**Эмоции человека: злость и обида**

***Цель:*** Формирование у обучающихся подросткового возраста умения управлять своими негативными эмоциями путём включения в проектирование правил оптимального взаимодействия.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Этап занятия, его цель*** | ***Действия педагога*** | ***Дидактический материал*** | ***Действия учащихся*** | ***Формируемые на данном этапе УУД*** |
| ***1. Организационный момент.*****Цель:**Включение обучающихся в продуктивную деятельность. Выделение содержательной области.           | Здравствуйте, ребята. Мне очень приятно видеть всех вас на нашем очередном классном часе. Я рада, что вы все здоровы, в хорошем расположении духа и готовы продуктивно поработать на нашем занятии. | Компьютерная презентация, слайд № 1. *(на слайде фотографии людей, выражающих разные эмоции)* |   | **Регулятивные:**Волевая*саморегуляция.* **Личностные:**Действие смыслообразования. **Познавательные:**Умение целенаправленно воспринимать информацию, анализировать ее, делать на ее основе выводы. **Коммуникативные:**Планирование учебного сотрудничества с учителем и со сверстниками.                   |
| Взгляните, пожалуйста, на экран. Что вы видите? Как вы думаете, о чём пойдёт речь на нашем занятии? *(педагог поддерживает и подбадривает высказывания учащихся, дополняет их ответы, не выделяя слова «злость» и «обида»)* | Дети предлагают разные варианты ответа *(гнев, радость, удивление, злость, презрение,****эмоции****)* |
| Посмотрите внимательно на слайд и скажите, какое слово не было вами названо?*(Или – какое слово было главным)* | Компьютерная презентация, слайд № 2.*(множество вариантов эмоциональных проявлений, среди которых крупно выделено слово «Эмоции»)* | Учащиеся отвечают –*(слово «эмоции»)* |
| Что означает слово «эмоция»? Как вы думаете?    |       | Ученики высказывают свою точку зрения*(отражение отношения человека к какому-либо явлению, переживание какой-то ситуации, реакция на «поступок»)*  |
| Однако нас сегодня будут интересовать не все эмоциональные проявления, а только 2 из них.  Какие, как вы думаете?   | Компьютерная презентация, слайд № 3.*(*На экране появляются высказывания великих людей о злости и обиде).Затем появляются пояснения к высказываниям. | Дети предлагают разные варианты ответа *(гнев, злость, грусть, печаль)*  Ученики окончательно определяются -*(злость и обида)* |
| Попробуйте дать название нашему классному часу.*(Учитель поощряет предложения детей.)* |   Компьютерная презентация, слайд № 4.Тема: ***«Эмоции человека: злость и обида».*** | Дети предлагают различные варианты. |
| ***2. Актуализация знаний.*****Цель:**Актуализация знаний и расширение представлений о понятиях «злость» и «обида» как о эмоциональных и личностных проявлениях.  | Как бы вы хотели сегодня поработать? К какому результату вы хотели бы прийти?     Каким образом (как) мы можем узнать (получить информацию) об этих понятиях? Итак, попробуйте найти эти определения и записать их на предложенных вам листах бумаги. | Компьютерная презентация, слайд № 5.*1) узнать об этих эмоциях побольше и научиться их распознавать;**2) научиться их контролировать и не провоцировать;**3) научиться эффективным способам реагирования.* На столах – словари и справочники.*(Можно воспользоваться сетью Internet)*   | Ответы детей.      Дети, работая в группах, записывают определения, а затем вывешивают их на доску. | **Регулятивные:**Контроль, коррекция, прогнозирование (при анализе пробного действия перед его выполнением) **Познавательные:**Умение адекватно  оценивать отличительные особенности поведения, личности. **Коммуникативные:**Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами.  |
| Каждая группа представила свои результаты. Они получены из разных источников. Какой общий вывод вы можете сделать? | *Обучающиеся анализируют свою работу.* |
