

муниципальное казенное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Принято
на заседании
педагогического совета
Протокол №2
09 июня 2017 г.

Утверждаю
директор МКУ «Центр ППС
помощи»
Е.С. Овчинникова
Приказ №33 от 09.06.2017 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Я и мои чувства»

г. Киров Калужская область

Пояснительная записка.

Актуальность и перспективность программы

Новые стандарты образования предъявляют особые требования к качеству обучения в школе, к достижению высоких личностных результатов развития ребёнка, в том числе в развитии социальных компетенций. Развитие такой компетенции, как понимание и осознание собственных чувств, а также сопереживание чувствам других людей возможно благодаря участию детей в специально подобранных для этих целей психологических программах.

Авторство Е. О. Казакова, Т. Ю. Панина

Программа является дополнительной общеобразовательной программой

Тип программы: развивающая.

Научные, методологические основы

Развитие представлений детей об эмоциях изучалось как в рамках проблематики социального интеллекта (Дж. Гилфорд), межличностного и внутриличностного интеллекта (Х. Гарднер), так и в рамках отечественной психологии. Проблема осознания человеком собственных переживаний получила теоретическую разработку в трудах С.Л. Рубинштейна и Л.С. Выготского. Отечественные учёные Н.Д. Былкина и Д.В. Люсин в своей работе «Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе» считают, «что с точки зрения профилактики и коррекции отклонений в области межличностных взаимодействий важно знать, как и какие особенности знаний человека об эмоциях влияют на способность распознавать собственные и чужие эмоции и прогнозировать поведение окружающих».

Практическая направленность

Содержанием уроков является психологические знания о различных чувствах, социально-приемлемых способах их выражения.

Цель программы: обеспечение поддержки процесса социализации и адаптации детей к классному коллективу через расширение представлений детей о разнообразии человеческих чувств и уникальности каждого человека.

Задачи программы

1. Актуализировать знания о многообразии чувств;
2. Расширить знания о социально-приемлемых способах выражения чувств;
3. Развивать навыки сотрудничества.

Адресат

Программа рассчитана на возраст 6-8 лет.

Продолжительность, рекомендуемая периодичность

Занятия рекомендуется проводить 1 раз в неделю.

Требования к результату усвоения программы

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться положительная динамика в развитии эмоциональной сферы детей. Дети смогут:

выражать чувства социально-приемлемыми способами; без затруднений осуществлять сотрудничество со взрослыми и со сверстниками; осуществлять контроль своих эмоций.

Методы, используемые при реализации программы

Программа предполагает широкое использование арт-терапевтических методов, психогимнастических упражнений и игр.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в программе

Группа не должна превышать 16 человек. К участию в освоении Программы не допускаются обучающиеся, имеющие психические заболевания.

Требования к условиям реализации программы (в том числе оборудование, пособия и т.д.)

Занятия рекомендуется проводить в классной комнате с игровой зоной.

Для видеуроков используются компьютер, проектор.

Для реализации Программы необходимы картины известных художников, отрывки из музыкальных произведений, стихов, рассказов, видеоматериалы (балетные постановки, мультфильмы) и т.д.

Система оценки достижений планируемых результатов

Для оценки эффективности проведённых занятий применяется метод структурированного наблюдения взаимодействия ребёнка со сверстниками и взрослыми. Данный подход подробно описан в книге М.М. Семаго, Н.Я. Семаго «Диагностико-консультативная деятельность психолога образования». Результативность программы может быть оценена также с помощью существующего в школе мониторинга межпредметных общеобразовательных компетенций. Психолог может оценить развитие представлений детей о чувствах при помощи анализа детьми специальных историй (данная методика представлена в работах Н.Д. Былкиной и Д.В. Люсина).

Учебно-тематический план программы

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	практика	
1	Занятие 1. Вводное	40 минут	10 минут	30 минут	Наблюдение, диагностика
2	Занятие 2. «Мимика»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
3	Занятие 3. «Мимика»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
4	Занятие 4. «Чувства в движениях»	40 минут	10 минут	30 минут	Наблюдение
5	Занятие 5. «Чувства в движениях»	40 минут	10 минут	30 минут	Наблюдение
6	Занятие 6. «Чувства в движениях»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
7	Занятие 7. «Краски наших чувств»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
8	Занятие 8. «Краски наших чувств»	40 минут	10 минут	30 минут	Наблюдение
9	Занятие 9. «Музыка наших чувств»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
10	Занятие 10. «Музыка наших чувств»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
11	Занятие 11. «Слово и чувство»	40 минут	15 минут	25 минут	Наблюдение
12	Занятие 12. «Слово и чувство»	40 минут	5 минут	35 минут	Наблюдение
13	Занятие 13. «Творческая мастерская»	40 минут	10 минут	30 минут	Наблюдение, диагностика

Содержание программы

Занятие 1. Вводное

Цель урока: Выявить представления детей о разнообразии чувств, обсудить способы их выражения (как понять, что чувствует человек).

Задачи:

1. Актуализация знаний детей о понятии «чувство».
2. Диагностика.

Оргмомент: Приветствие. Раздаются блокнотики. На доске рисунки-схемы солнечной погоды, дождливой, грозы и т.д.

Вступление:

Ребята, как вы себя сейчас чувствуете, какое у вас настроение? С чем можно сравнить ваше настроение? Например, я сегодня так спокойна как море в штиль, в безветренную погоду. А ваше настроение, ваши чувства можно сравнить с какой-нибудь погодой? Назовите то чувство, которое вы сейчас испытываете. Сравните его с какой-нибудь погодой. Давайте это сделаем при помощи рисунка. Ребята, у каждого из вас лежит блокнотик, в котором вы в начале и в конце занятия будете делать небольшие рисунки. На доске вы видите примерные рисунки, но вы можете нарисовать свой собственный, который будет соответствовать вашему чувству лучше всего.

