

Тема: Kaleidoscope эмоций

Введение:

- **Актуальность:** развивающее-коррекционная работа эмоциональной сферы у детей с умственной отсталостью одно из ключевых и важных моментов в работе психолога. Работа в этой сфере важна не только для их дальнейшей адаптации в обществе ребенка, но и для участия в школьной жизни, для общения в классе, построения межличностных отношений.

- **Целевая аудитория:** обучающиеся 4 класса с легкой умственной отсталостью.

- **Цель:** расширение знаний об эмоциях человека, развитие способности понимать своё эмоциональное состояние и других людей, повышение эмоциональной зрелости в целом.

- Задачи:

-коррекционно-образовательные: закрепить представления об настроениях человека и эмоциях, которые проявляет человек; формировать умение через рисунок передавать свои эмоции; научить распознавать свои эмоции,

-коррекционно-развивающие: развивать навыки экологичного проявления своих эмоциональных реакций, развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека; стимулировать активизацию воображения и сопровождающих его положительных эмоций; развивать коммуникативные навыки.

-коррекционно-воспитательные: научить понимать состояние другого человека, совершенствовать навыки эмоционально – положительного взгляда на мир, на отношения между людьми; вырабатывать навыки совместной деятельности.

Для реализации данной практики использованы:

- формы работы: групповые и индивидуальные;

- методы: наглядные, словесные, практические;

-приемы: приветствие, беседа, упражнения на снятие мышечных зажимов, самоанализ.

- **Новизна:** использование комплекса коррекционно-развивающих упражнений для развития эмоциональной сферы у детей с умственной отсталостью.

Содержание:

1. Ритуал начала занятия

Цель: создание положительного эмоционального фона

Здравствуй, ребята. Я очень рада вас видеть, а вы?

Повернитесь друг к другу и выражением лица покажите, что вы рады встрече.

А теперь покажите свою радость интонацией.

А с помощью движений, мы можем выразить свою радость?

Давайте покажем соседу по парте, что мы рады видеть его.

2. Мотивация учебной деятельности

Посмотрите на карточки со смайликами



Что вы можете видеть на этих картинках.

Вы их используете? Где вы можете ими пользоваться?

Для чего их используют?

Правильно, они передают эмоции.

В жизни мы так же реагируем на все события эмоционально.

Вы сегодня познакомитесь с эмоциями и их разновидностью.

3. Актуализация знаний

(Используя индивидуальную форму работы, выявляю осведомленность обучающихся о разнообразии эмоций)

Давайте перечислим, какие бывают эмоции.

Разделим все эмоции на 3 группы: положительные (позитив), отрицательные (негатив) и нейтральные.

Карточки, которые лежат у вас на столе предлагаю, поделить на три группы.


Положительные эмоции	Отрицательные эмоции	Нейтральные эмоции
Радость	Печаль	Любопытство
Восторг	Гнев	Изумление
Восхищение	Страдание	Безразличие
Наслаждение	Отвращение	Удивление
Симпатия	Страх	
	Скука	

Когда мы перечисляли эмоции, то каждый называл такую эмоцию, с которой уже знаком. И такой набор эмоций у каждого свой.

Без эмоций жизнь невозможна, это понимает каждый человек. Все события, разговоры, звуки, картины – все это вызывает определенный набор эмоций.

4. Применение знаний и умений.

Перед вами «Эмоциональный градусник»



	Утро	День	Вечер
Мне радостно, я счастлив			
Мне хорошо			

Предлагаю составить эмоциональный портрет вашего вчерашнего дня. Для этого оцените события дня с момента когда вы проснулись. Поставьте отметку вашего состояния утром, днем и вечером.

Например, утром:

- Вы проснулись и чувствовали, что ...
- Вы завтракали или одевались в школу и чувствовали ...
- Днём в школе ваше настроение было

Закончите анализировать своё эмоциональное самочувствия ДНЕМ и ВЕЧЕРОМ. Для выполнения данной работы отводится 5-7 минут.

Давайте построим график своих эмоций:

Проанализируйте свои графики. Часто ли менялось настроение в течении дня?

Как отличается ли настроение вначале дня и в конце дня? Почему?

Подумайте, что могло повлиять на настроение? Что можно сделать, чтобы улучшить настроение?

Динамическая пауза

Внимание на доску, выполняем танцевальную физ.минутку

<https://www.youtube.com/watch?v=MryUyShgmps>

5. Рассматриваем фотографии детей.

(Применение наглядных методов в групповой форме работы помогают детям определить эмоцию)

- Обсуждаем эмоции которые изображены на фотографиях.
- Показываем, как на картинке, эмоции друг другу, сравниваем у кого лучше получилось (работа детей в парах)
- Рисуем эмоции на карточках (мальчикам изображения мальчика, девочкам – изображение девочки).

6. Ребята, сейчас я предлагаю вам вместе собрать «Человека-настроения» из конструктора (дети выполняют задание).

Какие замечательные человечки у вас получились!

7. В начале урока вы распределяли эмоции по группам, давайте повторим это упражнение.

Разделим все эмоции на 3 группы: положительные (позитив), отрицательные (негатив) и нейтральные.

Карточки, которые лежат у вас на столе, предлагаю снова поделить на три

группы.

Положительные эмоции	Отрицательные эмоции	Нейтральные эмоции
Радость Восторг Восхищение Наслаждение Симпатия	Печаль Гнев Страдание Отвращение Страх Скука	Любопытство Изумление Безразличие Удивление

8. Обобщение и систематизация знаний.

Как вы думаете, ребята, возможно ли регулировать свои эмоциональные проявления злости, обиды. и т.п.?

9. Давайте сейчас вместе поиграем в игру которая называется “**Ругаемся овощами** (либо названиями животных)” по выбору детей (дети играют в парах).

10. Игра-упражнение “Кричим громко в мешочек злости” (работа в парах)

Что вы чувствовали, когда выполняли это упражнение? Что чувствуете после выполненного упражнения? У всех ли получилось избавиться от злости?

11. Рефлексия.

Ребята, у нас на доске изображен большой эмоциональный термометр.

Вам необходимо оценить свое эмоциональное состояние на данный момент и объясните свой выбор.

Выберите смайлик-магнит, который соответствует вашему эмоциональному состоянию в данный момент и приклейте его на наш большой эмоциональный термометр.

III .Результаты апробации практики:

- Описание опыта применения практики:

Данная практика позволяет оценить осведомленность детей о спектре эмоций, знакомит с приемами экологичного проявления негативных эмоций.

-Подтверждение выводов

Проведенный мониторинг осведомленности детей о видах эмоций проводился индивидуально. В результате, которого выявила, что 1 ребенок справился без ошибок, 3 допустили 2-3 ошибки, 2 ученика допустили более 3 ошибок.



В конце занятия результаты были следующими: 3 ребенка справились без ошибок, 3 допустили 2-3 ошибки.



По диаграмме видно, что данная практика положительно влияет на осведомленность детей о спектре эмоций.

IV. Ресурсы, необходимые для реализации практики: ноутбук, проектор, пиктограммы с эмоциями «радость», «злость» в конвертах, зеркала, конструктор «Лего», цветные карандаши, карточки с шаблонами лиц мальчика и девочки, смайлики-магниты, музыкальное сопровождение для игровых ситуаций.