

«Азбука общения»

**внеурочная деятельность
младших школьников в условиях
реализации ФГОС НОО**

Из опыта работы
педагога- психолога С.С. Колчановой
МАОУ гимназии №1 г.Тюмени







<http://www.liveinternet.ru/users/zulf/>







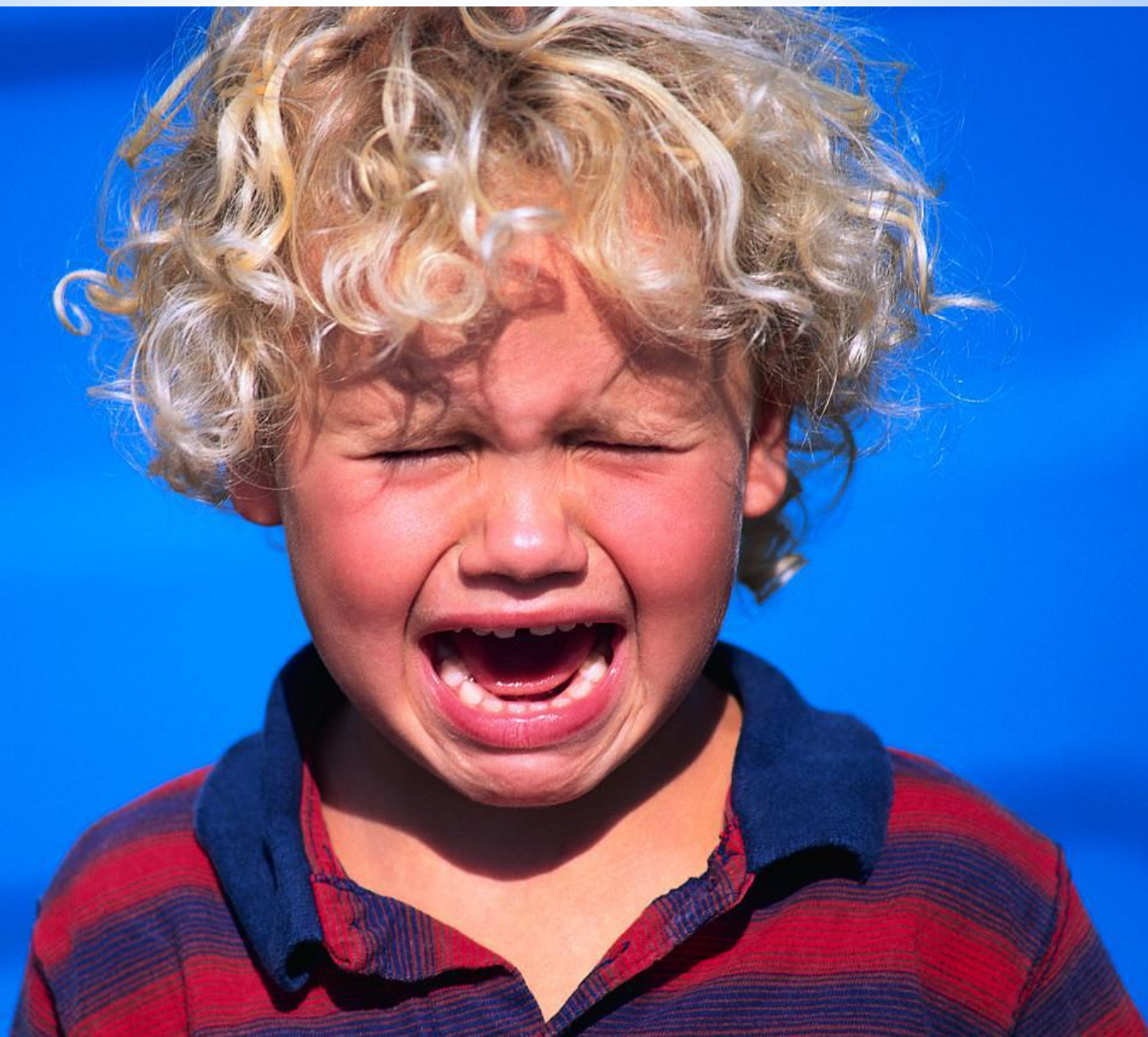














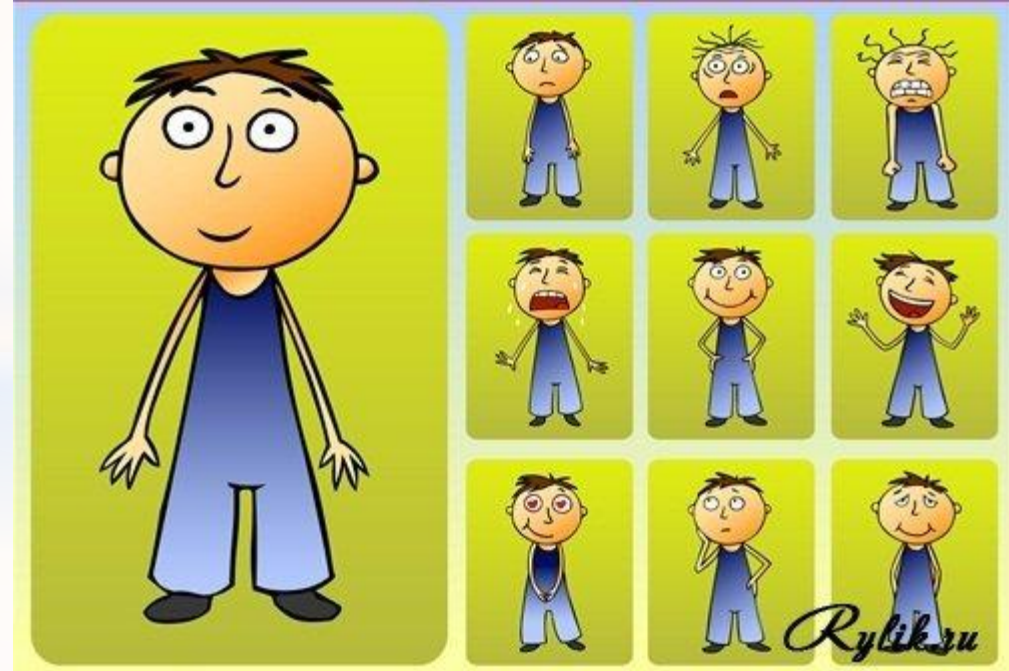
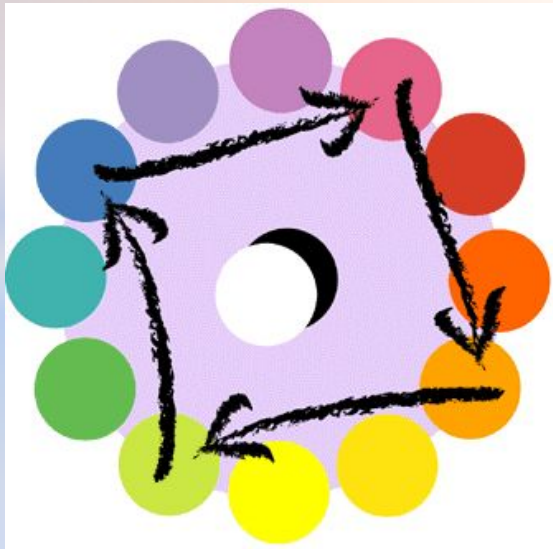








Мои эмоции



Rylik.ru

*Эмоции

Радость Гнев Удивление
Грусть Страх
Обида Спокойствие

Задание 1.

Выбери и обведи зеленым цветом те названия эмоций, которые тебе приятно испытывать, а красным карандашом подчеркни неприятные для тебя эмоции

Эмоции

* Радость

* Грусть

* Гнев

* Спокойствие

* Удивление

* Обида

* Страх

Самочувствие

Отрицательные эмоции

- * Пропадает аппетит
- * Болит голова
- * Боли в животе
- * Ничего не хочется делать



Положительные эмоции

- * Активность
- * Возбуждение
- * Полнота сил
- * Готовность действовать



Начальная школа. Радостный школьник.