Дети рисуют.

Все, кто желает могут показать свой рисунок и объяснить свой выбор.

Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Дети, вы заметили, что все ваши рисунки разные, как и ваши чувства, ваше настроение.

Основная часть:

Ребята, какие бывают чувства? А с вами так происходит? Что вы делаете в таких ситуациях? Кто ещё кроме человека может испытывать эмоции? А как вы думаете кто эмоциональнее человек или животное? Послушайте, какая история произошла в Лесной школе (сказка «обида» Панфиловой). Когда вы будете слушать сказку, подумайте, какие чувства могут испытывать герои. Герои сказки – зверята, но они очень похожи на людей. Перед вами лежат карточки с названиями чувств и коробочка – копилка чувств. Положите в коробочку карточки с названиями тех чувств, о которых вы услышите в сказке.

Перед детьми выложены карточки с названиями чувств – грусть, радость, восхищение, обида, гнев, зависть, жалость, удовольствии, спокойствие.

Обида (М.А. Панфилова)

Кошечка подружилась со всеми ребятами в классе. Больше всех ей нравилось играть с Зайчонком и Белочкой. Но на Белочку Кошечка обижалась из-за прежней ссоры. Серьезной причины для разногласий не было, просто трудно было Кошечке понять беличьи шутки. Скажет Белочка что-то веселое и насмешливое, а Кошечке кажется, что это про нее шуточки. Надует она щечки, отвернется от друзей и молчит.

— Что случилось? Почему ты молчишь, Кошечка? — интересуются друзья.

Но Кошечка молчит, ничего не отвечает. Так может день промолчать, другой, пока самой не надоест. А когда заговорит, ничего толком не объясняет, причины не открывает.

— Сами догадайтесь, чем меня обидели! — промолвит Кошечка тихонечко.

Думают Зайчонок с Белочкой, гадают, перед Кошечкой извиняются, но чем ее обижают, так и не понимают. Надоело им Кошечку без конца уговаривать, решили без нее играть, события обсуждать. А Кошечка еще больше надулась, распушилась от обиды и сидит помалкивает, одна-одинешенька. Подошли к Кошечке Волчонок с Лисенком, спрашивают:

— Кто тебя обидел, Кошечка?

— Белочка с Зайчонком, — отвечает она. — Они со мной не играют.

— Как же с ней играть, когда она непонятно на что обижается и молчит, — возмущается Белочка.

— Сказала бы, что ей не нравится, мы постарались бы этого не делать, — предложил Зайчонок.

Но отвернулась Кошечка, ничего не ответила.

Подошел к ней маленький Енот и рассказал такую сказку.

Жил-был купец в одном городе, в южной стране, где солнце жаркое, пустыня дальняя. Часто путешествовал купец, свой товар продавал, диковинки покупал. Купил он как-то жеребца — стройного и быстрого — для себя, а ослика — веселого, озорного — для своей любимой дочери. Прибыл он домой, жеребца и ослика в конюшню поставил, вкусного зерна дал. А ослик с жеребцом разговор меж собой начали.

— Что ты за зверь такой? Не лошадь, не заяц... Тебя из жалости хозяин купил, а мною весь город любоваться будет! — сказал жеребец ослику.

— Нет, он для дочки меня купил, потому что я веселый и добрый, а рост у меня для нее удобный, безопасный, — ответил ослик, а самому от слов жеребца грустно стало, мысли разные невеселые в голову пришли.

Наутро вывел жеребца купец из конюшни, все так и ахнули:

— Ой, красавец, стройный, быстрый, молодой!

Вывела дочка купеческая ослика, раздался смех гостей:

— Что же это за лошадка ушастая? Такой смешной не видали еще!

А девочка гладит его по спинке:

— Если кто смеется, значит, ему весело, порадуйся, ослик, за него. А я ведь знаю, что ты у меня самый добрый, веселый ослик на свете. Покатай меня, пожалуйста! Но ослик обиделся и стоял как вкопанный. Стала уговаривать девочка ослика, гладить, ласковые слова приговаривать, а он все стоит, обижается. Тут народ увидел упрямого ослика и стал опять смеяться. Расстроилась девочка и ушла к подружкам. А купец стал думать, что же ему с осликом делать. А потом придумал: раз он дочку катать не хочет, будет воду возить. Вот и по сей день из-за своих обид ослики в той стране воду возят. С той поры и говорят: «На обиженных-то воду возят!»

— А могло бы быть все по-другому, — размышляла Кошечка. — Девочку бы катал, весело играл. А то и подружку потерял, и себя наказал.

— Я рад, что ты все поняла, Кошечка! — закончил сказку Енот.

— Конечно, пойду я к своим друзьям, а то они меня заждались давно! — улыбнулась Кошечка.

Какие чувства оказались в вашей копилке? Как вы думаете, есть ли другие чувства, которые испытывает человек? Кто может назвать то чувство, про которое не говорилось в этой сказке? Ведь это и есть цель нашего урока: вспомнить, какие бывают чувства.

Итак, мы поняли, что человек может испытывать разные чувства. Всегда ли легко понять, какое чувство испытывает человек? Давайте попробуем загадать друг другу загадки и тогда мы поймем это.

