# Выполнила: *Вершинина В.И.-*

# педагог- организатор МОУ ЦДО “Дземги”

# г. Комсомольск - на - Амуре

**Цели и задачи:**

* актуализировать эмоциональный опыт детей;
* развивать умение осознанно выражать свои эмоции и чувства, навыки эмоционального самоконтроля;
* выстраивать доброжелательные взаимоотношения с окружающими.

**Оборудование урока:** сюжетные карточки с названиями эмоций и чувств, карточки «Ситуации», раздаточный материал «Эмоции и жесты», «Названия эмоций и чувств», карточки для игры «Ромашка», макет «Дерево настроения».

**Ход занятия**

**Приветствие педагога**

Здравствуйте, ребята! Давайте поприветствуем друг друга. Каждый из вас в момент приветствия должен показать свое «особенное» движение, а все остальные его повторить. Например, Ира говорит: «Здравствуйте, ребята!» и показывает свое особенное движение. Ребята отвечают: «Здравствуй, Ира!» и повторяют ее движение.

- Понравилось вам приветствие?

- Что вы чувствовали? (радость, удовольствие)

**Разминка**

**Игра «Я в кругу люблю ...»**

Дети стоят в кругу. Ведущий говорит: «Я в кругу люблю всех, но особенно тех, кто любит (например, мороженое)». Те, кто любит мороженое должны поменяться местами.

**Игра «Испорченный телевизор»**

Все участники игры, кроме одного, закрывают глаза, «спят». Ведущий молча передает «неспящему» участнику какую-либо эмоцию при помощи мимики и жестов. Этот участник, «разбудив» второго игрока, передает увиденную эмоцию, как он ее понял, тоже без слов. Далее второй участник «будит» третьего и передает ему свою версию увиденного. И так пока все не «проснутся».

После этого ведущий спрашивает детей, начиная с последнего и кончая первым, о том, какую эмоцию, по их мнению им показали. Так можно найти звено, где произошло искажение информации или убедиться, что «телевизор» был полностью исправлен.

* Понравилось вам игра?
* Что вы чувствовали? (Радость, удовольствие)
* Как иначе это можно назвать? (Эмоции)

**Основное содержание урока**

**Беседа «Эмоции и чувства»**

- Что такое эмоции? (Короткие душевные переживания)

- Что такое чувства? (Длительные душевные переживания)

- Какие вы знаете эмоции и чувства? (Радость, грусть, обида, удивление, вина, интерес, гнев, отвращение, страх, презрение, стыд)

- С помощью чего люди выражают свои эмоции и чувства? (Мимики, жестов, интонации)

**Работа с карточками**

Один ребенок работает у доски с сюжетными карточками и названиями эмоций и чувств.

*Задание.*

Соединить чертой ситуации на карточках с подходящими им названиями эмоций и чувств.

[*(Приложение № 1)*](http://files.1september.ru/festival/articles/312229/pril1.doc)

Остальные дети работают на местах с карточками «Эмоции и жесты».

*Задание.*

Догадайтесь, какое настроение, эмоциональное состояние передают эмоции и жесты на рисунках. Соедините чертой рисунки и подходящие им названия.

[*(Приложение № 2)*](http://files.1september.ru/festival/articles/312229/pril2.doc)

**Игра «Море волнуется раз…»**

Дети стоят в кругу. Ведущий говорит: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три - эмоция радости (грусти, печали, удивления...) замри.

Дети изображают загаданные эмоции с помощью мимики и жестов.

**Игра «Угадай эмоцию по интонации»**

На карточках написаны названия эмоций. Дети по одному, молча читают карточку с названием эмоции и произносят вслух фразу «Завтра каникулы» с эмоциональной окраской. Остальные должны угадать эмоцию.

[*(Приложение № 3)*](http://files.1september.ru/festival/articles/312229/pril3.doc)

**Беседа «Культура эмоций и чувств»**

Сегодня на занятии мы с вами поговорим о культуре эмоций и чувств. А также будем учиться управлять своими эмоциями и чувствами, т.е. воспитывать в себе эмоциональную культуру.

- Что такое культура?