| ***3. Постановка проблемы*****Цели:** Воспитание умения распознавать и понимать свои чувства, чувства окружающих людей.Формирование потребности в выработке и последующем соблюдении правил оптимального взаимодействия с людьми, провоцирующими на проявление злости и обиды. | Как вы думаете, почему мы обсуждаем эти разные эмоциональные проявления на одном занятии? *(Потому что на один и тот же «раздражитель» разные люди реагируют по-разному: кто-то злится, а кто-то обижается).*А способны ли вы распознавать эмоцию «злость» и эмоцию «обида»? Как это проверить? Могут ли помочь в этом картинки на вашем столе? Как? |   Компьютерная презентация, слайд № 6. (Заставка – разные эмоциональные проявления)   | Ученики высказывают свою точку зрения.  *(Нам нужно отобрать картинки с нужными эмоциями)*Дети отбирают картинки  и вывешивают на доску по группам. | **Регулятивные:**Целеполагание как постановка учебной задачи, планирование дальнейшей работы, прогнозирование результатов*.***Познавательные:**Умение целенаправленно воспринимать информацию из СМИ, анализировать ее, делать на ее основе выводы.**Коммуникативные:**Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами.**Личностные:**Умение адекватно  оценивать собственное состояние (настроение, самочувствие и т.п.) |
|  Мы уже говорили о том, что на один и тот же «раздражитель» разные люди реагируют по-разному: кто-то злится, а кто-то обижается. Что может являться этим «раздражителем»? Какой человеческий поступок? | Дети предполагают:*грубость, унижение, оскорбление, хамство.* |
| А как вы обычно реагируете на оскорбление или унижение? И как вы чувствуете себя после этого?*При обсуждении данных вопросов педагог с помощью наводящих вопросов должен подвести учащихся к выводу о том, что в таких случаях большинство учащихся чувствует себя некомфортно, неуютно, незащищенными, ухудшается физическое состояние.* | Учащиеся высказываются, отдельные ребята озвучивают свое внутренне состояние.*(Иногда агрессивно, иногда обижаюсь и плачу)* |
| ***4. «Открытие» учащимися нового знания*****Цель:**Создание условий для установления детьми взаимосвязи между нарушением основных правил человеческого общения одним человеком и возникновением негативных чувств у другого человека. | Для того, чтобы этого не происходило, мы должны научиться правильно реагировать на грубость. А наша правильная реакция – это и есть контроль над ответной негативной реакцией.*Детям предлагается разыграть стандартные ситуации со стандартными ответами. Вызываются 6 человек.* Прокомментируйте ситуации.Как вы считаете, была ли достойной наша ответная реакция? Смог ли хам спровоцировать нас на грубый ответ? Мы опустились до его уровня? | Компьютерная презентация, слайд № 7.(Упражнение «Обратная связь»)  | Учащиеся разыгрывают ситуации, предложенные учителем.    Дети отвечают.*(Нет, мы смогли обезоружить его спокойным, вежливым поведением).* | **Познавательные:**Умение анализировать информацию, делать на её основе выводы.Умение устанавливать причинно – следственные связи.**Коммуникативные:**Инициативное сотрудничество со сверстниками, управление поведением партнёра, умение выражать свои мысли. |
| ***5. Первичное закрепление*****Цель:**Развитие умения представлять результат групповой работы, защищать, аргументировать свою точку зрения. | А теперь, поработав в группах, попробуйте придумать «стандартный ответ» на свою ситуацию.   | Компьютерная презентация, слайд № 8.Учащимся на каждую подгруппу выдаются ситуации, происходящие в повседневной жизни.   | Дети придумывают «стандартный ответ» в группе и озвучивают его.     | **Коммуникативные:**Умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении вопроса.Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами.  |
