Краевой конкурс «Лучша	я креативная	разработка	в воспитании
	обучающихся	>>	

Методическая разработка воспитательного мероприятия Тема: «Учусь понимать свои эмоции»

Автор: Юрченко Кристина Сергеевна, учитель начальных классов МАОУ МО Динской район СОШ №35

Пояснительная записка к методической разработке

«Учусь понимать свои эмоции»

В последнее время, в связи с информатизацией общества, ускорением перемен современной жизни остро ощущается дефицит положительных эмоций и подкреплений со стороны близких и значимых людей. Наблюдается подмена непосредственных межличностных контактов, опосредованными (электронная почта, смс-сообщения, социальные сети).

Данное мероприятие подходит для младшего школьного возраста. Оно является актуальным, т.к. в младшем школьном возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, действия начинают соотноситься с внутренним планом. новообразования Указанные связаны c изменением во всех сферах: познавательной, коммуникативной, потребностно-мотивационной И эмоциональной, от стабильности, которой во многом зависит успешность адаптации, гармоничное развитие личности, формирование универсальных учебных действий. В связи с тем, что начало обучения в школе порождает существенные изменения в эмоциональной жизни обучающихся, вопрос изучения и диагностики психоэмоциональной сферы обучающихся младшего школьного возраста актуален и требует постоянного развития, что находит своё отражение в поиске новых методов и приёмов, направленных на развитие эмоциональной сферы младших школьников.

Цель разработки: дать представление об эмоциях и их проявлениях; совершенствовать умение определять свое эмоциональное состояние и окружающих по различным признакам.

Задачи :расширить знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения, обогатить словарь детей за счёт слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения; развивать и совершенствовать умение детей распознавать собственные эмоциональные состояния;формировать и развивать умение детей распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимике, пантомимике, интонации);способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, творческими).

Данное мероприятие является воспитательным и способствует приобретению обучающимися опыта социальной деятельности, духовному и нравственному воспитанию и усвоению целевых ориентиров, значимых в современном обществе. Содержание данного мероприятия соответствует возрасту младших школьников. При его разработке используется авторский сборник, который состоит из 3 разделов:

Раздел I «Калейдоскоп эмоций» - в него входят теоретические основы развития эмоциональной грамотности. В данном разделе дети узнают больше об эмоциях, их проявлении, и контроле.

Раздел II «Я учусь» - это игровой практикум для детей, состоящий из небольших рассказов, упражнений, направленных на закрепление комплекса навыков, составляющих эмоциональную грамотность.

Раздел III «Своими руками» - здесь помещены мастер-классы по созданию игрушек для развития эмоциональной грамотности.

Форма проведения мероприятия: игра-путешествие;

Ресурсы: авторский сборник, Абросьева, Н.Н. «Классный час с психологом. Сказкотерапия для школьников. Методическое пособие» / Н. Н. Абросьева. — Издательство: «Планета», 2018. Гонина, О.О. «Психология младшего школьного возраста учеб. пособие - 2-е изд..»: ФЛИНТА; Москва; 2019.

Педагогическая технология/методы/приемы: проблемное обучения, технология «мозгового штурма», метод «взрыва»(создание ситуации, когда ребенок сам принимает правильное решение, что приводит к эмоциональному удовлетворению).

Формы работы: фронтальная, индивидуальная

Оборудование: компьютер, проектор, ручки, простые и цветные карандаши.

Дидактический материал: раздаточные тематические карточки, карточки-картинки, цветки-эмоции, авторский сборник.

Предполагаемый результат: обогащение знаний о понятии «эмоция», умение «читать» эмоции людей, уметь сочувствовать героям прочитанных произведений.

Возрастной состав: младший школьный возраст, 8-10 лет.

Конспект воспитательного мероприятия «Я учусь понимать свои эмоции»

1. «Приветствие»

Учитель: -Здравствуйте ребята! Давайте познакомимся. Меня зовут Кристина Сергеевна. А как вас зовут? Сегодня я вам предлагаю совершить небольшое и очень увлекательное путешествие! **Обучающиеся:** Здороваются. Называют свои имена.

2. Установочно-мотивационный этап

Учитель: ребята, посмотрите на цветы, которые распустились на доске.

-Но это не простые цветы, за каждым лепестком спрятана эмоция или чувство человека, которое каждый из нас может испытывать в жизни. За лепестками первого цветка скрываются положительные эмоции, а за лепестками второго отрицательные эмоции.

Учитель: сейчас я хочу проверить, какие вы знаете эмоции. Для этого каждый из вас будет выбирать по одному любому лепестку, смотреть, что за эмоция там написана, и постараться всем своим обликом, без слов, изобразить эту эмоцию. А участники вашей команды будут её отгадывать, остальные команды внимательно следят и могут помогать своим одноклассникам. **Дети:** принимают участие в развивающем упражнении.

Учитель: для того, чтобы правильно показать эмоцию вам нужно вспомнить, как она может выглядеть, и как ее показать. В этом нам поможет *помощник* – *сборник*, который лежит у вас на столах. (Приложение 1) В 1 разделе вы можете прочитать и посмотреть картинки каждой из эмоций. **Дети:** работают со сборником.