Упражнение: Загадочные чувства

На вашем столе лежат карточки с названием чувств. Выберите то чувство, которое вы хотите представить. Работайте в паре! Вы должны показать чувство без слов так, чтобы дети в классе догадались, какое чувство записано у вас на карточке. Для этого в паре необходимо договориться и принять общее решение.

Дети в парах договариваются о том, как можно показать записанное на карточке чувство, чтобы загадка была отгадана классом. Парами у доски загадывают загадки классу. Дружная работа в паре и отгаданная загадка отмечаются наклейками в личном блокнотике.

Спасибо, вы хорошо поработали. Подумайте, как вы смогли догадаться о загаданном чувстве без слов? Какие действия ребят вам помогли отгадать загадку? Что легче: отгадывать или показывать загадку?

Итак, мы пришли к выводу, что чувства можно выразить разными способами: движениями тела, звуком, движениями мышц лица, позой. Кроме того, для общения очень важно правильно понимать, какое чувство испытывает другой человек, и уметь сообщить о собственных чувствах. Именно этому мы будем с вами учиться во время наших занятий: понимать, какие чувства испытывает другой человек, и учиться сообщать о своих чувствах другому человеку.

Заключительная часть. Рефлексия

Откройте новую страничку вашего блокнотика и снова сравните свои чувства, своё настроение в конце урока с погодой. Нарисуйте рисунок. Есть ли в классе дети, у которых изменились рисунки?

Как вы думаете, почему это произошло?

Занятие 2. Мимика

Цель урока: Дать первоначальное представление о выражении чувств при помощи движений мышц лица (мимики).

Оргмомент: Приветствие. Раздаются блокнотики. На доске рисунки-схемы солнечной погоды, дождливой, грозы и т.д. На доске «дерево курса» (рисунок дерева с 5 крупными ветками).

Вступление:

Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи рисунка сравните своё настроение, душевное состояние с погодой (на доске вы видите примеры рисунков, но можете использовать свой).

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Основная часть:

Ребята, а можем ли мы с вами говорить без слов? (дети высказывают предположения).

Ситуация (в помощь): представьте дети много и шумно играли, разбросали игрушки. И вот заходит мама, видит беспорядок...

-Что чувствует мама? А как об этом могут догадаться дети, если она ничего ещё не сказала?

-А бывало у вас так, что вы без слов понимали, что может вам сейчас сказать мама, учитель, ваш друг?

Правильно, выражение нашего лица (мимика – слово на доску) помогает нам выразить наши мысли, а другим понять нас лучше. И даже бывает так, что часто не

нужны слова. Наше лицо тоже умеет говорить. А теперь посмотрите на экран. Сейчас вам будут представлены фотографии детей, попробуйте, угадайте, что они сейчас испытывают? Какие события могли привести к возникновению таких чувств? Что может произойти потом? Обсуждение.

На экране снова дети, но не наши современники, и это картины, а не фотографии. Перечисляются авторы и названия картин (картины Решетникова Ф.П. «Опять двойка» и Корзухина А.И. «Крестьянские девочки в лесу»). Вопросы те же. Ребята, прошло очень много времени с тех пор, как написаны эти картины, но мы можем понять, какие чувства испытывают эти люди.

Итак, доброе, злое, удивлённое, грустное, радостное выражение лица называется мимикой.

Ребята, в конце прошлого занятия мы играли в игру, загадывали чувства и отгадывали. Чего нельзя было делать, когда вы показывали загадку? Правильно, говорить. А что помогало вам показать, изобразить чувство? Да, движения тела, поза, движения мышц лица, иногда даже звуки.

Упражнение: Загадочные чувства

Сейчас мы снова поиграем с вами в эту игру, но показывать чувство вы будете только используя движения мышц лица или при помощи мимики. Говорить, двигаться телом и издавать звуки нельзя.

Работает весь класс.

Изобразите при помощи мимики данные ситуации.

- Только в лес вы вошли, появились комары.
- Изобразите лицо человека, у которого жмут ботинки
- Изобразите лицо ребёнка, который ест невкусную кашу.

Работа в парах (дети получают карточки с названиями чувств).

Дети в парах договариваются о том, как можно показать записанное на карточке чувство, чтобы загадка была отгадана классом. Парами у доски загадывают загадки классу. Дружная работа в паре и отгаданная загадка отмечаются наклейками в личном блокнотике.

Спасибо, вы хорошо поработали. Легче или труднее было в этот разгадывать загадку?

Посмотрите на доску (там находится дерево чувств), ребята. Человек может испытывать такое многообразие чувств, что их количество можно сравнить с количеством листьев на дереве. А ещё у нашего дерева 5 веток. Каждая ветка обозначает способ выражения чувств. Итак, какой способ выражения чувств вы демонстрировали в игре «загадочные чувства»? Правильно, при помощи мимики? А что такое «мимика»? Дети отвечают. Психолог записывает слово «мимика» на одной из веток рисунка дерева.

Заключительная часть. Рефлексия

Откройте новую страничку вашего блокнотика и снова сравните свои чувства, своё настроение в конце урока с погодой. Нарисуйте рисунок. Есть ли в классе дети, у которых изменились рисунки? Как вы думаете, почему это произошло?

Занятие 3. Мимика

Цель урока: Закрепление представлений детей о выражении чувств при помощи движений мышц лица (мимики).

Оргмомент: Приветствие. Раздаются блокнотики. На доске рисунки-схемы рожид с изображением различных чувств. На доске «дерево курса» (рисунок дерева с 5 крупными ветками).

