«Положительные эмоции в жизни школьника»

Целевая группа – родители учащихся I класса и учащиеся I класса

Время проведения занятия – 4-я четверть

М.Е.Дунец, педагог-психолог

ГУО «Средняя школа №8 г.Витебска имени А.М. Испенкова»

**Цель:** формирование эмоциональной культуры законных представителей учащихся как составной части психолого-педагогической компетентности.

**Задачи:**

ознакомить родителей (законных представителей) с особенностями эмоциональной сферы младших школьников;

формировать позитивные эмоции обучающихся и родителей в процессе совершенствования их коммуникативных навыков;

способствовать развитию психолого-педагогической компетентности родителей в области эмоциональной сферы.

**Основная часть:**

*Постановка проблемы.*

*Педагог-психолог:*

Эмоциональность – важная особенность внутреннего мира человека. По мнению психологов-ученых, одна из главных. Великий мыслитель Джон Локк, утверждал: «Я чувствую – следовательно, существую».«Видеть и чувствовать – это быть, размышлять – это жить», – писал Вильям Шекспир.

В младшем школьном возрасте у детей формируется не только интеллектуальная основа личности, но и ее главные нравственные качества. Взаимоотношение родителей с ребенком (и другими людьми), их поступки и эмоциональные проявления – важнейший источник формирования таких нравственных качеств, как доброжелательность, сочувствие, взаимопонимание, честность. Эмоциональному воспитанию ребенка нужно уделять внимание не меньше, чем интеллектуальному и нравственному. Важно доносить до детей в доступной форме, что положительные эмоции оказывают на нас оздоровительное влияние, заряжают жизненной энергией, необходимой для преодоления различных проблем. Отрицательные эмоции сигнализируют нам об опасности ситуации, о необходимости предпринять меры для разрешения проблемной ситуации, также, по-своему, берегут нас. Важно уметь настраиваться в жизни на позитивный лад, стимулировать у себя и своих близких положительные эмоции, но также уметь справляться со своими отрицательными переживаниями. Ведь подавлять негативные переживания нельзя: осознание негативных эмоций и умение их адекватно выражать ведет к успешному преодолению затруднений и большему пониманию себя.

Детство является подходящим временем для приобретения полезных привычек и положительных черт характера, которые необходимы в жизни, формирования эмоциональной культуры, в том числе. Наш мир изменчив. Не всегда в нем все безоблачно. Люди иногда не могут понять друг друга, не умеют выслушать собеседника, с трудом разрешают конфликтные ситуации. Давайте, как родители, поможем нашим детям, научим их быть счастливыми в этом мире, несмотря на различные ситуации, возникающие в жизни.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Что же нужно человеку кроме крыши над головой, еды, безопасности?

2. Благодаря чему он может быть счастлив?

3. Бывает ли, что человек обеспечен материальными благами, но счастливым себя не чувствует?

*Обсуждение (дискуссия).*

*Педагог-психолог:*

Человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали, слышали; чтобы он мог реализовать свои возможности и осуществить свою мечту, чувствовать себя нужным.

Ребенок счастлив тогда, когда он окружен вниманием, заботой любящих его людей. При таких условиях в его поведении будут преобладать положительные эмоции, он будет смело идти по жизни. Большое влияние оказывает на ребенка психологическая обстановка, в которой он находится, живет и развивается, эмоциональная атмосфера в семье.

*Вопрос для обсуждения:*

Какие эмоции испытывают наши дети в различных ситуациях?

На экране мультиборда демонстрируется слайд с различными эмоциями *(Приложение 1)*.

*Обсуждение.*

Педагог-психолог знакомит в обобщенном виде с результатами анкетирования детей, выведенными на экран мультиборда (*Приложение 2*).

*Вопрос для обсуждения:*

Как родители могут помочь ребенку выражать различные эмоции?

*Обсуждение.*

*Педагог-психолог:*

У нас сегодня будут разные упражнения, благодаря которым вы, уважаемые родители и дети, сможете вместе поработать в творческой обстановке, оценить значимость положительных эмоций в своей жизни.

*Упражнение «Мы вместе».*

Цель: настроить группу первоклассников и родителей на совместную творческую работу, создать положительный эмоциональный настрой на занятие.

Дети и родители становятся в круг, берутся за руки, улыбаются друг другу.

Затем – общая физкультминутка: впереди становится педагог-психолог, за ним друг за другом родитель со своим ребенком, последним – классный руководитель, и, держа впереди стоящего за талию, передвигаются по классу.

(Звучит аудиозапись «Звуки природы»).

Далее обучающиеся и родители делятся на группы для выполнения следующих заданий и упражнений (педагог-психолог работает с детьми в одной зоне аудитории, классный руководитель работает с родителями в другой зоне).