Учитель: какие вы все молодцы, как много вы оказывается знаете и умеете! Поэтому, вы готовы отправиться в путешествие!

<u> 1 остановка «Остров Грусти».</u>

Учитель: мы с вами оказались на острове Грусти. Ребята, на этом острове живет Человек — Печалька. Посмотрите на этого мальчика. Какое выражение его лица? **Дети:** отвечают на вопросы учителя (грустное, печальное).

Учитель: обратите внимание на то, как меняется мимика: голова опущена, взгляд направлен вниз, уголки губ опущены, плечи опущены, руки висят вдоль туловища. Что это за эмоция? **Дети:** отвечают на вопросы учителя.

Учитель: правильно, это эмоция грусть. Посмотрите перед вами на столе лежат кружочки трех цветов желтый, синий и черный. Ребята, а какого цвета грусть?

Каким цветом мы ее обозначим? Дети: отвечают на вопросы учителя. Выбирают цвет, работают с кружками.

Учитель: ребята, у вас тоже, наверное, бывает грустное настроение? Расскажите, когда вам грустно. Как мы можем человечка - Печальку развеселить? **Дети:** можем сказку рассказать, весёлую песенку спеть, потанцевать.

Учитель: а давайте поиграем в игру «Недостающие предметы». Надо поднять настроение нашему герою. На подносе лежат различные предметы выберите те, которые могут развеселить человечка? (конфета, мяч, очки, спицы, газета, машинка, кукла, клубок).

Учитель: молодцы, ребята, справились с заданием! Нам пора дальше отправляться. После прохождения каждой станции, вы будете получать жетончики, которые в конце путешествия сможете обменять на небольшой сувенир для вашей команды!

3. Содержательно-развивающий этап. 2 остановка Станция «Пещера страха»

Учитель: ребята, наша 2 станция «Пещера страха». Добрались мы до пещеры страха, здесь живёт Человечек и его страх. Ребята, выберите каким цветом мы обозначим страх. А каких злых сказочных героев вы знаете? Выберите из картинок, которые висят на доске только злых героев. (Карабас-Барабас, Кощей Бесмертный, Бармалей, Баба Яга). Дети: слушают инструкцию к заданию; выбирают цвет; выполняют задание.

Учитель: а что сделать чтобы они развеселились? Да, правильно им можно сказать ласковые слова, комплименты, спеть песню, потанцевать, рассказать интересные истории, поиграть. А давайте попробуем сказать ласковые слова Карабасу-Барабасу. Карабас-Барабасушка, Кощеюшка, Баба Ягулечка, Бармалеюшка. А чтобы никто не боялся и у всех было хорошее настроение давайте потанцуем. *Танец «Если весело живется»*. **Дети:** слушают задание учителя; отвечают на вопросы; выполняют задание учителя; танцуют под веселую музыку.

Учитель: ребята, это не все задания на этой станции. Сейчас вам предстоит выполнить задание из сборника-помощника. (Приложение 1). Здесь следует прочитать отрывок из произведения, и рассказать, что чувствует в данный момент персонаж произведения, какие эмоции он переживает? Если эта эмоция является положительной, то закрасьте лицо смайлика синим цветом, а если отрицательной, то красным. **Дети**: выполняют задание из сборника; слушают инструкцию к заданию; выполняют задание; радуются выполненному заданию.

<u>3 остановка «Поляна Радости».</u> Учитель: кого вы видите на этой поляне? (Человечек-радость). А какое у него настроение? Да, весёлое, радостное настроение. Голова приподнята, улыбка на лице. Дети, а что такое радость? Дети: высказывают свое мнение, что такое «Радость».

Учитель: ребята, на этой станции к нам в гости пришли герои, и вам предстоит решить, какие из представленных пословиц соответствуют вашему герою, и какие эмоции характеризуют его/её, перечислите их. (Приложение 2). Отлично! Молодцы! Вы переходите к следующей станции.

Учитель: ребята, сейчас вам предстоит выполнить задание! Вам нужно поработать с вашим сборником, и выполнить задание из него (Приложение 3).

<u>Инструкция:</u> рассмотрите картинки ситуаций из жизни Саши. Когда мальчик испытывает радость, грусть, злость, удивление, страх? Соедини эмоции с ситуацией. **Дети:** выполняют задание.

Учитель:Отчего у вас бывают такие эмоции: радость, грусть, злость, удивление, страх? Нарисуйте предметы, ситуации, которые приносят вам радость. -Отлично, ребята! Вы получаете еще один жетон для своей команды. **Дети:** отвечают на вопросы учителя.

4. Подведение итогов, рефлексия

Учитель: дорогие ребята! Подскажите, с чем мы сегодня познакомились на нашем занятии? Дети: высказывают свое мнение.(Вспомнили и познакомились с такими разными чувствами и эмоциями, которые может испытывать человек). Учитель: Что дарят нам чувства и эмоции? Дети: высказывают свое мнение. Учитель: Ребята, после прохождения всех станций мы с вами возвращаемся к «Цветам эмоций». Возьмите, пожалуйста, себе тот лепесток, где была изображена эмоция, которую вы испытывали проходя задания с командой, и расскажите о ней. Дети: делятся своими впечатлениями.