Вступление:

Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи рисунка (дети ориентируются на рисунки-схемы рожниц на доске) выразите своё настроение сейчас в начале урока (на доске вы видите примеры рисунков, но можете использовать свой).

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Основная часть:

Ребята, мы вспомнили, что наши чувства мы можем выразить при помощи мимики. Психолог также обращается к рисунку дерева. Давайте проведём гимнастику для лица.

Упражнение «гимнастика для лица» (дети за партами):

Ребята, приложите ладошки к своему лицу, к своим щекам. Почувствуйте, что мышцы вашего лица движутся. А теперь начнём нашу гимнастику!

«Поднимите брови вверх, подвигайте ими вверх-вниз, изобразите удивление, сдвиньте брови к переносице, сделайте сердитое лицо, надуйте щёки, сложите губы трубочкой, вытяните их вперёд, изобразите грустное выражение лица, расслабьте мышцы лица, изобразите спокойствие при помощи мимики. А теперь, улыбнитесь!»

А теперь каждая пара получит задание. Одному человеку в паре нужно будет произнести фразу, записанную на карточке, с определённым выражением лица. Другой же должен будет понять, какое чувство показывает сосед по парте. Ребята, будьте внимательны. Одну и ту же фразу можно сказать с разным выражением лица, и от этого может даже измениться её смысл! (Пример, фраза «Я иду гулять») Дети выполняют задание, говорят о чувствах, с которыми произнесена фраза собеседника.

Да, действительно, в общении бывает и так, что смысл фразы меняется в зависимости от выражения лица, от мимики собеседника. Случалось ли с вами подобное?

Итак, мы потренировались показывать чувства при помощи мимики, а также отгадывать, что означает то или иное выражение лица. А теперь попробуйте составить самостоятельно выражение лица на бумаге при помощи полученных элементов.

Индивидуальное задание «Сложи разные выражения лица»

Дети, используя разные детали, складывают определённое выражение лица и отвечают на вопросы:

- Может быть у человека такое выражение лица?
- Как можно назвать такое эмоциональное состояние, настроение? При каких обстоятельствах человек может переживать данное чувство?
- Почему так важно в общении смотреть на лицо другого человека и понимать, какие чувства он или она испытывает?

Заключительная часть. Рефлексия

Мы подписали веточку дерева словом «мимика», но на ней должны появиться результаты нашей работы по этой теме. Выразите своё настроение в конце урока при помощи рисунка лица (детям можно предложить небольшие заготовки с овалом лица).

Дети по очереди подходят к «дереву чувств» и приклеивают к ветке «мимика» свои рисунки, рассказывают о своём настроении, о том, как оно изменилось. Таким образом на первой ветке появляются «листочки».

Занятие 4. Чувства в движениях

Цель урока: Дать детям первоначальные представления о том, что чувства можно выражать при помощи движений собственного тела, жестов.

Материалы к уроку: фрагменты видеофильма балет «Лебединое озеро» (фрагменты), фрагменты немого кино (фрагменты фильмов Чарли Чаплина).

Вступление:

Приветствие. Раздаются блокнотики. На доске рисунки-схемы рожц с изображением различных чувств. На доске «дерево курса» (рисунок дерева с 5 крупными ветками).

Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи рисунка выразите своё настроение сейчас в начале урока (на доске вы видите примеры рисунков, но можете использовать свой).

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Основная часть:

Давайте вспомним, о чем мы говорили на прошлом уроке. Как могут выражаться чувства?

Дети отвечают.

Итак, мы с вами говорили, выражение нашего лица помогает выразить наши чувства и мысли. Но у нас есть ещё и другие помощники.

Упражнение «Представьте, что вы...»

Дети, вы сейчас можете встать из-за парт и начать двигаться, как будто вы грустите, а теперь радуетесь, обижены, спокойны... (упражнение выполняется без слов).

Итак, при помощи движений рук, пальцев, головы, всего тела мы тоже можем «говорить», т.е. сообщать о себе какую-нибудь информацию, и вы замечательно это сейчас продемонстрировали. А сможете ли вы угадать, что может чувствовать человек, только по одним движениям? Давайте попробуем. Сейчас на экране появится видеоматериал. Смотрите внимательно! Ваша цель – понять:

1. Какие чувства хотят вам показать действующие лица?
2. Почему вы так думаете?
3. С помощью чего выражаются чувства?

Просмотр видеоматериала. Обсуждение с детьми. Вторая ветка на рисунке дерева подписывается «движения тела».

Творческая работа «Пантомима» (работа в парах)

Давайте и мы сейчас попробуем рассказать небольшую историю без слов, одними движениями. В цирке такой жанр называется «пантомимой». Работаем в парах.

Дети получают простые истории с обозначением чувств каждого персонажа. Задача остального класса – отгадать чувства главных героев (приложение 1).

Ребята, как вы думаете, где при помощи пантомимы рассказывают нам какие-нибудь истории: весёлые или грустные? Где ещё люди используют движения рук, головы, всего тела, чтобы передать другим людям важную информацию, поделиться своими чувствами?

Дети отвечают (театр, балет, танец, картины, ситуации в обычной жизни).

Предлагаю вам сейчас посмотреть фрагменты из немого кино и балета «Лебединое озеро». Во время просмотра прошу вас задумываться над тем, что чувствуют герои (вам будут помогать наши помощники: мимика и движения рук, тела, головы). Попробуйте найти совпадение между чувствами героев и вашими (может быть, совсем недавно вы что-то подобное переживали).

Дети смотрят. Далее обсуждение (По каким движениям вы определили чувство, было ли совпадение с вашими переживаниями, покажите, как вы двигаетесь, когда испытываете такое чувство).

