

Коррекционно-развивающее занятие для детей младшего школьного возраста "Как управлять своими эмоциями"

Пояснительная записка

Предлагаемый сценарий открытого занятия является составной частью программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста « Мой мир эмоций».

Комплекс занятий был составлен с целью развития у детей эмоций, выразительности движений и речи. Также в процессе реализации программы формируются коммуникативные навыки; воображение и мимические движения, групповая сплоченность. Дети учатся не подавлять свои эмоции, а переводить их в другое русло, учатся преобразовывать их из отрицательных в положительные, управлять ими, контролировать их.

Программа рассчитана на детей 5-7 лет. Занятия проводятся один раз в неделю, включают в себя подвижные и сюжетно-ролевые игры, инсценирование, беседы, анализ жизненных ситуаций, изобразительная деятельность

Продолжительность занятий 40 минут. Оптимальное количество детей в группе -10-12 человек.

Цель программы: развитие эмоциональной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Задачи:

- Продолжать закреплять знания об эмоциях радости, горя, гнева, страха и удивления.
- Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое.
- Учить передавать заданные эмоциональные состояния, используя различные выразительные средства.
- Создать в группе доверительную обстановку.
- Развитие воображения, выразительности движений, передающих эмоциональные переживания радости, грусти, гнева, удивления.

Методическое обеспечение:

- Картинки с изображением цветных узоров, цветowych пятен.
- Картинки с изображением улыбающихся и грустных облаков.
- Цветные карандаши.
- CD-диск с релаксационной музыкой.
- Мешочек из ткани.

Ход занятия.

Этапы занятия	Деятельность учителя	Деятельность детей
Организационный этап. Упражнение «Подари улыбку».	Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть. Давайте вспомним наш	Участники образуют круг, берутся за руки, дарят

	волшебный ритуал: возьмемся все за руки и подарим друг другу самую нежную и теплую улыбку!	улыбку и высказывают свои пожелания друг другу.
Основной этап. Беседа. Обращение к опыту детей. Актуализация знаний. Повторение пройденного.	Ребята, как вы понимаете слово «эмоции»? Когда возникают эмоции? Какие вы знаете эмоции? А для чего нам нужны эмоции? Верно, эмоции - это наши переживания в различных жизненных ситуациях. Эмоции бывают положительные и отрицательные. Эмоциональный опыт человека обогащается в течение жизни. Эмоции очень важны в человеческом общении. Но своими эмоциями нужно уметь управлять. Сегодня мы поговорим об уже знакомых вам эмоциях, научимся управлять своими эмоциями. И научимся дарить друг другу положительные эмоции.	Дети отвечают на вопросы.
Упражнение «Тренируем эмоции». Цель: развитие воображения, мимики и пантомимики [4].	<p>А сейчас мы с вами будем учиться тренировать эмоции. Я буду вам давать задания, а вы его выполнять.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нахмурьтесь, как осенняя грозовая туча; как рассерженный человек; как злая волшебница. • Улыбнитесь, как кот на солнце; как самый счастливый человек на свете; 	Дети выполняют упражнение.

	<p>как летний солнечный денек.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Удивитесь так, как будто вы увидели чудо. • Разозлитесь, как ребенок, у которого отняли любимую игрушку. • Испугайтесь, как заяц, увидевший волка; как котенок, на которого лает собака. • Устаньте, как папа после работы; как человек, поднявший тяжелый груз; как муравей, притащивший большую соломинку. • Отдохните, как путник, прошедший длинный путь; как человек, который много потрудился. • Засмейтесь самым счастливым смехом. 	
<p>Игра «Волшебные картинки». Детям предлагаются картинки с изображением цветных узоров, цветowych пятен.</p> <p>Цель: развитие творческого мышления, воображения, наблюдательности, выразительности речи (выражение эмоций в интонации, тембре, ритме голоса).</p> <p><u>Рисунок1,Рисунок2.</u></p>	<p>Сейчас вы выберете себе по «волшебной» картинке. Вы должны будете придумать рассказ по этой картинке. Расскажите, что вы видите на этой картинке? Какие эмоции она у вас вызывает? Что вы себе представляете, глядя на картинку?</p> <p>Я начну свой рассказ</p>	<p>Каждый ребенок придумывает свой рассказ по « волшебной» картинке.</p>

	<p>первая: « Глядя на эту картинку, я представляю себе солнечное лето, цветочную полянку. Вот откуда-то прилетела пчелка и села на ромашку. Вот в хороводе закружились прекрасные бабочки. Ярко светит солнышко. И всем очень радостно!»</p>	
<p>Чтение стихотворения Н. Екимовой «Облака».</p>	<p>А теперь давайте вспомним нашу любимую игру, которая называется «Облака». Я буду читать вам стихотворение, а вы будете изображать облака.</p> <p>По небу плыли облака, А я на них смотрел. И два похожих облака Найти я захотел. Я долго всматривался ввысь И даже щурил глаз, А что увидел я, то вам Все расскажу сейчас. Вот облачко веселое Смеется надо мной: -Зачем ты щуришь глазки так? Какой же ты смешной! Я тоже посмеялся с ним: -Мне весело с тобой! И долго-долго облачку Махал я вслед рукой. А вот другое облачко Расстроилось всерьез: Его от мамы ветерок Вдруг далеко унес. И каплями-дождинками Расплакалось оно... И стало грустно-грустно так, А вовсе не смешно. И вдруг по небу грозное Страшилище летит</p>	<p>Учитель читает стихотворение, а дети изображают облака в соответствии с содержанием текста.</p> <p>Веселое, грустное, сердитое, удивленное.</p>