*Упражнение «Волшебная гусеничка».*

Рисование на прозрачном мольберте (проводит с детьми педагог-психолог).

Цель: научить первоклассников выражать свои чувства, преодолевая робость, страх перед тем, что не получается.

На доске – картинка с рисунком гусеницы (Рисунок 1). На столе расположен прозрачный мольберт, краски, стаканчики, кисточки, салфетки.

*Педагог-психолог:* Ребята! Давайте сейчас подойдем к доске, рассмотрим гусеничку на картинке и попробуем описать ее (ответы детей).

Рассказ педагога-психолога*:* гусениц на свете очень много разных видов, все они окрашены в разные цвета. Эта особенность помогает им выжить. Защитная, яркая окраска отпугивает птиц. А зелёная помогает скрыться.

- Теперь мы подойдем к столу с прозрачным мольбертом и будем рисовать гусеничку сами, она будет разноцветная, потому что она волшебная.

Дети по очереди разными цветами (на выбор) рисуют части гусеницы

*Педагог-психолог:*

Очень хорошо. Какие молодцы, мы все вместе справились с заданием. Мне очень нравится ваш рисунок и ваше прекрасное настроение. Вижу, что вы очень довольны. Спасибо!

*Классный руководитель:*

Классный руководитель предлагает родителям заполнить анкеты *(Приложение 3)* с последующим их обсуждением.

Далее родители вовлекаются в творческую работу.

*Упражнение «Моя радость».*

Рисование на листах бумаги А 4 (проводит с родителями классный руководитель в то время, как педагог-психолог работает с детьми на прозрачном мольберте).

Цель: научиться понимать себя, ценить ежедневные радостные моменты, определять список занятий, которые доставляют радость.

*Классный руководитель:*

- Дорогие родители! Присаживайтесь за столы. Возьмите листы белой бумаги, карандаши, фломастеры и напишите посредине слово «Радость».

*Вопросы для обсуждения:*

1. Какие моменты из жизни вашего ребенка доставляют вам радость?
2. Что для вас это значит?
3. Какие чувства вы при этом испытываете?

(Около 5 мин дается родителям на воспоминания и обдумывание).

*Обсуждение.*

*Классный руководитель:*

- А теперь на листе вокруг слова «Радость» запишите 5 слов, которые связаны с вашими радостными моментами и воспоминаниями о своих детях. Это могут быть не только слова, но и рисунки, символы, знаки и другое (родители выполняют задание).

Выполнив задание, родители и классный руководитель подходят к детям, которые закончили коллективный рисунок «Волшебной гусенички» на прозрачном мольберте. Они с интересом рассматривают сотворчество первоклассников и педагога-психолога, задают вопросы детям и педагогу-психологу, обмениваются впечатлениями.

Затем обучающиеся и родители идут к столам, где находятся листы бумаги с творчеством родителей. Родители рассказывают детям о том, что изображено у каждого на рисунке. Каждый родитель и его ребенок усаживаются вместе.

*Совместная работа детей и родителей.*

*Упражнение «Ассоциация».*

*Педагог-психолог:*

- Дети, посмотрите, пожалуйста, на рисунки ваших родителей.

*Вопрос для общего обсуждения:*

Какие ассоциации можно придумать к слову «радость»?

Ответы детей: радость – это солнышко, радость – фейерверк, салют, радость – это вместе.

Ответы родителей: радость – это семья, радость – это счастье, радость – свет в окошке.

*Педагог-психолог:*

- Дорогие родители и дети, запомните каждый свою ассоциацию, и пусть она добавит радость в вашу жизнь. А рисунки возьмите с собой и дома, собравшись все вместе, подумайте о том, как хорошо, когда каждый в семье испытывает радость, в чем проявляется счастье вашей семьи.

*Вопрос для обсуждения:*

Какие совместные занятия доставляют моменты радости вашей семье?

*Обсуждение.*

Списком этих занятий дополните рисунок (минимум 5 занятий).

*Рефлексия:*

*Педагог-психолог:*

- Понравилось ли вам занятие? (вопрос задается детям и родителям)

*Классный руководитель:*

- Какие моменты занятия особенно впечатлили, запомнились? (вопрос задается детям и родителям)

*Педагог-психолог:*

- Какие чувства вы испытываете в настоящий момент? (вопрос задается родителям и детям). Опишите их.

*Обсуждение.*

(Ответы детей и родителей).

Родители и дети, прощаются с классным руководителем и педагогом-психологом.

**Методические указания:**

*Предварительная подготовка:*

Подготовить учебный слайд с различными эмоциями *(Приложение 1)*.