| ***6. Повторение и построение проекта выхода из затруднения*****Цели:**Формирование умения адекватно и эффективно реагировать на вызывающие злость или обиду поступки.Развитие умения представлять результат групповой работы, защищать, аргументировать свою точку зрения. | Мы с вами поработали над реакцией на неприятный поступок. А как поступить, если собственная обида или злость раздирает вас на части? Как усмирить эти негативные эмоции? Как научиться их контролировать?Посмотрите, пожалуйста, небольшой видеоролик.Как бы вы прокомментировали увиденное? Во власти какой эмоции был герой данного видеосюжета? Способен ли был он адекватно воспринимать происходящее вокруг него? Кто пострадал в результате?    | Компьютерная презентация, слайд № 9.*(Фрагмент из тележурнала «Ералаш»)*         | Дети комментируют увиденное. Отвечают на вопросы. *(Во власти злости, не способен, пострадал сам мальчик).*    | **Регулятивные:**Волевая саморегуляция.**Коммуникативные:**Умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении вопроса.Умение представлять результат групповой работы, защищать, аргументировать свою точку зрения.Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами. |
| Можете ли вы  предложить своим одноклассникам способы борьбы  над вашими личными негативными эмоциями?  | Компьютерная презентация, слайд № 10.Учащимся на каждую подгруппу выдаются формы для заполнения «Как справляться с обидой и злостью», ручки | Учащиеся в группах разрабатывают способы борьбы со злостью и обидой.  |
|  | .     |  *(Школьники говорят, что негативные эмоции необходимо контролировать ежедневно и ежеминутно, в обратном случае у одноклассников будут возникать негативные чувства и переживания).* |
| ***7. Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону.*****Цель:**Самооценка и самоконтроль. Создание ситуации успеха («я справился»). | Давайте посмотрим, насколько полно и правильно вы усвоили то, о чём мы сегодня говорили. Я предлагаю вам выполнить тест. Он состоит из 3 вопросов. После его выполнения вы сами себя проверите. | Компьютерная презентация, слайд  № 11, 12.*(На слайдах – тест, самопроверка)*         | *Учащиеся выполняют тест, состоящий из 3-х вопросов и самостоятельно проверяют его.* | **Регулятивные:**Контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном; коррекция; оценка – оценивание качества и уровня усвоения; коррекция.**Познавательные:**Умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание. |
| ***8. Подведение итогов, рефлексия*****Цель:**Формирование умений осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результата деятельности. | Не хотите ли вы поделиться случаем из своей жизни который вызвал у вас те эмоции, о которых мы сегодня говорили?  | Компьютерная презентация, слайд № 13. (*Машина времени)*).  | Дети делятся случаями из жизни.  | **Регулятивные:**Выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание уровня и качества усвоения.**Познавательные:**Умение целенаправленно воспринимать информацию, анализировать ее, делать на ее основе выводы.**Коммуникативные:**Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами.  |
|  В начале занятия мы хотели получить определённый результат. Что нам удалость сделать из задуманного? *В обсуждении педагог с помощью наводящих вопросов должен подвести учащихся к мысли о том, что контроль своих негативных эмоций  – это нелегкий (особенно на первых этапах), кропотливый, ежедневный труд, требующий множества усилий от ребят. Т.к. каждому человеку необходимо будет постоянно сдерживаться, уступать, быть внимательным к чувствам и настроению своего товарища, приходить на помощь (даже если сам уже устал) и т.д.* |  Компьютерная презентация, слайд № 14. (*Возвращаемся к теме и задачам*). |  Ученики высказывают свою точку зрения. |
| А в завершении нашей сегодняшней встречи я предлагаю взять тот смайлик, который соответствует вашему пониманию и усвоению темы сегодняшнего занятия и прикрепить его на доску в соответствующий сектор.*(Далее можно оговорить д/з)*Спасибо за работу на занятии. | Компьютерная презентация, слайд №15.*(Смайлики).* | Учащиеся выходят и прикрепляют смайлики. |