

Autors	Agate Ūdre
Nosaukums	Aktīvā pauze starp mūsdienu deju nodarbībām “Savas emociju kastes izgatavošana”
Vecumposms	7-10 gadi (1.-4.kl.)
Aptuvenais izpildes laiks	10 - 20 min
Nepieciešamie materiāli	Darba lapa, šķēres, līme, krāsu zīmuļi/flomasteri
Mērķis	<ul style="list-style-type: none"> • veicināt bērna atpūtu pēc fiziskas slodzes; • mācīt izprast savas emocijas.
Darbības apraksts	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bērniem izdala darba lapas; 2. Paskaidro, ka uzdevums ir nedaudz atpūsties un izgatavot savu emociju kasti, kurā jāizkrāso sava šī brīža emocija; 3. Bērni to izkrāso, izgriež, salīmē; 4. Skolotājs novērtē situāciju, tam kuram kaste gatava, pajautā kā šobrīd jūtas un kāpēc tieši tā. 4. Kad visi pabeiguši un atbildējuši, bērni sagatavojas, lai turpinātu nodarbību.
Darba lapas nosaukums	Darba lapa “Emociju kaste”