Заключительная часть. Рефлексия

На отдельных листиках дети зарисовывают (это может быть простой рисунок человечка в определённой позе) те ситуации, о которых они говорили после просмотра видеофрагментов. На следующем занятии эти рисунки прикрепляются на соответствующую веточку дерева.

Занятие 5. Чувства в движениях

Цель: Закрепить представления детей о том, что собственные чувства можно выражать при помощи движений тела. Получение детьми личного опыта выражения чувств.

Вступление: Приветствие. Раздаются блокнотики. На доске рисунки-схемы «проволочных человечков», позы которых передают различные чувства. На доске «дерево курса» (рисунок дерева с 5 крупными ветками).

Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи рисунка выразите своё настроение сейчас в начале урока (на доске вы видите примеры рисунков, но можете использовать свой).

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Основная часть:

Ребята, давайте вспомним, как можно выразить свои чувства. Сделаем небольшую разминку. Вам необходимо изобразить чувство, написанное на карточках, только с помощью движений и жестов.

Детям раздаются карточки с названиями животных

- любопытная обезьянка
- сердитый лев
- испуганная мышка

Молодцы, вы поняли, как можно сообщить о своем чувстве.

Итак, на прошлом уроке мы убедились, что движения нашего тела также могут помочь выразить наши чувства. Можно ничего не сказать, окружающие люди могут не увидеть нашего выражения лица, но своими движениями, тем, как мы стоим (т.е. позой тела), определёнными движениями рук (т.е. жестами), мы сообщаем о своих чувствах.

Давайте проверим!

Задание на доске. На доске висят рисунки с изображением «проволочных человечков». Дети высказывают предположения о чувствах, которые мог бы испытывать человек, принявший подобную позу. Обсуждение.

Ребята, сейчас вы посмотрите мультфильм. В нём не будет слов. Вы обращаете внимание на движения героев мультфильма, их мимику и пробуете догадаться, что же с ними происходит, какие чувства они испытывают. Перед вами находится список возможных чувств (грусть, радость, восхищение, обида, гнев, зависть, жалость, удовольствие, спокойствие). Вы подчёркиваете замеченное вами в мультфильме чувство.

Показ и обсуждение мультфильма «Игра Джерри» компании Pixar.

Творческая работа «Пантомима» (переработанная игра К. Фопеля «Танцы-противоположности»)

Ребята, предлагаю и вам попробовать разыграть этюды в парах. Вы должны будете придумать движения. Один из вас будет изображать, например, грустные

движения, а другой – весёлые. Остальные ребята пытаются догадаться, какие чувства показывают дети в паре. Задание будут написаны у вас на листиках. Как вы уже догадались, вы будете показывать противоположные чувства (варианты: нервный – спокойный, сердитый – довольный, трусливый – смелый, унылый – полный надежд, взволнованный – скучающий и т.д.).

Заключительная часть. Рефлексия

Откройте новую страничку вашего блокнотика и снова выразите своё настроение в конце урока при помощи рисунка «проволочного человечка». Есть ли в классе дети, у которых изменились рисунки? Как вы думаете, почему это произошло?

Занятие 6. «Чувства в движениях»

Цель: Закрепить представления детей о том, что собственные чувства можно выражать при помощи движений тела. Получение детьми личного опыта выражения чувств.

Материалы к уроку: фотографии, слайды с изображением жестов

Вступление:

Приветствие.

Теперь давайте проведём небольшую разминку. Я вам буду называть чувство, а вы показываете жест, позу или какое-нибудь движение, которое вы бы сделали, если бы испытывали такое чувство. Не торопитесь, вспомните ситуацию, в которой вы испытывали называемое мной чувство.

Дети выполняют разминку стоя. Обсуждение.

Основная часть:

Детям показываются слайды с изображением жестов. Обсуждение.

Каждый из вас сейчас покажет такой жест, который как можно точнее обозначает его чувство. Дети показывают и рассказывают.

Упражнение «Режиссёр пластилинового мультфильма»

Ребята, вы знаете, как создаются пластилиновые мультфильмы? Правильно, режиссёр много раз меняет позу пластилиновой фигурки для достижения эффекта движения. Важно, чтобы движение, выражение лица было как можно более точным, чтобы зрители правильно поняли, что происходит на экране.

-Какие качества необходимы для этого режиссёру и художникам? (наблюдательность, умение замечать даже самые маленькие изменения в выражении лица, умение точно и понятно выражать чувства при помощи движений). Психолог помогает детям подойти к этим выводам.

- Скажите, а такие качества нужны только режиссёрам? А нам с вами? Для чего вам нужно уметь замечать, в каком настроении ваши друзья, близкие люди? А вам важно, чтобы другие замечали ваше настроение?

Итак, мы будем сейчас тренироваться точно и понятно выражать чувства при помощи движений. И, конечно, для этого понадобится ваш опыт общения.

Дети работают в тройках: режиссёр и «пластилиновые человечки». Задача режиссёра помочь «пластилиновым человечкам» выразить одно чувство разной степени интенсивности только при помощи движений (например, небольшая радость и счастье; неприязнь и отвращение; равнодушие, спокойствие и скука). Сначала «тройки» готовятся, затем по очереди показывают свою работу. Обсуждение: какие сложности возникали в процессе подготовки, что удалось достаточно легко.

Заключительная часть. Рефлексия

Итак, о каком способе выражения чувств мы говорили на нашем уроке? Часто ли вы видите в обычной жизни, как люди выражают чувства при помощи движений тела, различных жестов?