<p>Беседа.</p>	<p>И кулаком громадным Сердито мне грозит. Ох, испугался я, друзья, Но ветер мне помог: Так дунул, что страшилище Пустилось наутек. А маленькое облачко Над озером плывет, И удивленно облачко Приоткрывает рот: -Ой, кто там в глади озера Приоткрывает рот : -Ой, кто там в глади озера Пушистый такой, Такой мохнатый, мягенький? Летим, летим со мной! Так очень долго я играл И вам хочу сказать, Что два похожих облачка Не смог я отыскать.</p> <p>Какие облака вы увидели? Какое облако вам показалось красивее всех остальных? А безобразнее всех? Какое облако было изобразить труднее всего?</p>	<p>Ответы детей</p>
<p>Упражнение «Какое у меня настроение?». <u>Рисунок3,Рисунок4,Рисунок5,Рисунок6.</u></p> <p>Обращение к опыту детей.</p> <p>Организация выставки.</p>	<p>Сейчас я вам раздам картинки. Я их нарисовала, но не успела разукрасить. Посмотрите на облака. У них разное настроение. Раскрасьте облачко, у которого такое же настроение, как у тебя.</p> <p>А по каким признакам вы определили, что</p>	<p>Дети раскрашивают картинки с изображением облаков.</p>

	<p>одни облака веселые, а другие грустные.</p> <p>Молодцы! Сейчас вы соберете свои рисунки и после занятия поможете мне организовать выставку работ.</p>	
<p>Упражнение «Тух-тиби-дух». Цель: научить ребенка снимать негативное напряжение и восстанавливать силы.</p> <p>Упражнение «Волшебный мешочек с обидами» Цель: научить ребенка справляться с отрицательными эмоциями, не подавляя их, направлять в новое, рациональное русло.</p>	<p>На каждом занятии я вам открываю секреты. Вот и сегодня я вам по секрету сообщу особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарования. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды сердито-пресердито произнесите волшебное слово «Тух-тиби-дух». Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.</p> <p>Ребята, у меня есть мешочек, но этот мешочек не простой, а волшебный. Все свои обиды, злость, плохое настроение можно положить в него. Затем нужно мешочек крепко завязать, и все ваши отрицательные эмоции</p>	<p>Дети выполняют упражнение. В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя следует произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться. Дети выполняют упражнение.</p> <p>Дети выполняют упражнение.</p>

	останутся в нем. Давайте попробуем.	
<p>Релаксационное упражнение «Облака»</p> <p>Обращение к опыту детей.</p>	<p>Представьте себе теплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие мимо облака - такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг все тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом вы медленно начинаете подниматься в воздух, все выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки легкие, мягкие, ваши ножки легкие-легкие, все ваше тело становится легким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку в небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако. Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на поляну, улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счет «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке?</p> <p>Я думаю, что у каждого из вас есть свой секрет, как поднять себе настроение, избавиться от гнева. Расскажите, что вы делаете, если вам грустно? А если вы</p>	<p>Дети выполняют упражнение.</p> <p>Дети раскрывают свои «секреты»</p>

	<p>злитесь? А если вы на кого-то обижены? Как вы поступите? А если вы кого-то обидите? Дети, а если у вас хорошее настроение, хочется ли вам поделиться своей радостью, улыбкой с другими людьми? Как вы это делаете?</p>	
<p>Заключительный этап. Рефлексия. Подведение итогов.</p>	<p>Ребята, что нового вы сегодня узнали? Чему научились? А сейчас давайте возьмемся за руки, улыбнемся друг другу и пожелаем всего хорошего! Пусть у вас всегда будут хорошее настроение, и только положительные эмоции!</p>	<p>Ответы детей.</p>

Литература:

- 1.Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. Ярославль: Академия развития, 2001.-160с.: ил.
2. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. –АРКТИ, 2003.- 48.
3. Смирнова Т. П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей.- Ростов н/Д: «Феникс», 2004.-160с.
4. Филлипова Ю.В. Общение. Дети 7-10 лет.- Ярославль: Академия развития, 2002.-144.: ил.

Рис.1



Рис.2

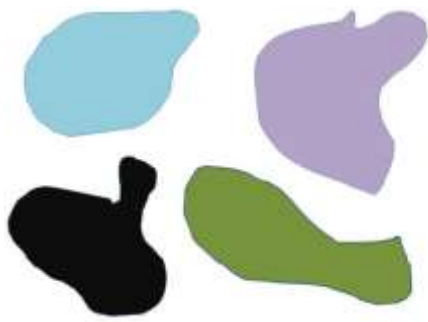


Рис.3

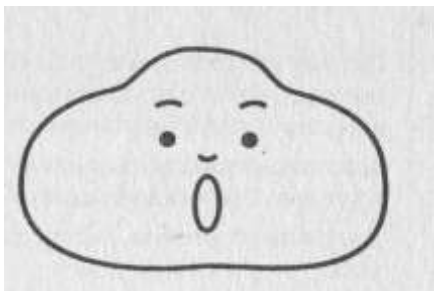


Рис.4



Рис.5



Рис.6