***Культура******–*** *это процесс раскрытия и развития способностей человека.*

*- Как вы понимаете, что такое культура эмоций и чувств?*

***Культура эмоций и чувств*** *– это единство и взаимосвязь эмоций и чувств, развитие умения положительно и бесконфликтно решать свои эмоциональные проблемы.*

**Работа с карточками «Ситуации»**

Педагог просит детей «прочитать» по лицам, что происходит с ребятами в каждой изображенной на карточке ситуации. Придумать и рассказать историю об этом.

- Почему у ребят такие выражения лиц?

- Что могло случиться?

- Что можно было сделать, чтобы ссоры не произошло?

- У кого из вас случались подобные ситуации в жизни? Что вы при этом чувствовали? Как находили выход?

[*(Приложение № 4)*](http://files.1september.ru/festival/articles/312229/pril4.doc)

**Игра «Ромашка»**

Дети вытягивают лепесток «Ромашки», читают ситуацию и находят выход. Ситуация «Если бы…»:

* ты остался дома один;
* друг не пригласил тебя на свой день рождения;
* ребята не берут тебя в игру;
* тебе очень хочется что-то рассказать ребятам, но идет урок;
* учитель тебя вызывает отвечать к доске, ты очень боишься, что не справишься с заданием;
* ты получил плохую оценку;
* мама домой принесла целую сумку покупок, но без ее разрешения сумку открывать нельзя;
* тебе родители не купили долгожданную игрушку;
* ты опоздал на урок.

[*(Приложение № 5)*](http://files.1september.ru/festival/articles/312229/pril5.doc)

**История про мальчика** (педагог читает вслух)

*Однажды один мальчик шел по улице и ел мороженое. Мороженое было вкусное, сладкое, прохладное. Он только начал его есть. И вдруг мимо него на велосипеде проехал парень, толкнул мальчика, тот упал и уронил мороженое. У мальчика от огорчения даже слезы выступили на глазах. Но мороженое из лужи уже не вытащить. И отлупить парня нельзя, и обидных слов ему не сказать – не услышит он, уехал. И вдруг мальчику показалось, что обида и злость превратились в шарики прямо внутри него. Он выдохнул их, и они улетели. Они стали все меньше и меньше и исчезли совсем. Мальчик почувствовал, что злость пропала, обида ушла. Ну, упало мороженое и упало. «Повезло какой-нибудь собаке», - подумал мальчик и пошел дальше.*

- Вспомните обидную ситуацию, которую когда-нибудь сами переживали? (Например, вас кто-нибудь обидел или расстроил: не брали играть в какую-нибудь игру, мама не давала смотреть телевизор, брат или сестра отнимали игрушку).

- Расскажите, как вы себя чувствовали в этой ситуации?

- Как вышли из этой ситуации?

**Игра «У-у-у-х»**

Ребята, вы хотите избавиться от своей обиды и злости? Давайте попробуем сделать так же, как этот мальчик. Представьте, как обида и злость превращаются в шарики внутри вас, и выдохните их. Ух-ух-ух.

- У всех получилось?

А теперь представим по-другому: берем шарик и надувает его своей злостью или грустью и… отпускает.

- Что вы сейчас чувствуете?

- Можем ли мы сами управлять своими эмоциями?

- Что можно сделать, чтобы улучшить настроение? (Почитать, поиграть, оказать помощь, подарить комплимент и т. д.).

- От чего зависит наше настроение?

*(Оно зависит от того, как мы умеем управлять своими эмоциями и чувствами).*

**Итог занятия**

- Какую роль играют эмоции и чувства в нашей жизни?

- Почему необходимо воспитывать в себе эмоциональную культуру?

**Рефлексия занятия**

Закончите предложение:

- Мне сегодня на занятии …

- Я себя на занятии чувствовал …

**«Дерево настроения»**

Педагог просит детей сорвать с «Дерева настроения» яблоко, которое отражает их настроение в конце урока.

Красное яблоко – очень хорошее настроение.

Желтое яблоко – хорошее настроение.

Зеленое яблоко – грустное настроение.

