنند. بخاطر همین ما کارتهایی در مورد احساسات مختلف درست کرده‌ایم تا در خانه از آنها استفاده کنند. همچنین بازی‌هایی را با آنها طراحی کرده‌ایم. در ادامه خواهید دید که چه باید انجام دهید.

با احترام،

معلمان مدرسه



خوشحال



عصبانی



ترسیده



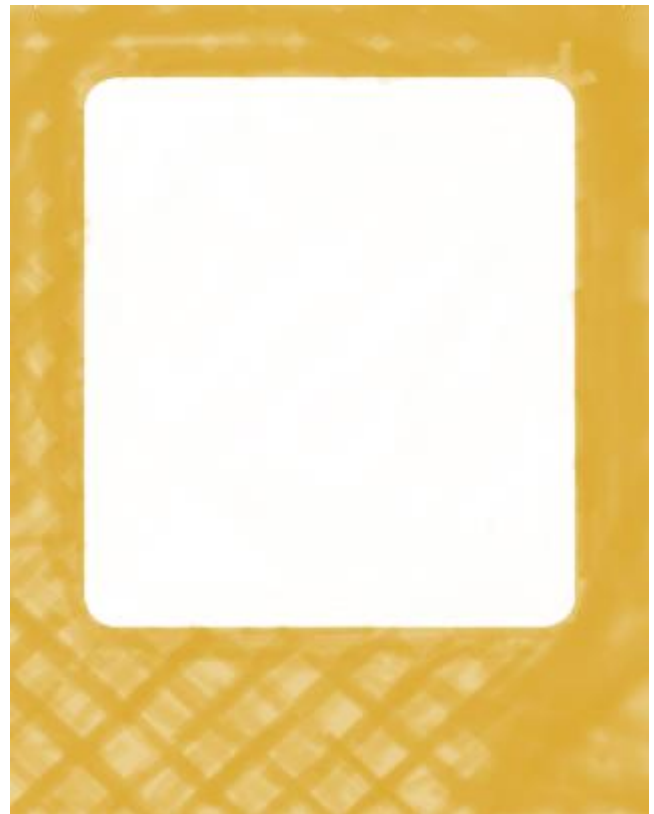
انزجار



غمگین



شگفت



۱. کارت‌های با تصویر احساسات مختلف را با قیچی برش بزنید و روی میز قرار دهید.
سوال: آیا معنی کلمات «عصبانی»، «خوشحال»، «ترسیده»، «غمگین»، «ناامید»، «ایمن»، «آرام» و «امیدوار» را در یک زبان دیگر می‌دانید؟ آنها را بنویسید.



۲. از یک نخ استفاده کنید تا کارت‌ها را در کنار هم وصل کرده و آنها را آویزان کنید. یا اینکه آنها را روی درب یخچال بچسبانید. نام اعضای خانواده را روی گیره‌های لباس بنویسید و یا اینکه حرف اول اسم هر کدام را روی گیره‌های آهنربایی بنویسید. از آنها برای نشان دادن احساسات هر یک از افراد خانواده استفاده کنید. بعنوان مثال، قبل از ناهار.
سوال: چرا این حس را انتخاب کردید؟ به دقت به یکدیگر گوش کنید.



۳. یک داستان بخوانید و یا اینکه یک فیلم تماشا کنید. در مورد احساسات هر شخصیت داستان یا فیلم با یکدیگر گفتگو کنید.
سوال: آیا دلیل آن را می‌فهمید؟

۴. یک آهنگ را بخوانید و یا به یک آهنگ گوش کنید.
سوال: کدام یک از کارت‌ها را مطابق با آهنگ می‌دانید؟ چرا؟

۵. سوال: آیا احساسات دیگری را می‌شناسید؟ نام و تصویر آن حس را روی کارتهایی که خودتان در خانه درست می‌کنید بنویسید و نقاشی کنید. کارت‌ها را به دو گروه «احساسات مثبت» و «احساسات منفی» طبقه‌بندی کنید.

سوال: زمانی که یک احساس منفی دارید، چه چیزی به شما کمک می‌کند؟ آیا آن چیز می‌تواند به دیگران نیز کمک کند؟



۶. ده احساس را روی کارت‌هایی که در خانه درست می‌کنید نقاشی کنید. آیا این کار برایتان مشکل است؟ بنابراین سعی کنید از ایموجی‌ها [صورتک‌های احساسی] استفاده کنید. از هر تصویر احساسی، دو کارت یک شکل درست کنید. بنابراین شما بیست کارت خواهید داشت. آنها را به پشت روی میز بچینید. حالا می‌توانید بازی حافظه خوب را انجام دهید. به این شکل که در هر نوبت، هر کدام از اعضای خانواده می‌تواند دو کارت را برگرداند. آیا کارت‌ها یکی هستند؟ اگر کارت‌ها یک شکل بودند، یک مثال بزند که آن حس را در هفته‌ای که گذشت در کجا مشاهده کرده و سپس کارت‌ها را بردارد. آیا کارت‌ها یک شکل نیستند؟ کارت‌ها را مجدداً به پشت در جای خود قرار دهد. نوبت نفر بعدی است که دو کارت را برگرداند. به خاطر بسپارید که هر کارت در کجا قرار داشته است. هر شخص زودتر کارت‌های مشابه را پیدا کند می‌تواند زودتر بگوید که کجا آن احساس را مشاهده کرده است. و این بازی را تا اینکه کارت‌ها تمام شود انجام دهید.



Nauka społeczno-emocjonalna w domu

Szanowni rodzice,

z uwagi na panujący kryzys związany z koronawirusem zachodzą spore zmiany. Zarówno dla dorosłych, jak i dla dzieci. Towarzyszy nam smutek, ponieważ ludzie chorują. Niestety nie wszyscy wyzdrowieją. Odczuwamy złość, ponieważ nie wszyscy dotrzymują danego słowa. Boimy się, że kryzys potrwa jeszcze długo.

Mają jednak miejsce również piękne rzeczy. Jesteśmy mile zaskoczeni faktem, że nauczyciele mogą tak szybko uczyć dzieci za pomocą telefonów komórkowych i komputerów. Cieszymy się, że rodzice wspierają dzieci w odrabianiu lekcji i pokazują, w jaki sposób mogą się relaksować.

