Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 10

имени А.К.Канищева станицы Новопокровской

муниципального образования Новопокровский район

Методическая разработка образовательного мероприятия

по программе профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ учащимися «Я принимаю вызов»

по теме:

**«Мир человеческих отношений – мир эмоций»**

**Цель:**

- развитие умения пользоваться языком жестов, мимикой для правильного понимания и передачи эмоций;

- развитие способности сопротивления давлению группы;

- развитие способности понимать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей.

**Задачи:**

- познакомить обучающихся с понятием «Эмоции»;

- развивать у обучающихся умение понимать эмоциональное состояние других людей;

- развивать у обучающихся умение понимать собственные чувства;

снять эмоциональное напряжение обучающихся.

Целевая аудитория: учащиеся 5-х классов

Автор: Рыжова Марина Витальевна

Должность: педагог-психолог

ст. Новопокровская

**Конспект занятия для учащихся 5 классов по теме**

**«Мир человеческих отношений – мир эмоций»**

**в рамках программы профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ учащимися «Я принимаю вызов»**

**Цели занятия:**

* развитие умения пользоваться языком жестов, мимикой для правильного понимания и передачи эмоций;
* развитие способности сопротивления давлению группы;
* развитие способности понимать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей.

**Задачи:**

* познакомить обучающихся с понятием «Эмоции»;
* развивать у обучающихся умение понимать эмоциональное состояние других людей;
* развивать у обучающихся умение понимать собственные чувства;
* снять эмоциональное напряжение обучающихся.

**Реквизит:**

* Маркеры, карандаши, фломастеры.
* Карточки игры «Эмоции»
* Магнитная кукла (эмоциональный тренажер)
* Плакаты с изображение смайлов «Радость», «Грусть», «Нейтралитет»

**Ход занятия**

**1.  Приветствие. Цели занятия.**

Здравствуйте ребята. Сегодня мы с вами поздороваемся не как всегда словами, а с помощью мимики. Давайте улыбнемся соседу справа, соседу слева, мне и всем одновременно. Здорово! Что вы почувствовали, когда улыбались? А когда улыбнулись вам? (*ответы детей*)

Ребята, посмотрите на доску. Что на ней написано? (Мир человеческих отношений – мир эмоций). Именно. Это тема нашего сегодняшнего занятия. Мы постараемся узнать, что такое эмоции, какими они бывают, научимся их видеть у других людей и чувствовать у себя, и попытаемся найти способы управления эмоциями.

**2. Теоретическая часть.**

Но для начала я хочу познакомить вас со своим помощником (магнитная кукла-снеговик) – это снеговик Олоф, самый эмоциональный сказочный персонаж. Обратите внимание на его лицо*(радость).*Примерьте на себя это выражение лица и почувствуйте, о чем оно говорит? (ему радостно,весело). Когда у вас бывает такое выражение лица? (ответы детей). Правильно, когда происходит что-то хорошее, веселое.

*Меняем выражение (страх).*

А когда у нас бывает такое выражение лица? Примеряем и его (когда страшно или неприятно). О чем оно говорит? (ему плохо, он боится). У вас бывает такое лицо? Когда? (ответы детей).

*Меняем выражение (злость).*

А теперь примерьте вот это выражение. Когда у нас бывает такое лицо? (когда злимся, сердимся или чем-то недовольны). О чем говорит такое выражение? (что человеку что-то не нравится, он зол). У вас бывает такое лицо? Когда? (ответы детей).

Итак, ребята, мы назвали такие понятия, как радость, страх, злость. Так мы выражаем наше отношение и чувство к тому, что происходит вокруг нас или внутри нас. А эти чувства и называются эмоциями. Т.е. эмоции – это выражение нашего отношения, наших чувств к происходящему.

Как вы определили, что Олофф радуется, злится или ему страшно? По каким признакам?Какие части лица у нас самые «говорящие»?

* глаза (Как именно они вам рассказали о чувствах Олофа?)
* рот, губы
* брови

*Ответы детей*

Умение выражать свои чувства и эмоции движением мышц лица (в том числе глазами, бровями, ртом, лбом) – называется мимика. Она помогает нам выразить свои эмоциии распознать эмоции других людей без слов.

**3. Практическая часть.**

А теперь давайте узнаем, насколько вы владеете умением выражать эмоции мимикой.

***Упражнение «Расскажи лицом».***

Группа делится на две команды. Выбирается по одному игроку от команды.

Игрок получает карточки с названием эмоций. Он должен без слов изобразить мимикой заданную эмоцию так, чтобы его команда догадалась, о чем идет речь. Выигрывает та команда, которая отгадала большее число карточек за единицу времени (обычно 1 минута). Игра продолжается до 3 побед.

А теперь наоборот.

***Упражнение «Пойми меня».***

Группа получает карточку с изображением эмоции и словами объясняет выбранному игроку то, что нужно изобразить, не называя эмоции и однокоренных слов. Выигрывает та команда, игрок которой быстрее изобразит то выражение лица, которое было загадано (временное ограничение 2 минуты). Игрок меняется. Игра идет до трех побед.

А теперь сложное задание. Мне нужен самый стойкий, самый смелый, тот, кто сможет отстоять свое мнение несмотря ни на что. *Выбирается участник.*

***Упражнение «Мнение большинства».***

*Участник располагается напротив группы. Ведущий достает и показывает цветную двустороннюю карточку так, чтобы группа видела один цвет (белый), а участник другой (черный) и каждый был уверен в своей правоте. Для создания интриги можно предварительно отдельно вполголоса поговорить с каждой стороной.*

Задание: сейчас вы видите цветную карточку. Какого она цвета? *(ответы детей).* Интересно получается, видимо, кто-то неправ или хитрит. *З*адача группы – за 2 минуты убедить противоположную сторону в том, что ваше мнение верное. Есть правила: говорить нужно спокойно, не переходя на крик и оскорбления; не перемещаться по кабинету; можно приводить доводы и аргументы, уговаривать, угрожать, подкупать. Задача участника – в течение 2 минут слушать группу и определиться, какой цвет он видит.

***Вопросы для обсуждения.***

*Для участника:* какой цвет ты видел сначала? Какой потом? Какие эмоции испытывал во время игры? Что думал? Трудно ли было сопротивляться группе? Верил, что группа видит другой цвет?

*Для группы:* какой цвет видели? Верили, что участник видит другой цвет? Что участник чувствовал по вашему мнению? Как это отражалось на его лице?

*Итог упражнения.* Вы все молодцы, хорошо справлялись со своей задачей. Вопрос для всех: чему может научить это упражнение? Полезно ли иметь такие навыки в жизни? *Ответы детей.*

**4. Рефлексия.**

Давайте подведем итог нашего занятия. Что вы узнали нового? Что было интереснее всего? *Ответы детей*.

Вы видите на доске три смайлика – это тоже эмоции. Встаньте возле того смайлика, который отражает именно сейчас ваше эмоциональное состояние.

*Если есть отрицательное или нейтральное отношение, уточнить почему?*

Спасибо всем вам за такой увлекательный урок, мне было очень приятно с вами общаться. Давайте поаплодируем себе! До новых встреч.