Дети отвечают.

Дети рисуют проволочных человечков, выражая тем самым своё настроение, состояние в конце урока. Эти рисунки вывешиваются на соответствующую ветку дерева, прописанную «движения, жесты».

Занятие 7. «Краски наших чувств»

Цель: дать детям первоначальное представление о выражении своих чувств при помощи изобразительных средств.

Материалы к уроку: чёрно-белая фотография с изображением детей (должны быть видны их лица), слайды с репродукциями картин Дюфи «Анемоны», Брюлова «Портрет писателя Нестора Васильевича Кукольника», а также картины художников Фабиан Перез, Томас Кинкейд, Вилем Хенритс.

Оргмомент: на доске «Дерево чувств».

Ребята, давайте вспомним, что мы узнали на прошлом уроке? Как научились выражать чувства? Что такое пантомимика и мимика?

Основная часть: Цель нашего урока - узнать, как можно рассказать о своих чувствах при помощи цвета, красок, изображений....

Давайте попробуем сделать маленький эксперимент.

Упражнение с цветными рамками (переработанное упражнение К. Фопель).

Ребята, вы видите картинку, на которой изображены сидящие дети. Сейчас картинка в красной рамке. Как вы думаете, какие чувства испытывают дети?

А теперь я изменю цвет рамки – он стал темно – серым. Как изменилось, по-вашему, настроение детей? Несколько смен цветов. Обсуждение, казалось ли детям, что меняется настроение у людей на фотографии, когда менялся цвет. Какой цвет и как изменялось восприятие фотографии?

Мы поняли, что цвет действительно может влиять на наше настроение, показывать наши чувства.

Откройте свои блокнотики на новой страничке и попробуйте найти цвет вашего настроения сейчас, раскрасьте страничку.

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Художники тоже используют цвет, чтобы выразить свои чувства в картине или отношении к персонажу, нарисованному на картине. Давайте посмотрим картины художников из разных стран и попробуем понять, какие чувства они хотели выразить...

Показ слайдов. Обсуждение, что хотел сказать художник нам, выбирая тот или иной цвет.

Упражнение «Рисование цветом»

Ребята, а теперь мы с вами побудем художниками. Какие цвета выбрали бы вы, если бы вам предстояло нарисовать что-нибудь хорошее, приятное, интересное для вас. Выберите несколько карандашей соответствующих цветов. А теперь подумайте, какие интересные, приятные события, занятия, уроки или перемены вы могли бы нарисовать при помощи ваших любимых цветов. Ваш рисунок не должен содержать определенного сюжета, в вашем распоряжении только цвета, можно использовать различные линии, формы. После того, как вы закончите работу,

можно показать свои картины другим ребятам. Пусть остальные попробуют угадать, что за урок или событие из школьной жизни вы изобразили.

Заключительная часть, рефлексия:

Что нового вы узнали сегодня на уроке? С помощью чего можно рассказать о своих чувствах?

На следующий урок я попрошу вас принести любую свою фотографию. Мы попробуем изменить ее с помощью цветных рамок.

Давайте прикрепим на наше дерево чувств еще один листочек с надписью «Цвет и краски».

Занятие 8. «Краски наших чувств»

Цель: Создание условий для дифференциации чувств, закрепить первоначальное представление детей о способах выражения чувств. Получение детьми личного опыта такого выражения.

Материалы к уроку: чёрно-белая фотография, журналы или слайды с изображениями различных интерьеров (лучше детских комнат).

Оргмомент: на доске «Дерево чувств».

Наше «Дерево чувств» поможет нам вспомнить, что мы изучали на прошлом уроке. С помощью чего выражают свои чувства художники?

Ребята, а какого цвета сейчас ваше настроение? Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи цвета, различных форм, линий выразите своё настроение сейчас в начале урока.

Дети рисуют. Дети рассказывают о своём настроении и рисунке.

Основная часть:

Ребята, какие картины вам запомнились больше всего на прошлом уроке и почему?

Итак, художники используют цвет, чтобы передать настроение на картине. Давайте попробуем сами побывать художниками и изменим «настроение» на чёрно-белой фотографии при помощи цвета. Раскрасьте фотографию и назовите свою «картину» так, чтобы в названии отражалось то чувство, то настроение, которое вы хотели передать.

Дети работают индивидуально. Дети по желанию показывают и рассказывают о своей работе и том настроении, которое они пытались передать, раскрашивая чёрно-белую фотографию.

Психолог комментирует работы с точки зрения средств, при помощи которых детям удалось отразить то или иное настроение (светлые/тёмные цвета, солнце, штрихи и т.д.).

А знаете ли вы, что цвет в свою очередь тоже может влиять на настроение человека? Учёные заметили, что, например, зелёный цвет успокаивает, красный, наоборот, поднимает настроение. Это очень умело используют дизайнеры, когда создают проекты концертных залов, комнат, офисов.

Предлагаю вам сегодня стать настоящим дизайнером своей комнаты. Посмотрите на дизайнерское оформление помещений (детям демонстрируются слайды разных интерьеров детских комнат).

А теперь объединитесь в пары. Один из вас будет дизайнером, а другой заказчиком. Дизайнер должен расспросить о вкусах, пожеланиях заказчика, чтобы создать рисунок обоев в детской комнате. Они должны быть такими, чтобы ребёнку было очень уютно в комнате, которая будет обклеена такими обоями.

Потом поменяйтесь ролями. Пусть каждый из вас получит примерный узор обоев своей комнаты, в которой вам хотелось бы жить.

Дети рисуют.