Gdy dzieci chodziły do szkoły, nauczyciele mówili o kryzysie związanym z koronawirusem. One również zadawały swoje pytania. Co się wtedy dzieje? Czy wirus wywołuje uczucie radości czy złości? Rozmowa o tym, co się dzieje, i o uczuciach, jest dobra dla dzieci. Ale teraz są one w domu. W związku z tym nie mogą porozmawiać na ten temat z nauczycielem. Dlatego stworzyliśmy karteczki dotyczące uczuć przeznaczone do pracy w domu i wymyśliśmy związane z tym gry. Instrukcje znajdują się poniżej.

Z pozdrowieniami

Nauczyciele szkoły, w której uczą się Twoje dzieci.



szczęście



złość



www.nieuwkomers.hu.nl

strach



www.nieuwkomers.hu.nl

obrzydzenie



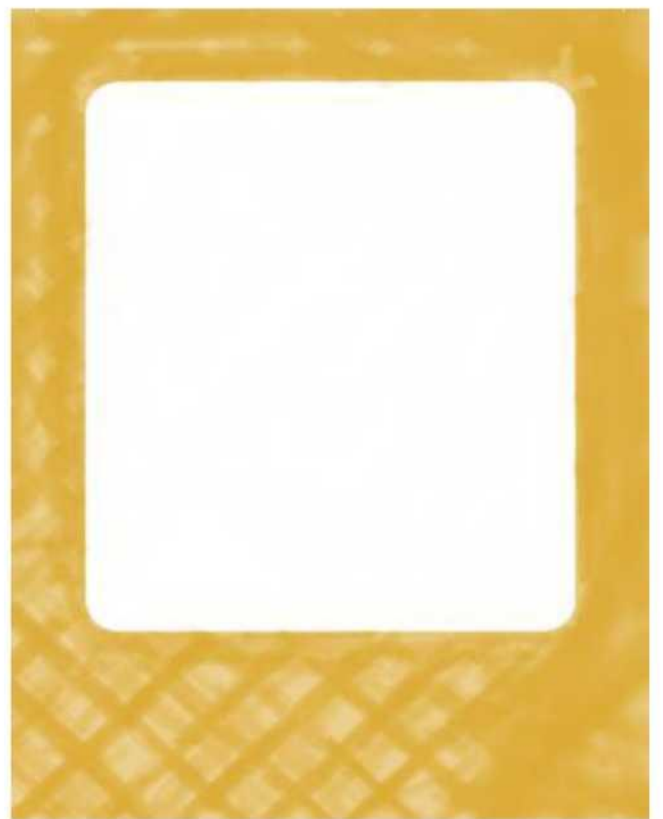
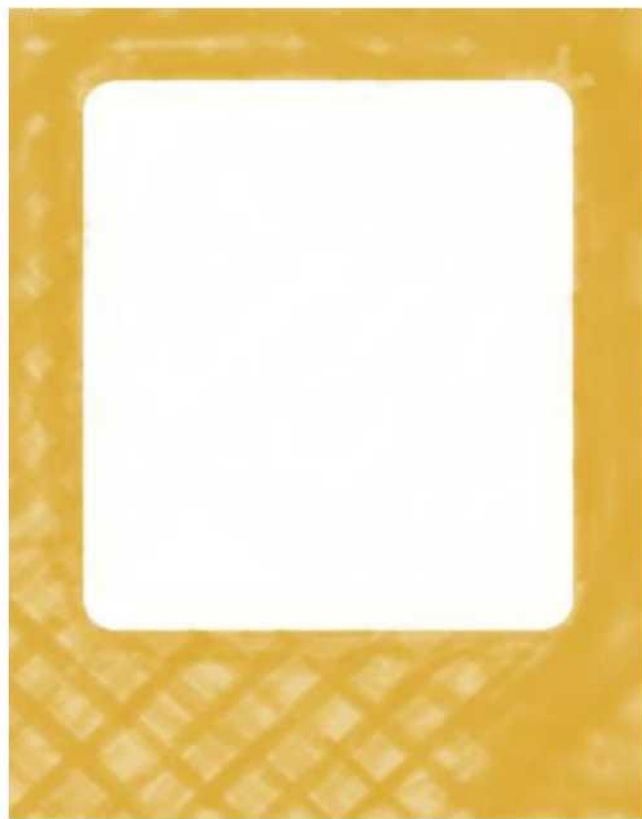
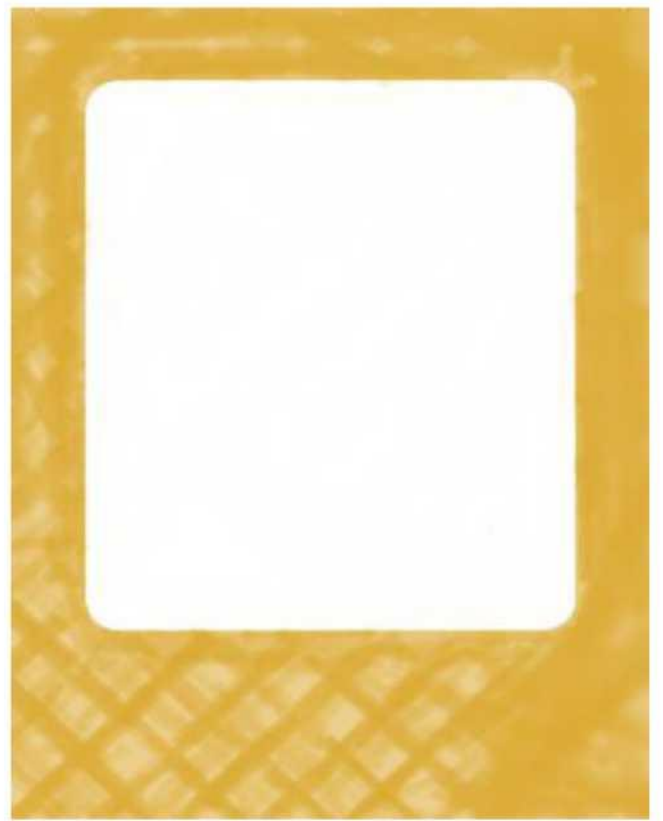
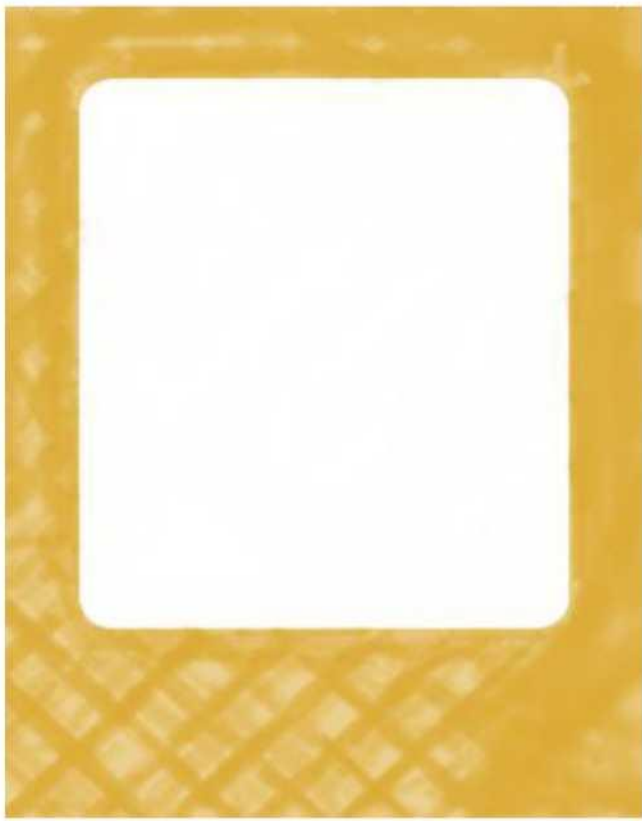
www.nieuwkomers.hu.nl

