



1. Kännspegeln: (Presentation/inledning)

I Depp & Pepps Magiska Värld får Maggan Magnet spegla sig i dammen och titta på sin egen spegelbild för att se sig själv och känna efter hur hon känner. Det är inte alltid så lätt att känna efter vad du själv känner. Vi kan ofta bli påverkade av varandra och andras känslor. Då är det bra att tänka på att se sig själv. Vad är mina känslor? Hur känner jag? Några känslor är: Sorg- att vara ledsen. Glädje- att vara glad.

- ★ Klipp ut och laminera Depp & Pepps känslkort som finns längst ner i dokumentet och används som stöd när ni pratar om de olika känslorna.
- ★ Fotodokumentera och skriv ner barnens citat under de olika övningarna i Kännspegeln.
- ★ Sitt i en ring. Prata om en känsla åt gången. **När känner du de olika känslorna?** Ledsen. Glad.
- ★ **Hur ser du ut när du känner de olika känslorna?** Låt barnen visa varandra sina ansikten med de olika känslorna: Ledsen. Glad.
- ★ Skapa en gemensam kännspegel genom att limma fast naturmaterial som en ram runt en spegel.

2. Kännspegeln: hur ser dina känslor ut?

- ★ Gå till en plats som har vatten, det kan vara en damm, en kanal, en sjö, havet.
- ★ Ha med en mindre barngrupp eller gå med två åt gången.
- ★ Tag med er kännspegel som ni skapat till vattnet.
- ★ Barnen kan både spegla sig i vattnet och i spegeln.
- ★ Låt barnen börja spegla sig i vattnet. Låt barnen beskriva vad de ser när de tittar på sin egen spegelbild. Vad ser du? Hur ser du ut? Ta bilder på barnens spegelbilder i vattnet.
- ★ Låt barnen sedan var och en spegla sig i spegeln.
- ★ Gör grimaser för de olika känslorna i spegeln:
- ★ Hur ser du ut i ansiktet när du är ledsen? Ta en bild av ledsen-grimasen i spegeln.
- ★ Hur ser du ut i ansiktet när du är glad? Ta en bild av glad-grimasen i spegeln.
- ★ Visa de andra din grimas. Kan du även se dina grimaser i vattnet? Prova.

3. Kännspegeln: Gör din egen kännspegel

- ★ Sätt upp er gemensamma kännspegel på Depp & Pepp-väggen när ni är tillbaka på förskolan.
- ★ Den är ett bra komplement när ni skapar och samtalar för att reflektera vidare om era känslor.
- ★ Gör varsin egen kännspegel på förskolan.
- ★ Skriv ut och klipp ut Depp & Pepps kännspegel på nästa sida.
- ★ Skriv ut era bilder från fotograferingen.
- ★ Klistra in dina 2 bilder i spegeln: Ledsen-grimas. Glad-grimas.
- ★ Häng upp era kännspeglar på Depp & Pepp-väggen bredvid er stora spegel.

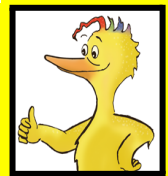


Depp & Pepp



Kännslopegeln

Depp & Pepp





★ Klipp ut känslokorten, laminera och visa för barnen när ni pratar om känslorna.