Дети представляют свои работы в парах, рассказывают, как им удалось договориться.

Заключительная часть, рефлексия:

Что было легче: понимать, что хочет заказчик, или объяснять то, что хочешь видеть на обоях ты? Какая работа больше понравилась: быть художником или быть дизайнером? Что важнее: уметь выразить свои чувства или понять другого человека и научиться «поднимать настроение» другим?

Дети показывают «макеты» будущих обоев, называют основной цвет, который будет присутствовать в их комнате и раскрашивают таким цветом листик на «дереве чувств» на ветке, подписанной «цвет и краски».

Занятие 9. «Музыка наших чувств»

Цель: дать детям первоначальные представления о выражении своих чувств через звуки и музыку. Получение детьми личного опыта.

Материалы к уроку: отрывки музыкальных произведений, плакаты с названиями чувств, различные музыкальные инструменты.

Оргмомент: Приветствие. На доске «Дерево чувств».

Основная часть:

Ребята, сейчас мы прослушаем музыку и песни, которые написали люди в разных странах. А вы попытайтесь понять, какие чувства хотел передать композитор? С каким чувством исполняется песня? Вы видите плакаты с названиями различных чувств. Как только вы услышите чувство, выраженное в песне, становитесь рядом с тем плакатом, на котором написано его название.

Дети слушают отрывки из музыкальных произведений, становятся рядом с выбранными ими плакатами.

Каждый человек тоже может попробовать сочинить свою музыку. Сегодня наша цель – сочинить и исполнить «музыку наших чувств», только сделаем мы это необычным образом.

Упражнение «Оркестр» (дети могут быть разделены на подгруппы, упражнение выполняется всвободной от мебели части класса).

1 этап. Попробуем сами выразить чувство с помощью музыкального инструмента. Выберите себе инструмент, который больше всего нравится. Послушайте его звук. Постарайтесь извлечь из него звук, подходящий к вашему настроению сейчас. А теперь прислушайтесь к другим звукам. Вы можете двигаться в направлении схожих с вашими звукам, образуя маленькие группки. Если нет похожих звуков, похожего настроения, то оставайтесь на своём месте.

2 этап. Нам необходимо собраться в один общий круг. Постарайтесь извлечь звуки теперь всем «оркестром» с радостью, с грустью, с гневом и т.д.

Заключительная часть, рефлексия:

Удалось ли нам выразить свое чувство в звуках? Что вы сейчас испытываете?

Подписывается новая ветка на «дереве чувств»: «звуки, музыка».

Занятие 10. «Музыка наших чувств»

Цель: закрепить первоначальные представления детей о выражении своих чувств через звуки и музыку. Получение детьми личного опыта.

Материалы: нарисованные заготовки нот, различные музыкальные инструменты, фрагменты классических музыкальных произведений.

Оргмомент: блокнотики, на доске «Дерево чувств».

Основная часть:

Ребята, давайте вспомним, как мы выражали свои чувства на прошлом уроке? Посмотрим на наше символическое дерево, на прошлом уроке на нем прибавилась еще одна веточка.

Давайте прослушаем фрагменты классических музыкальных произведений. («К Элизе» Бетховен, «Турецкий марш» Моцарт, фрагменты оперных арий Россини, Чайковского). Какие чувства вы слышали в этой музыке?

Упражнение: «Такая разная песенка»

Вам необходимо исполнить известную песенку (напр. «В лесу родилась елочка»), только с разными интонациями. Ваш голос – это тоже музыкальный инструмент. Попробуйте спеть с чувством удивления, радости, сожаления, представьте, что вы сердитесь или просто очень устали.

Дети поют по очереди.

Ну что ж, наша небольшая разминка удалась. Теперь переходим к более серьезному заданию.

Упражнение «Разговор на барабанах»

Оборудование – большой барабан или картонная коробка.

Дети работают в парах.

Сейчас в центр нашего класса выйдут два человека, которые очень хотели бы поговорить друг с другом. Мы предоставим им эту возможность, но только с помощью ... барабана. Важное условие – вы должны смотреть только на руки друг друга, ни в коем случае не смотрите друг другу в глаза. Вы будете общаться только при помощи звуков этого инструмента, также вы сможете и выразить те чувства, которые испытываете. Задания – пригласите своего друга в гости при помощи звуков барабана, пожалейте своего друга, порадитесь вместе очень приятному событию и т.д.

Дети по очереди «разговаривают на барабанах».

Заключительная часть, рефлексия:

Что вы почувствовали, когда выполняли последнее упражнение? Трудно или легко выражать свои чувства звуками? Почему люди издавна так любили играть на разных музыкальных инструментах? Звук нашего голоса – это инструмент? Можем ли мы пением, голосом выражать свои чувства? Люди записывают музыку при помощи нот. Сейчас на маленькой «нотке» нарисуйте своё чувство, мы разместим их на нашем «Дереве Чувств».

Отметим своё чувство в блокнотиках.

Занятие 11. «Слово и чувство»

Цель: дать детям первоначальные представления о многообразии человеческих чувств, для выражения которых используются слова. Создание условий для осознания, как различные слова могут влиять на настроение человека.

Оргмомент: блокнотики, на доске «Дерево чувств».

Основная часть: ребята, сегодня нам предстоит узнать, насколько много разных чувств и их оттенков может испытывать человек, и как точно можно выразить свои чувства в словах. А слова - это рассказы, повести, стихи...

Давайте послушаем стихи.

Ведущий читает стихи о природе Пушкина «Зимняя дорога», Хармс «Весёлый старичок», И.Шевчук «С горки» (приложение 2).