rozpacz



www.nieuwkomers.hu.nl

zaskoczenie



1. Wytnij karteczki, na których przedstawione są emocje. Połóż karteczki na stole. Zapytaj: czy znasz w innym języku słowa takie jak złość, szczęście, strach, rozpacz, frustracja, bezpieczeństwo, spokój oraz nadzieja? Zapisz je.



2. Zawieś karteczki na wstążce lub na lodówce. Zapisz imiona członków rodziny na spinaczach lub inicjały na magnesach. Wskaż przy tym emocję, na przykład przed obiadem. Zapytaj: dlaczego wybrałeś tę emocję? Słuchajcie się uważnie nawzajem.



3. Przeczytaj historię lub obejrzyj film. Porozmawiaj na temat tego, jakie emocje okazują dane postacie. Zapytaj: czy rozumiesz dlaczego?
4. Posłuchaj lub zaśpiewaj piosenkę. Zapytaj: jakie karteczki emocji pasują do tej muzyki? Dlaczego?

5. Zapytaj: czy potrafisz nazwać więcej emocji? Narysuj i zapisz te emocje na samodzielnie wykonanych kartach. Podziel karty na uczucia pozytywne i negatywne. Zapytaj: co pomaga, gdy towarzyszą Ci negatywne odczucia? Czy pomaga to również drugiej osobie?



6. Narysuj 10 emocji na własnoręcznie wykonanych karteczkach. Czy jest to dla Ciebie trudne? Następnie poszukaj uśmiechów. Narysuj każdą emocję dwukrotnie, tak by mieć 20 karteczek. Połóż je odwrócone na stole. Teraz zagraj w zapamiętywanie. Każdy członek rodziny podczas swojej kolejki odkrywa 2 karteczki. Jeśli są identyczne, powiedz, gdzie widziałeś tę emocję w ostatnim tygodniu, i połóż te kartki obok siebie. Jeśli są różne, połóż je odwrócone z powrotem na stole. Następnie możesz odkryć kolejne dwie kartki. Dobrze zapamiętaj, gdzie leżą karteczki. Im szybciej znajdziesz parę, tym szybciej możesz powiedzieć, gdzie zobaczyłeś tę emocję! Graj do momentu, aż wszystkie karteczki znikną ze stołu.



Przygotowała Ria Goedhart. Ilustracje diederick@iceredkid.com Z podziękowaniem dla zespołu nauczycieli i tłumaczy TEC Walcheren, Archipelscholengroep. Więcej informacji pod adresem ria.goedhart@hu.nl lub www.nieuwkomers.hu.nl

Aprender em casa: Social e Emocional

Exmo. Pais,

A crise do coronavírus trouxe-nos muitas mudanças, tanto para adultos como para crianças. Sentimos-nos tristes porque as pessoas estão a ficar doentes. Sentimos-nos terríveis porque nem todos recuperam. Sentimos-nos furiosos quando as as pessoas não cumprem a quarentena. Estamos preocupados que esta crise irá continuar por muito tempo. Boas coisas estão também a acontecer. Estamos positivamente surpresos como professores e alunos estão a adaptar-se tão rapidamente às aulas por computador ou telemóvel. E estamos contentes que os pais têm ajudado seus filhos com trabalhos de casa, ou à relaxarem.

Quando as crianças estavam na escola, os professores falavam sobre a crise do coronavírus. Os professores também perguntavam: O que está a acontecer? Estás contente? Ou zangado? Falar do que se está a passar e sobre o que sentimos é positivo para as crianças. Mas as crianças estão agora em casa. Elas não conseguem falar com os professores sobre esta crise. E por isso, decidimos fazer estes cartões sobre sentimentos e emoções, para se usar em casa. Também criamos alguns jogos com os professores... Veja abaixo para saber mais do que pode fazer.