**Приложение № 1**

**Сюжетные карточки**

**с выражениями эмоций и чувств**

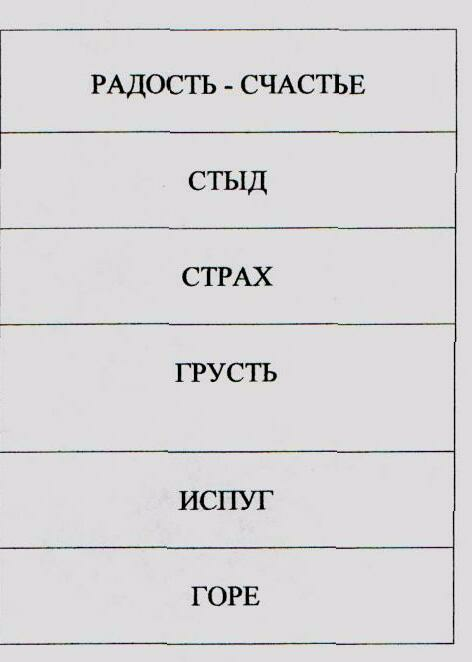
****



**Приложение № 1а**

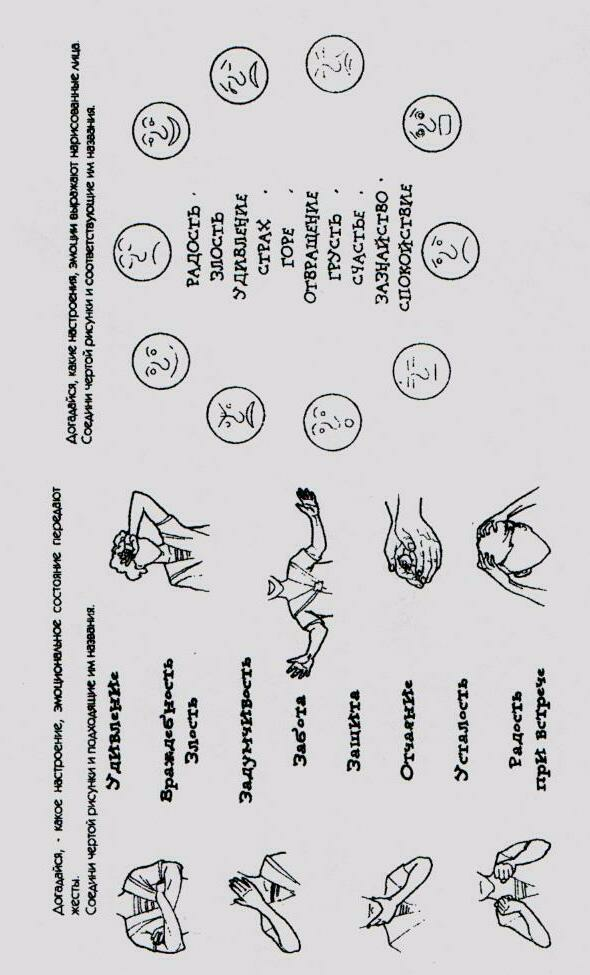
**Раздаточный материал**

**«Название эмоций и чувств**



**,**

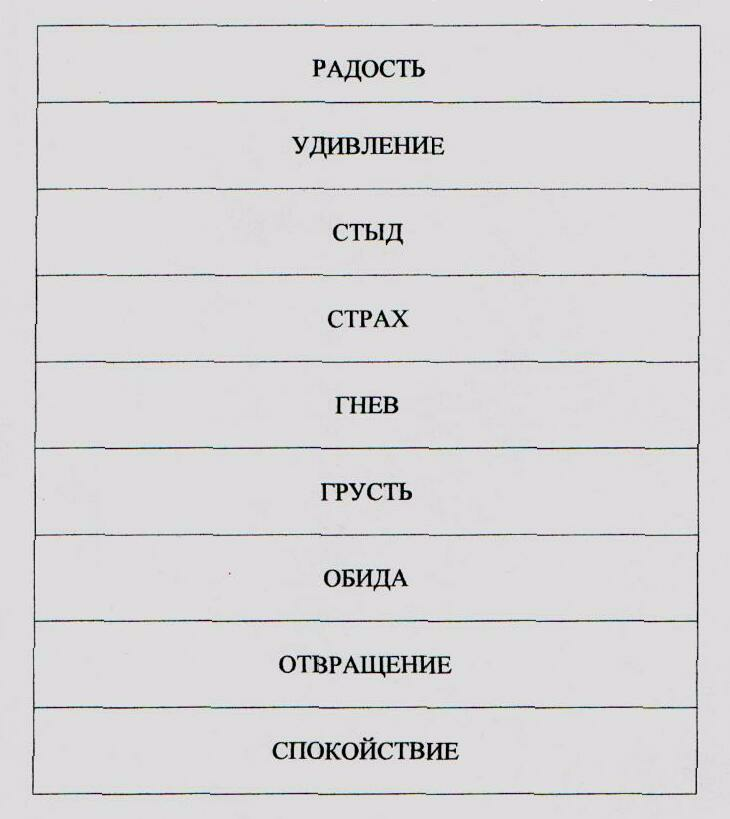
**Приложение № 2 Раздаточный материал «Эмоции и жесты»**