Учитель: что вам больше всего понравилось и запомнилось на нашем с вами занятии? Жетончики вы собирали не просто так! Теперь вы можете обменять их на подарок для команды — это календарь эмоций! На нем вы сможете ежедневно отмечать свое настроение, происходящие события в течение дня, и увидеть, какие влияют на вас положительно, а какие негатива общество зывается на вашем настроении.

Директор МАОУ МО Динской район СОШ №35

рану С.В. Ващенко

Приложение 1 (скриншоты из авторского сборника)

РАДОСТЬ

Все люди хотят быть счастливыми, радостными, наслаждаться каждым моментом, видеть и чувствовать краски жизни. Радость и позитив делают нашу жизнь яркой, она лишается негатива и тусклости. Но что же такое радость?

Радость — это сильное, яркое чувство. Она означает, что с тобой все корошо, что в эту самую минуту все правильно внутри тебя, и вокруг. Синонимом слова «радость» являются "веселье", "ликование", "восторт".

Зачем людям нужна радость? Это одна из основных положительных эмоций человека. Она нужна человеку в связи со следующими причинами:

- -Радость является хорошим показателем правильности выбора. Когда принимается действительно грамотное, оцененное решение, человек не может быть в печали, потому что он не идёт против своей совести, против своих моральных устоев и ценностей. Сразу чувствуется прилив сил. Если что-то идёт не так, неправильно, то вся радость сразу же исчезает.
- -Радостные люди всегда больше нравятся окружающим. Попробуйте сами оценить угрюмого человека, вечно жалующегося на жизнь и человека, который сияет улыбкой, от которого исходит позитив. В обществе кого из них вам бы больше захотелось быть?



Надо в школах ввести очень важный предмет -

Тот, которому равного, думаю, нет:

Надо радости с раннего детства учить.

Надо эту науку в программу включить.

Надо залежи счастья учиться искать.

Надо знать, как суметь его не расплескать,

Чтобы в возрасте позднем, почти на краю Сохранить нерасплёсканной радость свою.

CTPAX

Страх – важное древнее чувство. Синонимы: ужас, боязнь, трепет, жуть. Страх знаком каждому человеку и зверю. Он заставляет тебя задумываться, действительно ли все вокруг безопасно и надежно? Он появляется как вспышка – раз! – и сердце замерло, а потом застучало быстрее, все тело вздрогнуло и напрятлось.

Относись к страху серьезно и ответственно — это нормальная реакция на то, что может причинить боль или ущерб. Опасаться чего-либо разумно, а не стыдно. Страх торопит тебя что-то скорей предпринять, очень важно вовремя осознать, чего ты боишься.

Чтобы страх превратился в уверенность, используй три средства:

- 1. Внимательность и осторожность;
- 2. Друзья, родители и помощники;
- 3. Собственный опыт и знание своих сильных сторон и возможностей.

Вспомните пословицу: «У страха глаза велики». В момент страха брови взлетают вверх, губы растягиваются в стороны, а уголки слегка опускаются вниз. Так же, человек сутулится, прикрывается плечом. Напуганного человека необходимо успокоить, постарайся ему показать, что все в порядке, что ты не враг.



Мурка, не ходи, там сыч

На подушке вышит,

Мурка серый,

Не мурлычь,

Дедушка услышит.

Няня, не горит свеча,

И скребутся мыши.

Я боюсь того сыча,

Для чего он вышит?

А. Ахматова

Прочитайте рассказ Л. Толстого «Косточка», и выполните задание.

Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они ещё лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и всё нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он всё ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мать сочла сливы и видит — одной нет. Она сказала отпу

За обедом отец и говорит:

— А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?

Все сказали:

— Нет.

Ваня покраснел как рак и сказал тоже:

— Нет, я не ел.

Тогда отец сказал:

— Что съел кто-нибудь из вас — это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточки, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрёт. Я этого боюсь. Ваня побледнел и сказал:

— Нет, я косточку бросил за окошко.

И все засмеялись, а Ваня заплакал.

Какую эмоцию испытал Ваня, когда все поняли, что он съел сливу, и засмеялись?

Это положительная или отрицательная эмоция?

Положительная – закрась синим цветом; отрицательная – красным.











- Разум человека пропадает, если его гнев одолевает
- 2. Как на лес взглянет, так и лес вянет.
- 3. Злой человек будет несчастен даже среди своего счастья
- 4. Тёплое слово и в мороз согревает.
- 5. Камень из руки любимого яблоком кажется.
- 6. На добрый привет добрый и ответ.
- 7. Не устоять злу против добра
- 8. Волков бояться в лес не ходить.

Упражнение «Чему я радуюсь?»

Инструкция : рассмотрите картинки ситуаций из жизни Саши. Когда мальчик испытывает радость, грусть, злость, удивление, страх? Соедини эмоции с ситуацией.

Отчего у вас бывают такие эмоции: радость, грусть, злость, удивление, страх? Нарисуйте предметы, ситуации, которые приносят вам радость.