Melhores cumprimentos
Os professores do teu filho/a





www.nieuwkomers.hu.nl

Assustado



www.nieuwkomers.hu.nl

Descontente



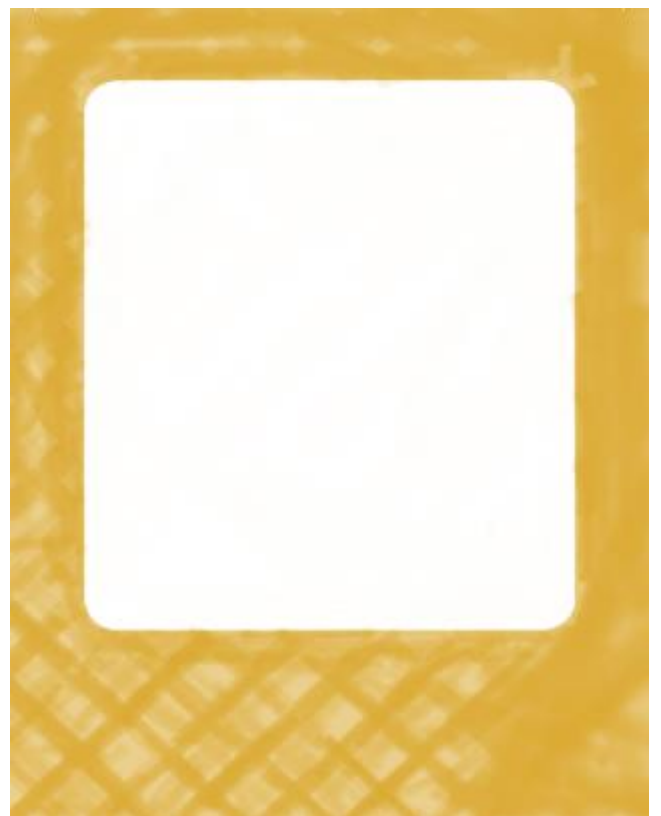
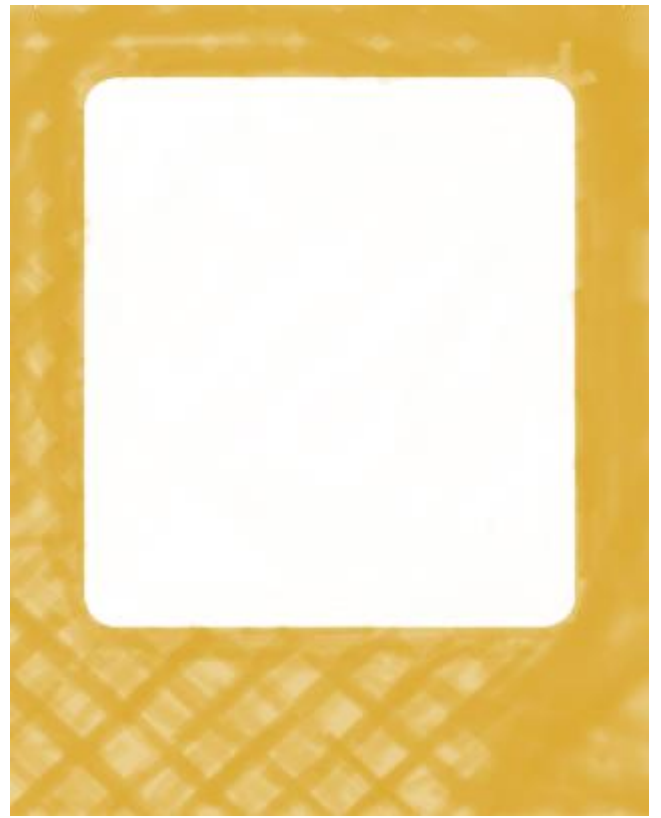
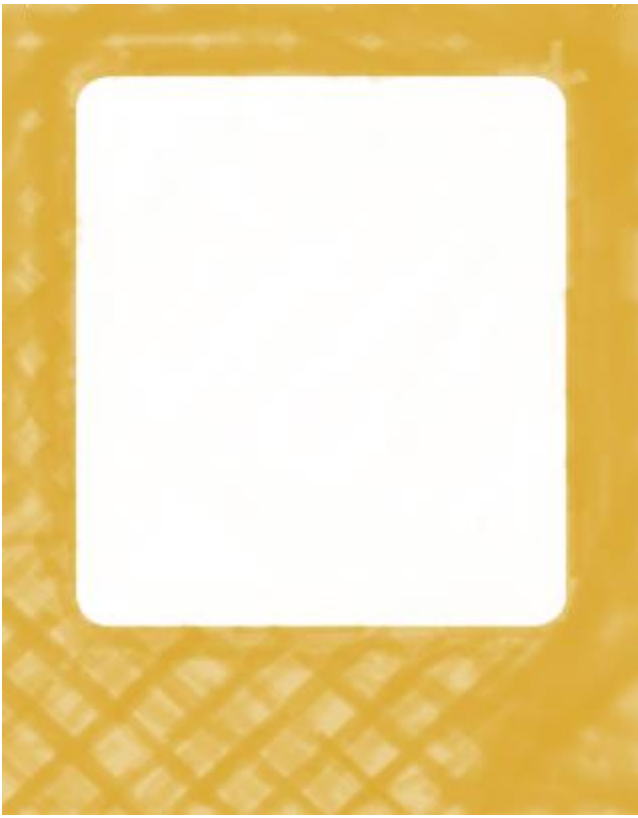
www.nieuwkomers.hu.nl

Triste



www.nieuwkomers.hu.nl

Surpreso



1. Recorte os cartões de sentimentos. Coloque-os na mesa. Pergunta: Conhece as palavras zangado, feliz, assustado, triste, frustrado, seguro, calmo e esperançoso em outro idioma? Escreva-as abaixo.



2. Com uma fita, amarre os cartões de sentimento e pendure-os. Ou coloque-os no frigorífico com imãs. Escreva o nome de cada familiar em molas (de roupa), ou escreve as iniciais dos teus familiares nos imãs. Utilize para indicar os sentimentos. Por exemplo, antes do almoço. Pergunta: Por que escolheste esse sentimento? Ouça com atenção a resposta de cada jogador.



3. Leia uma estória ou veja um filme. Discuta quais sentimentos ou emoções são cada personagem demonstra. Pergunta: Compreendes porquê?
4. Cante, ou ouça uma canção. Pergunta: Quais cartões de sentimento podes juntar com esta música? Porquê?

5. Pergunta: Conhece outros sentimentos ou emoções? Desenhe e escreva as que conhece em cartões caseiros. Divida os cartões em sentimentos positivos e negativos. Pergunta: O que lhe ajuda quando sente um sentimento negativo? Isto ajuda outras pessoas também?



6. Desenhe 10 sentimentos ou emoções em cartões caseiros. Acha esta tarefa difícil? Em seguida, tente encontrar emojis para cada cartão. Desenhe cada sentimento duas vezes, até ter 20 cartões. Coloque-os sobre a mesa com a face para baixo. Agora jogue o Jogo da Memória. Por turno, cada familiar irá virar duas cartas. São as mesmas? Diga um exemplo de onde viu este sentimento ou emoção na semana passada, e fique com as cartas. São diferentes? Coloque-as de volta no mesmo lugar de cabeça para baixo. Em seguida, o próximo a jogar vira duas cartas. Lembre-se de onde estão todos os cartões. Quanto mais depressa encontrares duas cartas iguais, mais cedo poderás saber onde viste essa moção! Jogue até todas as cartas acabarem.



