



Eufòria

1 Observa la il·lustració de les pàgines 72-73 de l'EMOCIONARI i respon les preguntes.

● Per què creus que estan tan contents els animals?

● Què creus que estan festejant?

2 Quins animals apareixen en la il·lustració de les pàgines 72-73 de l'EMOCIONARI? Subratlla'n els noms.

lloro tucà hipopòtam tapír lleó pantera
elefant flamenc ocapí gírafa tigre hiena

3 Dibuixa altres dos animals a la festa.



4 Llegeix el text de la pàgina 72 de l'EMOCIONARI i escriu **V (veritable)** o **F (fals)**, segons correspongui.

- L'eufòria és un aliment que dóna força i energia.
- L'eufòria t'ajuda a enfrontar-te als mals moments.
- Quan estàs eufòric et sents molt malament.
- Gràcies a l'eufòria superes totes les dificultats.
- L'eufòria et fa veure les coses de manera positiva.

5 Relaciona cada paraula amb el seu significat.

- adversitat Situació desgraciada.
- benestar Objectiu difícil d'aconseguir.
- repte Situació d'algú que està en bones condicions.

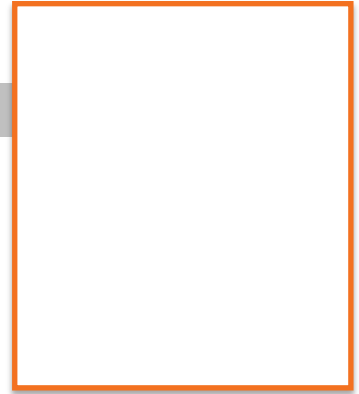
6 Ara completa les oracions amb les paraules de l'activitat anterior.

- Ahir vaig perdre l'autobús, vaig oblidar la maleta, vaig baixar a l'estació equivocada... i em van robar la cartera. Vaig sofrir tot tipus d' _____.
- L'Agnès s'ha plantejat el _____ de guanyar la competició de judo del col·legi. És difícil, però pot ser que ho aconsegueixi.
- Després de passar fred a la muntanya, el Marc es va posar un jersei sec, va beure un te, va menjar unes galetes i va sentir un gran _____.

7 Llegeix i dibuixa el got.

¡Compte! L'aigua ha desbordat el got.

- Què significa que l'aigua desborda el got?
 - Que l'aigua omple el got fins a dalt.
 - Que l'aigua trenca el got.
 - Que l'aigua sobrepassa les vores del got i vessa.
- Què significa que l'eufòria és un desbordament d'energia?
 - Que tens més energia de la que pots albergar.
 - Que no pots controlar l'energia de tanta com en tens.
 - Que no saps mesurar quanta energia tens.



8 Escriu sota cada oració l'adjectiu que hi correspongui.

pessimista

optimista

- El Pau sempre veu el costat positiu de les coses. Si comença a ploure, diu: «Ja sortirà el sol».

El Pau és _____.

- L'Elisa sempre veu el costat negatiu de les coses. Si comença a ploure, pensa: «Mai fa sol. Quina pena».

L'Elisa és _____.

9 Et consideres més pessimista o optimista? Posa'n un exemple.

10

Llegeix la situació i reflexiona per respondre les preguntes.

El Xavier i la Noèlia estan fabricant una barqueta amb materials reciclats. Estan fent servir ampolles de plàstic per aconseguir que suri i després li posaran una base de plàstic. Fa molt temps que hi treballen i estan convençuts que funcionarà. Per fi, la posen a l'aigua.

- La primera dificultat amb què ensopeguen és que la cinta amb la qual havien enganxat les ampolles, en contacte amb l'aigua, es desenganxa. El Xavier reacciona amb **eufòria**. Marca la seva resposta.

- Caram! No funciona, quina ràbia!
- No importa! Els enganxarem amb cola!

- Poc després, la Noèlia intenta pujar a la barca, però s'enfonsa per una banda. El Xavier continua eufòric. Què diu?

- Necessitem augmentar la base flotant!!
- Surt, Noèlia, no aconseguirem mai que suri.

- Com reacciona el Xavier? Indica-ho.

- Es rendeix de seguida. No es rendeix.
- Es mostra optimista. Es mostra realista.

11

Reflexiona i escriu coses que dius quan et sents **eufòric**.

12

Què diuen els personatges de la il·lustració de les pàgines 72-73 de l'EMOCIONARI? Escriu-ho.



Two horizontal lines for writing inside an orange speech bubble.

Two horizontal lines for writing inside a green speech bubble.



Two horizontal lines for writing inside an orange speech bubble.



Eufòria

OBSERVACIONS

Les fitxes d'activitats de l'EMOCIONARI formen part de l'itinerari Digues el que sents. Per obtenir-ne més informació i aconseguir més fitxes i d'altres materials addicionals, per favor, entra a www.palabrasaladas.com/cat.html.