Какое стихотворение вызывает весёлые чувства? А грустные? Какие слова вам запомнились из этих стихотворений? Как менялось ваше настроение, когда вы их слышали?

Да, действительно, слова могут сильно влиять на настроение человека.

На доске прикреплены карточки с различными словами (приложение 6). Дети выходят по очереди к доске, открывают одну карточку и размещают в той зоне, которая соответствует воздействию данного слова на чувства человека («слова, которые радуют», «слова, которые настраивают на общение», «слова, которые печалят» и т.д.)

Упражнение «Клубочек» (материал – клубок шерсти):

Ребята, сейчас мы попробуем поднять друг другу настроение при помощи слов.

Давайте сядем в круг и скажем друг другу добрые слова.

Сейчас первый участник обмотает вокруг пальцев нитку, и скажет добрые слова в адрес любого участника. Начать лучше так: «Мне нравится, что ты...» (либо просто хорошие слова). После добрых слов клубочек с нитками нужно передать тому, кому ты сказал добрые слова.

Дети благодарят друг друга. По желанию дети говорят, как изменилось их настроение после услышанных слов.

Дети получают открытку из бумаги в форме сердечка и вспоминают, какие слова их особенно радуют и поддерживают, после чего записывают их на открытке. Эти открытки могут быть прикреплены на «дерево чувств».

Заключительная часть, рефлексия:

На последней ветке «дерева чувств» появляется надпись «слово». На ветку наклеиваются открытки в виде сердечек с написанными на них словами.

Домашнее задание: принести напечатанный отрывок из произведения, читая который поднимается ваше настроение, вы вспоминаете что-то очень хорошее (для выполнения этого задания необходима помощь педагогов класса).

Занятие 12. «Слово и чувство»

Цель: Закрепить первоначальные представления детей о многообразии человеческих чувств, для выражения которых используются слова. Предоставления образцов словесного выражения чувств.

Материалы к уроку: отрывки из детских мультфильмов, фильмов и спектаклей.

Оргмомент: блокнотики, на доске «Дерево чувств».

Приветствие. Ребята, откройте свои блокнотики на новой странице и при помощи слова или нескольких слов выразите своё настроение сейчас в начале урока.

Дети пишут, рассказывают о своём настроении.

Основная часть:

Давайте посмотрим несколько отрывков из фильмов и мультфильмов. Ребята, вам нужно внимательно следить и запоминать, какие слова употребляют герои, когда

- сердятся
- грустят
- радуются
- удивляются

Дети смотрят видеоматериал – сначала отрывки по теме гнева, затем радости, грусти, удивления.

Ребята, какие слова употребляли герои фильмов? Смогли ли они рассказать о чувстве гнева, грусти так, что их собеседнику не было обидно?

Обсуждение с детьми их выбора.

Дети, теперь я вам буду называть чувство, а вы говорите мне, какие слова вы могли бы сказать, если бы испытывали такое чувство.

Обсуждение: Легко ли понять по словам, какие чувства испытывает человек? Легко ли самому сказать о своих чувствах? Как попросить о помощи другого человека? Какие слова помогут выразить ваше сочувствие другому человеку? Как сказать о своих чувствах так, чтобы другой человек тебя понял и не обиделся?

Заключительная часть, рефлексия:

Дети показывают домашние задания.

Занятия 13. «Творческая мастерская»

Цель: обобщение полученных на занятиях знаний, заключительная диагностика.

Материалы к уроку: пластилин, краски, фольга, художественные мелки, бумага, музыкальные отрывки, музыкальные инструменты.

Вступление:

Приветствие. На доске «дерево чувств».

Ребята, сегодня заключительное занятие нашего курса. Мы создали «дерево чувств», много играли, выполняли разные творческие работы. А что запомнилось больше всего вам?

Дети отвечают. Обсуждение.

Основная часть:

Итак, сегодня каждый из вас может побыть художником, писателем, скульптором, музыкантом. Для начала вспомните какое-нибудь хорошее событие из недавнего прошлого, это может быть поездка, праздник, классное мероприятия или что-нибудь другое. (Дети по очереди называют данное событие). Вспомните детали этого события, что делали люди вокруг вас, как чувствовали вы себя в тот момент, какие чувства вы переживаете сейчас, вспоминая это событие. Перед вами на столе лежат различные материалы. Попробуйте использовать любые из них, чтобы рассказать нам о своих чувствах при помощи рисунка, скульптуры из пластилина, фольги или просто слов, возможно, вы захотите использовать все возможности одновременно, вам решать. Вы можете подойти ко мне и подобрать музыкальный отрывок для своей работы. После того, как закончат свои работы все дети, каждый из вас по очереди получит возможность представить своё произведение.

Дети работают. Затем представление работ детей.

Заключительная часть

Фотографирование со своими работами. В конце занятия детям также отдаются их блокнотики.

Список литературы

1. Былкина Н.Д., Люсин Д.В. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе // Вопр.психол. 2000. №5. С. 38-48.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр.соч.Т.2. М.,1982 С.5-361
3. Выготский Л. С. История развития высших психических функции // Собр. соч.: В 6 т. Т. 3. М., 1983. С. 5-328.
4. Гордеева О.В. Развитие языка эмоций у детей // Вопр. психол. 1994. № 6. С. 2636.
5. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. М.,1957
6. Семаго М.М, Семаго Н.Я Диагностико-консультативная деятельность психолога образования, М., 2004
7. Gardner H. Frames of mind. N.Y., 1983
8. Guilford J.P. The nature of human intelligens. N.Y., 1967