

МКОУ "Хохольская СОШ"

Тематическое занятие

«Чувства»

Выполнила: Гудкова Ирина Владимировна



с. Хохол
2017 г

Цель: профилактика социально-эмоциональных проблем у учащихся, улучшение психологического климата в классе

Оборудование: лист формата А4, плакаты с изображением эмоций, карандаши цветные или ручки.

Участники: учащиеся 5-7 классов

Время проведения: 45 минут

Форма проведения: тематический урок

Ход занятия

«Как тебя зовут?»

каждый сидящий называет своё имя, при этом называя своё эмоциональное состояние (например, Таня – весёлая) и т.д.

«Работа с плакатом»

- Что такое гнев и злость?
- В каких ситуациях мы проявляем гнев и злость?

Сейчас вам необходимо разделить на 2 группы и нарисовать I группе «Плакат гнева», А II группе «Плакат злости». (10 минут)

«Чтение притчи ЯРОСТЬ»

Однажды Лис сказал Мыши:

- *Я – царь зверей!*
- *Конечно, ты, - сказала испуганная Мышь.*

Затем Лис увидел Котёнка.

- *Не я ли царь зверей? – прорычал он.*
- *Конечно, ты, - пролепетал испуганный Котёнок.*

Затем Лис схватил Кролика, потом куропатку и, наконец, крота. Все безропотно соглашались, что царь зверей Лис. Внезапно увидев Льва, лежащего на лужайке, Лис подбежал к нему, выкрикивая, что он царь зверей. Не говоря ни слова Лев оглушил его ударом лапы и зарычал. С трудом поднявшись на ноги, Лис сказал:

- Знаешь, сила – не ответ на обращение. Я задел твои чувства, и всё, что ты мог, - прийти в ярость, - с этими словами Лис заковылял прочь.

После чтения притчи учащимся предлагается ответить на следующие вопросы:

- Согласны ли вы с названием притчи, могли бы вы назвать её по-другому?
- Какие чувства были присуще Лису?
- Какие преимущества были у Льва, какие недостатки?
- Что почувствовал Лис, когда повстречался со Львом?
- В каких ситуациях можно испытывать те же чувства, какие испытывали Лев, Лис?

«Эмблема добра»

Учащимся раздаются: листы, цветные карандаши, бумага, картинки и предлагается разделить на группы и выполнить задание, в котором они должны придумать эмблему «Доброты». (10 минут)

«Узнай чувство»

Учащимся раздаются карточки с различными эмоциональными состояниями. Каждому нужно прочитать свою карточку и изобразить это состояние. Остальные должны понять, какое чувство испытывает участник. Желающие могут использовать цветные карандаши или ручки для обозначения своих чувств.

Например:

- Я сильно радуюсь
- Я приобретаю новых друзей
- Я волнуюсь, испытываю тревогу

- Я одинок

анализ упражнения:

- С кем вы говорите о своих чувствах?

- О каком чувстве говорить труднее?

- Почему важно, чтобы мы могли говорить о своих чувствах?

Лист гнева

Каждому предлагается нарисовать собственный «лист гнева», который отражает особенности его злости и поэтому лучше других «листов» может помочь ему.

Эти рисунки выполняются на отдельных листах, потому что после демонстрации рисунка группы и комментариев к нему каждый может порвать свой лист гнева. Или скомкать и с силой бросить в ведро. (5 минут)

Игра «Мой друг»

Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга.

Задание следующее: поприветствуйте друг друга рукопожатием и закройте после этого глаза. Теперь осторожно разъедините руки, но оставьте свою руку в том же положении, в котором она была в момент рукопожатия.

Сделайте три шага назад (очень медленно и осторожно) и замрите на минуту. А теперь по звонку колокольчика двигайтесь в сторону партнёра – с закрытыми глазами, медленно и осторожно – попытайтесь найти его руку, чтобы ещё раз пожать её и сказать ему комплимент.

Итог занятия

Учащиеся говорят, что им больше всего запомнилось (или понравилось) на занятии.