Criado por Ria Goedhart. Ilustrações: diederick@iceredkid.com. Agradecimentos aos professores e TEC Walcheren Archipelscholengroep e Luca Tolado pela tradução. Para mais informações, consulte ria.goedhart@hu.nl de www.nieuwkomers.hu.nl

Aprendizaje social y emocional en casa

Estimados padres,

La crisis del coronavirus ha traído consigo muchos cambios, tanto para los adultos como para los niños. Nos sentimos tristes porque la gente se enferma. Sentimos angustia por los que no se recuperan. Nos sentimos enfadados cuando la gente no sigue las normas, cuando no cumplen con la cuarentena. Sentimos miedo, tememos que la crisis siga durante mucho tiempo.

También están sucediendo cosas buenas. Estamos agradablemente sorprendidos por los profesores y los estudiantes por como se están adaptando tan rápidamente a las clases por ordenador o teléfono móvil. Y nos alegra que los padres hayan ayudado a sus hijos con la tarea, o a relajarse.

Cuando los niños aún iban al colegio, los profesores les hablaron sobre la crisis del coronavirus. Les hicieron preguntas como: ¿Qué está pasando? ¿Y eso te alegra? ¿O te enfada? Hablar sobre lo que está sucediendo y de como hace sentirnos es bueno para los niños. Pero ahora los niños están en casa. No pueden hablar con los profesores sobre la crisis. Entonces, decidimos crear estas cartas sobre los sentimientos para utilizar en casa. También tenemos pensado algunos juegos en base a las cartas... ¡a continuación veréis todo lo que podéis hacer con ellas!

Saludos cordiales, los profes del colegio de vuestros hijos.





www.nieuwkomers.hu.nl

asustado/a



www.nieuwkomers.hu.nl

asco



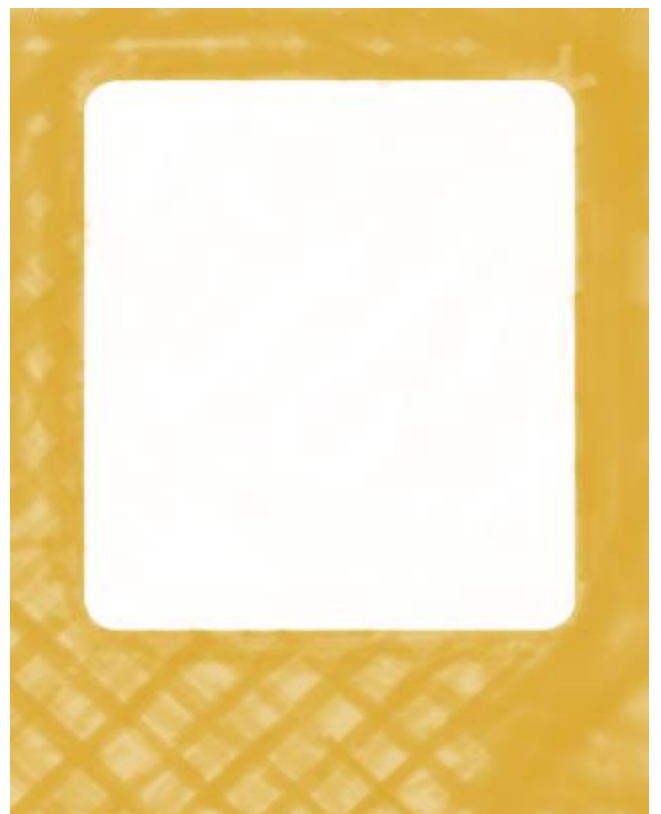
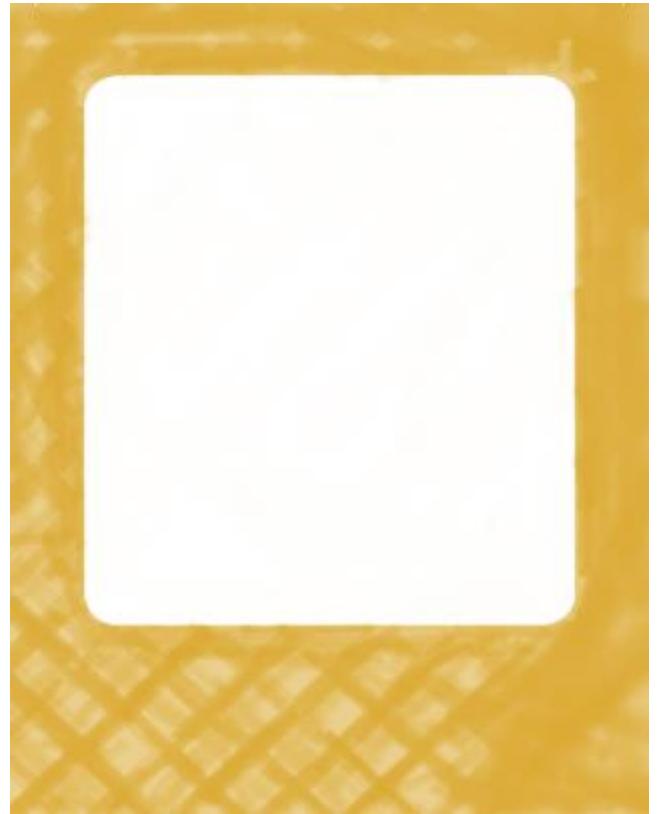
www.nieuwkomers.hu.nl

triste



www.nieuwkomers.hu.nl

sorprendido/a



1. Recorta las cartas de emoción. Coloca las cartas sobre la mesa.
Pregunta: ¿Conoces las palabras enfadado/a, feliz, asustado, triste, frustrado, seguro, tranquilo y esperanza en otro idioma? Apúntalos.



2. Utiliza una cinta o una cuerda para unir las tarjetas de emoción y colgarlas. O, utiliza imanes para pegarlas a la nevera. Escribe los nombres de los miembros de tu familia en pinzas (de ropa) o apunta las iniciales en los imanes. Usa las pinzas o los imanes para indicar las emociones. Por ejemplo, antes del almuerzo.
Pregunta: ¿Por qué elegiste esta emoción? Escuchad atentamente el uno al otro.



3. Lee una historia o mira una película. Habla sobre qué emociones muestran los personajes.
Pregunta: ¿Entiendes por qué?
4. Canta o escucha una canción.
Pregunta: ¿Qué tarjeta(s) de emoción podrías combinar con esta música? ¿Por qué?