**Приложение № 3**

**Раздаточный материал**

**«Название эмоций и чувств»**



**Приложение № 4**

**Карточки «Ситуации»**

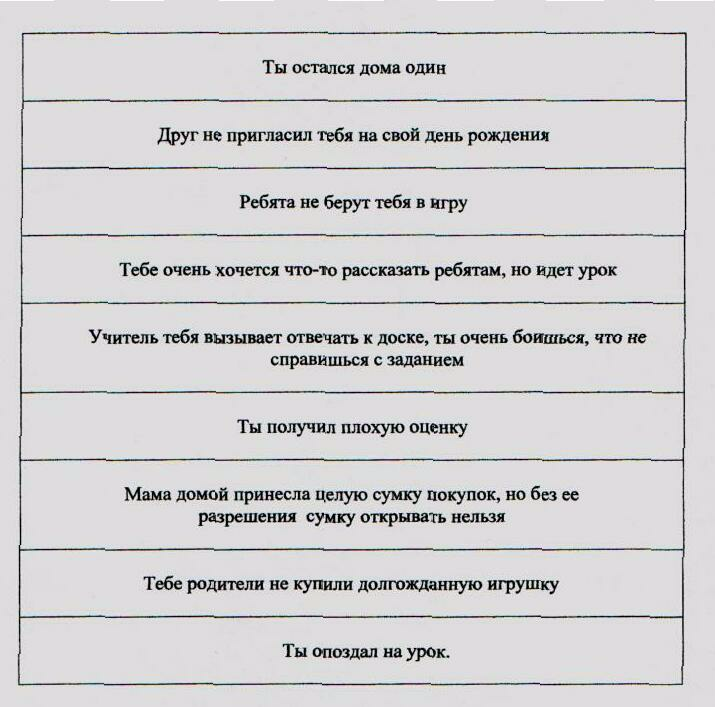


**Рисунок 2**

**Рисунок 1**

**Приложение № 5**

**Карточки для игры «Ромашка»**



**Список литературы**

1.Авдуевская (Белинская) Е.П. Особенности ценностно-нормативной социализации в юношеском возрасте в ситуации социальной нестабильности // Ценностно-нормативные ориентации старшеклассника. Труды по социологии образования. Том I. Выпуск II. М., 2006. С.           
2. Авдуевская (Белинская) Е.П., Баклушинский С.А. Особенности социализации подростка в условиях быстрых социальных изменений // Ценностно-нормативные ориентации старшеклассника. Труды по социологии образования. Том Ш. Выпуск IУ. М., 2005.          
3. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. М., 2004.           
4. Агеев В.С. Психология межгрупповых отношений. М., 2006.           
5. Агеев В.С. Стереотипизация как механизм социального восприятия // Общение и оптимизация совместной деятельности. М., 2007

6.Педагогика: Учеб. пособие / Под ред. П. И. Пидкасистого.– М., 2006.

7.Журавлев, В. И. Педагогика в системе наук о человеке / В. И. Журавлев.– М., 2006.

8.Маликова, Л. И. Воспитание в современной школе / Л. И. Маликова.– М., 2006.

9.Бережнова, Е. В. Формирование методологической культуры учителя / Е. В. Бережнова // Педагогика. – 2005.

10.Давыдов, В. В. Проблемы развивающего обучения / В. В. Давыдов.– М., 2006.

11.Краевский, В. В. Воспитание или образование / В. В. Краевский // Педагогика.– 2001.– №3