Провести анкетирование с детьми *(Приложение 2)*.

Подготовить бланки анкет для родителей *(Приложение 3)*.

Сделать карточки для смайл-рефлексии *(Приложение 4)*.

**Материалы:** картинка с рисунком гусеницы, анкетные бланки, учебный слайд с различными эмоциями, карточки для смайл-рефлексии.

**Оборудование:**прозрачный мольберт, мультиборд, доска, аудио-сопровождение «Звуки природы», гуашь, цветные карандаши, фломастеры, листы бумаги формата А 4, влажные салфетки, стаканчики, кисточки.

**Рекомендуемые формы проведения:** практикум.

**Методы работы:** дискуссия,аналитический, игровой, наблюдение, анкетный опрос, арт-терапия.

**Рефлексия.**

*1 вариант.*

Рефлексивные вопросы педагога-психолога и классного руководителя с последующим обсуждением.

*2 вариант.*

Смайл-рефлексия эмоционального состояния: родители и учащиеся выбирают «смайлы», которые соответствуют их настроению *(Приложение 4)*. *Обсуждение.*

*Фотоматериалы представлены с согласия законных представителей обучающихся.*

**Список использованных источников:**

1. Батурина, И.Г. Влияние детско-родительских отношений на эмоциональное благополучие детей и подростков: методические материалы / И.Г. Батурина. – Витебск : ГУДОВ «ВОИРО», 2020. – 38 с.
2. Кулагина, И.Ю. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М. : Трикса, 2018. – 420 с.
3. Медведская, Е. И. Ребенок в мире мультимедиа : предупреждение зависимости / Е. И. Медведская. – Минск : Народная асвета, 2018. — 192 с.
4. Методический инструментарий классного руководителя: пособие для педагогов учреждений общего среднего образования с белорусским и русским языками обучения / Н. К. Катович [и др.] ; под ред. Н. К. Катович. — Минск : Национальный институт образования, 2020. — 192 с. : ил. 14.
5. Млодик, И.Ю. Книга для неидеальных родителей или Жизнь на свободную тему: практическое пособие / И.Ю. Млодик. – 3-е-изд. – М.: Генезис, 2009 – 232 с.
6. Осипова, М. П. Педагогическое взаимодействие с семьей: пособие для педагогов учреждений общего среднего образования / М. П. Осипова, Е. Д. Осипов. — Минск : ИВЦ Минфина, 2015. — 192 с.
7. Погодина, Е. К. Модель организации деятельности специалистов социально-педагогической и психологической службы по оказанию психолого-педагогической помощи семьям в воспитании детей / Е. К. Погодина // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер : сб. науч. ст. / Вит. гос. ун-т ; редкол.: Е.Л. Михайлова (науч. ред.) [и др.]. — Витебск : ВГУ им. П. М. Машерова, 2020. — 238 с. — С. 49–52.
8. Погодина, Е. К. Формирование психолого-педагогической компетентности родителей учащихся / Е. К. Погодина // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. — 2019. — №4 (44). — С. 130–132.
9. Родители и дети: психология взаимоотношений / Под ред. Е.А. Савиной и Е.О. Смирновой. – М. : «Когито-Центр», 2003. – 230 с.
10. Чечет, В.В. Педагогика семейного воспитания: учеб. пособие / В.В. Чечет. – Мозырь : ООО ИД «Белый Ветер», 2003. – 292 с.

**Приложение 1.**



**Приложение 2.**

Анкета для учащихся.

Я огорчаюсь, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я злюсь, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я радуюсь, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я переживаю, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я возмущаюсь, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Я счастлив, когда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение 3.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Анкета для родителей.** | |
| 1. Стимулируете ли вы проявление положительных эмоций у своего ребенка? Как вы это делаете? |  |
| 1. Проявляет ли ваш ребенок отрицательные эмоции? Почему, на ваш взгляд, они возникают? |  |
| 3. Как вы развиваете положительные эмоции своего ребенка? Приведите примеры. |  |
| 4. Эмоционален ли ваш ребенок? |  |
| 5. Умеет ли ваш ребенок радоваться? |  |
| 6. В каких случаях ваш ребенок проявляет радость, восторг? |  |
| 7. Считаете ли вы необходимым для ребенка поддерживать его состояние радости, удовольствия? |  |
| 8. Каким образом вы это делаете? |  |
| 9. Как вы помогаете своему ребенку преодолевать негативные эмоции? |  |
| 10. Как часто негативные эмоции вашего ребенка связаны со школой и учебной деятельностью? |  |
| 11. Говорит ли вам ваш ребенок о своих учебных неуспехах? |  |
| 12. С удовольствием ли сообщает вам ваш ребенок о своих успехах в учебе? |  |