5. Pregunta: ¿Conoces más emociones o sentimientos? Dibuja y apunta estas emociones en las cartas caseras vacías. Divide las cartas en sentimientos positivos y negativos.
Pregunta: ¿Qué te ayuda cuando tienes un sentimiento negativo? ¿Eso también ayuda a otros?



6. Dibuja 10 emociones en las cartas caseras. ¿Te resulta difícil esta tarea? Entonces intenta encontrar emojis que coincidan con la emoción. Dibuja cada emoción dos veces para que acabes con 20 cartas. Dálas la vuelta y colocalas boca abajo sobre la mesa. Ahora juega el juego de memoria. Cada miembro de la familia entrega, por turno, dos cartas. ¿Son iguales? Entonces te toca dar un ejemplo de dónde vistes esta emoción por última vez. Después, quédate las cartas.
¿Son diferentes? Vuelve a colocarlas en el mismo lugar, boca abajo. Ahora, el siguiente jugador puede darle la vuelta a dos cartas. Acuerdate bien de dónde están todas las cartas. Cuanto más rápido encuentres dos cartas iguales, ¡más rápido podrás contar dónde vistes esa emoción por última vez! El juego sigue hasta que no queden cartas boca abajo.



Creado por Ria Goedhart. Ilustraciones diederick@iceredkid.com. Gracias a los profesores de TEC Walcheren Archipelscholengroep y Leonie Horne por la traducción. Para más información, consulte ria.goedhart@hu.nl de www.nieuwkomers.hu.nl

ማሕበርዊ ስምዒት አብ ገዛ ምምሃር

ክቡራት ወለዲ፣

ብምክንያት ኮሮና ቫይረስ ብተኣይብ ይተቀይሩ። ንዓባይትን ናኣኸቱን። ንሕና ሓዘን ኣለና ምክንያቱ ሰባት ስለ ዝተሓሙ ዘለዉ።

ንሕና መሕረቅ ረጅብናዮ ኩሎም ሰባት ይሓውዩ ብዘይምህላዎም። ንሕና ንሓርቅ ኣና ሰባት ዝተባህሎም ኣንተዘይገደም። ንሕና ፈሪሕና ኣለና ኣዚ ሕማም ነዊሕ ከይጸንኡ።

አብዚ ብተኣይብ ጽቡቅ ነገር ዉን የጋትም ኣሎ። መምህራን ንቆልዑ ብቅልጡፍ ብምባይልን ብኮምፒተርን ትምህርቲ ክህብዎም ምክሎም ብጣዕሚ ተገሪምና። ከምኡ ዉን ንስኹም ወለዲ ንደቅኹም ናይ ትምህርቲ ስራሕ ስለ ዝተሓገዘኩምም ብጣዕሚ ተሓጉስና።

ኢኹም ቆልዑ አብ ትምህርቲ አብ ኮሎዉ መምህራን ብዘዕባ ሕማም ኮሮና ይዘረብዉም ኔሮም። ሕቶ ዉን የቅርብሎም ኔሮም። ኣንታይ ኣጋጢሙ ሎ? ተሓጊስካ ዶ ወይ ሓረቅካ? ብዘዕባ ኣጋጢሙ ዘሎ፣ ብዘዕባ ስምዒታት ምዝርራብ ንቆልዑ ጽቡቅ ዩ።

ሕጂ ግን ቆልዑ አብ ገዛ ኢዮም ዘለዉ። ምስ መምህራን ብዘዕባ ኮሮና ኣይዘረረቡን ኢዮም። በዚምክንያት ኣና ብዘዕባ ስምዒታት ኣዚ አብ ታሕቲ ዘሎ ካርታ ሰሪሕናዮ ንገዛ። መጻወቲ ዉን ምስኡ ሓሲብና፣ አብዚ ታሕቲ ዘሎ ክትሰርሑ ትኪእል ዩ።

ልባዊ ሰላምታ፣

ካብ መምህራን ናይ ደቅኹም





www.nieuwkomers.hu.nl

ፍርሒ



www.nieuwkomers.hu.nl

ደልኢ



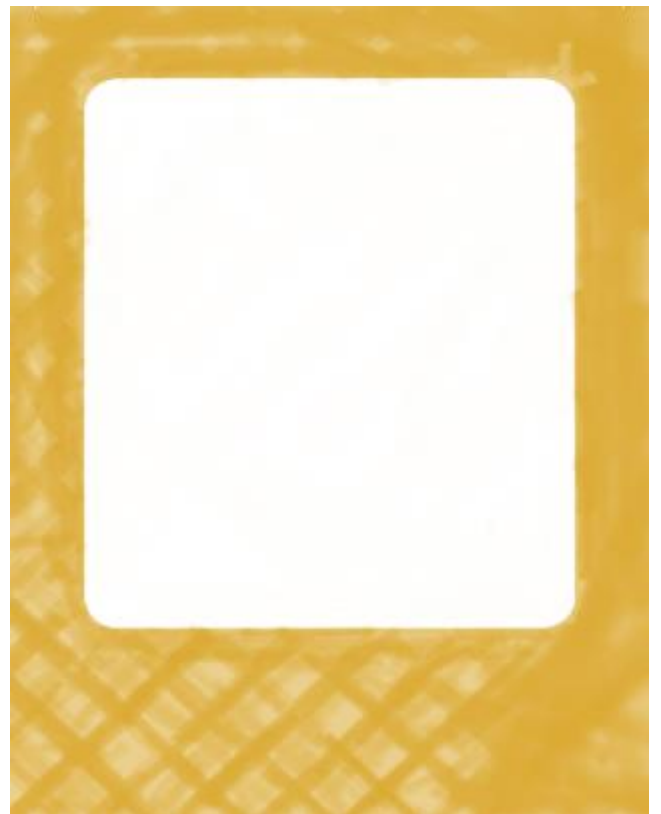
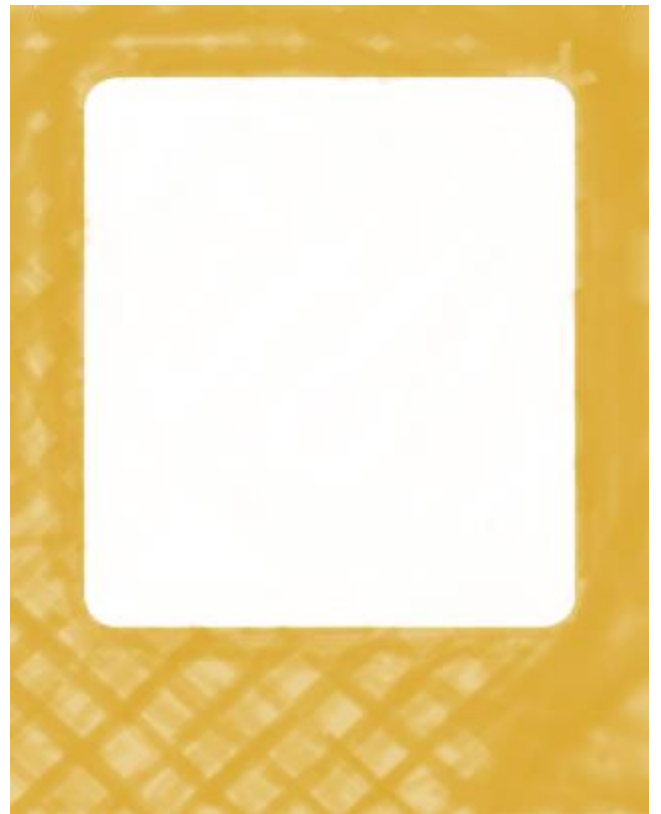
www.nieuwkomers.hu.nl

ሓዘን



www.nieuwkomers.hu.nl

ምግራም



1, ነቲ ናይ ስምዒት ካርድ ቆሪጽካ ኣብ ጣዉላ ኣቀምጦ። ንበዓል ሕራቃን፣ ሓጎስ፣ ፍርሒ፣ ሓዘን፣ ተስፋምቁራጽ፣ ዉሑስ፣ ርጉእን ተስፋን ዝበሃሉ ቃላት ብካልእ ኢንታይ ከም ዝበሃል ትፈልጦ//ጥዮ ዶ?

ኣብኡ ጸሓፊ ትፈልጦ ተኾንካ።



2, ኢቲ ናይ ስምዒታ ስእሊ(ካርታ) ኣብ ጸጋም ወይ ኣብ ፍርጅ ስቀሎ። ኣስማት ናይ ስድራኽ ጽፍፍ ጌርካ ኣቡኡ ጸሓፊ። ምስቲ ኣስማት ስምዒት ናይቶም ሰባት ጸሓፍ ንኣብነት ቅድሚ ምሳሕ። ሕቶ ኣቅርብ ስለምንታይ ኢቲ ስምዒት ከም ዝመረጽካ። ነንሕድሕድኩም ጽቡቅ ተሰማምዑ።



3, ሓደ ዘንታ ኣንብብ ወይ ፊልም ረኣይ። ኣየናይ ጠባይ በየናይ ተዋሳኤ ከም ዝተራእዮ ተዘራረብ። ሕቶ፣ ስለ ምንታይ ተረዲእካ?

4, ስማዕ ወይ ሓንቲ ደርፊ ድረፍ። ካብ ኣብቲ ካርድኽ ዘሎ ስምዒታት ኣየንይቲ ደርፊ ትሰማማዕ፣ ስለምንታይ?

5, ካልእ ስምዒታት ትፈልጥ ዲካ? ሰኣሎን ጸሓፊን ኣብ ተመሳሳሊ ካርድ። ኢቲ ኣብ ካርድኻ ዘሎ ስምዒታት ኣወንታዊን ኣሉታዊን ፈላልዮ። እንታይ ይሕግዘካ ኣሉታዊ ስምዒታት ኢንድሕር ሃለካ? ንኻልእ ሰባት ከ ኢዚ ኣሉታዊ ስምዒታት ይሕግዘም ዶ?



6, ዓሰርተ (10) ስምዒታት ኣብ ሓደ ካርድ ስኣል። ኣጸጋሚ ረጅብካዮ? ኣቡኡ ፍሽኽታ ድለ።j. ነፍሲ ወከፍ ስምዒት ክልተ ግዙዩ ሰኣል። ዕስራ ካርድ ንክህልወካ። ገልቢጥካ ኣብ ጣውላ ኣቀምጦ። ሕጂ በቲ መጻወቲ መምሪ ናይ ስድራ ደርፊ ኣብ ከባቢኻ ክልተ ካርድ ጠዊኽእ ተጻወት። ኩሎም ሓደ ድዮም? ዝሓለፈ ሰሙን ከበዩናይ ናይ ስድራኽ ስምዒት ከም ዝረኽብካዮም ንገር ከምኡ ዉን ኣብ ጥቓኽ ኣቀምጦም። ዝተፈለለዩ ድዩ? ኣብ ሓደ ቦታ ገልቢጥካ ኣቀምጦ። ቀዲልካ ኢቶም ዝቀጸሉ ክልተ ካርድ ገምጥሎም። ኩሎም ካርድ ኣበይ ከም ዝተቐመጡ ጽቡ ገርካ ዘክር። ኣብ ቅድሚት ክልተ ሓደ ካርድ ክትረክብ ኢኻ። ኢቶም ናይ ስምዒት ካርድ ኣበይ ረጅብካዮም ንገር። ክሳብ ኩሎም ካርድ ዝዉድኡ ተጻወት።



Samengesteld door Ria Goedhart. Illustraties diederick@iceredkid.com Met dank aan het docententeam, intern begeleider Annemiek Louwerse en vertalers TEC Walcheren, Archipelscholengroep. Voor meer info ria.goedhart@hu.nl of www.nieuwkomers.hu.nl

Evde Sosyal-Duygusal eğitim

Sayın Veli,

Corana kirizinden dolayı, Çocuklar ve Yetişkinler için çok şey değişti. Çok kişi ne yazık'ki hastalandı ve bunun için çok üzüntülüüz. Hastalığın uzun sürmesi çok rahatsız edici. Bizim korkumuz bu krizin oldukça uzun sürmesi. Kızgınlığımız insanların kurallara uymaması.

Bu olumsuzlukların yanında, iyi şeylerde olmuyor değil. Öğretmenlerin hızlı bir şekilde, cep telefonu ve bilgisayarla öğrencilere ders verebilmeleri. Öğrenci velilerinin, öğrencilere(cocuklara) ev ödevleri yapımında yardımcı olmaları, boş vakitlerini değerlendirmeleri bizi çok sevindiriyor. Öğrenciler okulda iken, öğretmenleri öğrencilere corona tehlikesi hakkında bilgi veriyordu. Böyle bir krizde ne yapman gerekir? Ne oluyor? Kızmalımisin ? Hislerin nedir? Çevrende'ki kimselerle konuşuyormusun ? Fakat öğrenciler şimdi evlerinde. Öğretmenlerin ile okulda konuşma olanakları yok. Bu yüzden biz öğretmenler, bu konularda duygu ve hisleri içeren, Evde kullanabileceğiniz resimler kartlar yaptık. Ne yapabileceğini aşağıda görebilirsiniz.

Öğrencilerinizin öğretmenleri adına,

samimi selamlarımızı sunarız.





www.nieuwkomers.hu.nl

Korkma



www.nieuwkomers.hu.nl

Nefret



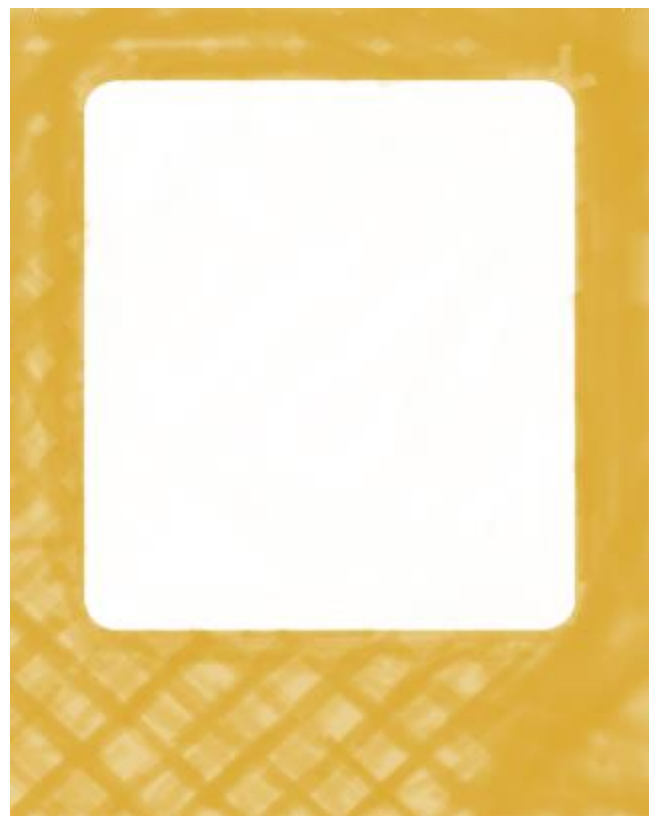
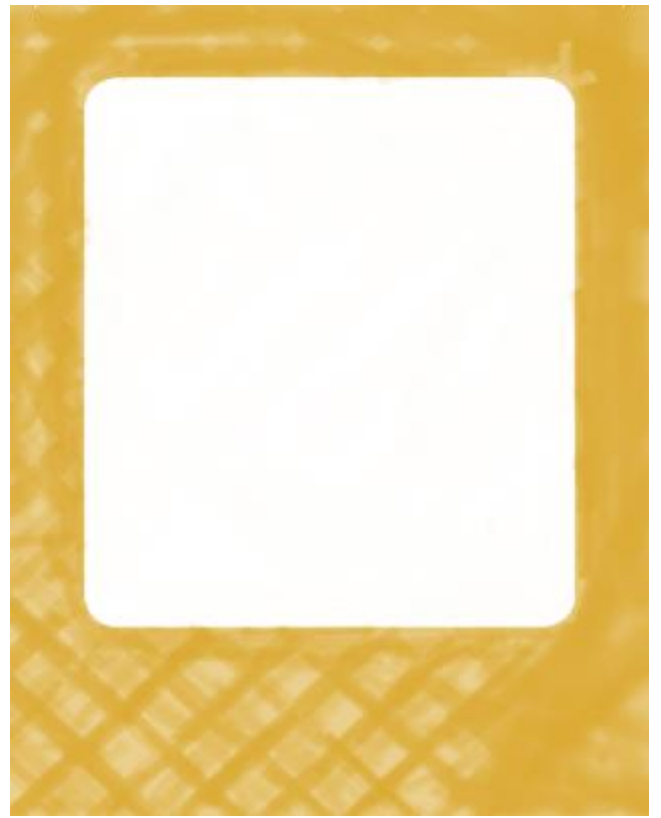
www.nieuwkomers.hu.nl

Uzuntu



www.nieuwkomers.hu.nl

Sasirma



1. Bu duygusal kartları(resimleri) kesiniz, masanın üstüne koyunuz ve bu kelimeleri, mutlu, korku, üzüntü, nefret, güvenilir, sakın, umut, kızgın, sakın kelimelerini. Baska dilde bildigini ve neler hissettiğini i öğrencilere yazdıriniz.



2. Bu kartlari bir seride iliştir veya buz dolabı kapağına yapistir, Aile ferdlerinin isimlerini yazıp ve camasir mandalı ile as veya magnetle tutuřturunuz. Mesela kahvaltı ve yemek anında öğrencilere ne hissettiklerini sorunuz.



3. Bir hikaye anlatınız veya bir filme bakınız. Öğrencilerin ne hissettiklerini, duygularının ne olduğu hakkında konuşunuz.
4. Bir sarki soyleyiniz veya bir sarki dinleyiniz. Hangi resmin bu şarkıya benzedigini sorunuz ve neden ? oldugunu konuşunuz.

5. Daha fazla duyguların olup olmadığını sorunuz. Bunu bir resim gibi çizebileceği gibi, kelime olarak yazabilir. Bu duyguların neler olduğunu olumlu ve olumsuz olarak ayırınız. Bunun faydalarını ve zararlarını konuşunuz.



6. 10 tane kendi duygularını içeren resim(kart) yap, altına isim ver. Bunlara es anlamlı 10 tane daha kart yap başka isimler ver. Bu kartları ters çevirip masanın üstüne koy. Bir "hatırlama" oyunu oyna. Her aile ferdi, sırayla iki kart alıp çevirerek eğer farklı ise tekrar kapat ve masaya geri koy. Benzerlikle olanda sırayla hislerini ve duygularını anlat. Bunu bütün kartlar bitinceye kadar devam et.



Samengesteld door Ria Goedhart. Illustraties diederick@iceredkid.com Met dank aan het Docententeam TEC Walcheren, Archipelscholengroep en Hayati Akdag & Esmeralda Akdag voor het vertaalwerk. Voor meer info ria.goedhart@hu.nl of www.nieuwkomers.hu.nl