© Дос... / Фотобанк Лори

Задание 2. Рассмотрите внимательно выражения лиц. Соотнесите название эмоции с ее изображением с помощью стрелочек.



страх

радость, веселье

грусть, печаль

стыд, вина

спокойствие

удивление

гнев, злость



* Как поддержать другого человека

* Какие слова ты говоришь своему другу, чтобы его порадовать? А какие слова друзья говорят тебе? Выбери из приведенных и подчеркни те слова, которые говоришь ты, а зеленым карандашом обведи слова друзей. Можешь придумать и написать свои слова.

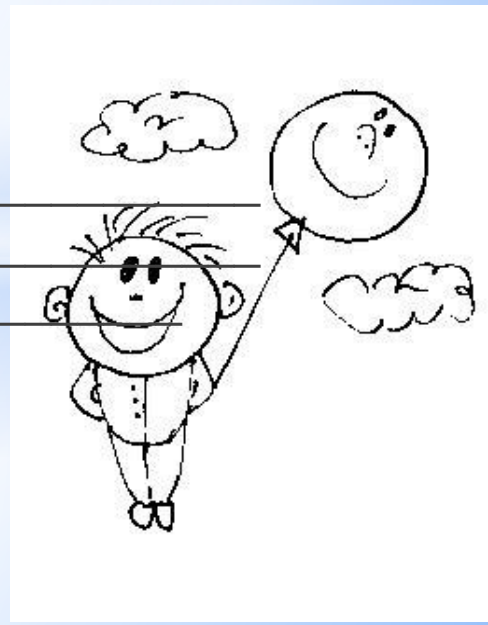
* **Ты- смелый.**

* **Ты- вежливый.**

* **Ты- весёлый.**

* **Ты- умный.**

*



Как сообщить о своем состоянии

- * Мне приятно ...
- * Меня огорчает ...
- * Меня радует ...
- * Мне неприятно ...
- * Мне грустно ...
- * Меня волнует ...
- * Я в восторге от ...
- * Я ожидаю ...
- * Я расстроен



*Итоги работы

Используя знания и опыт этого занятия, сообщи с помощью **слов и настроения** о своем впечатлении от занятия.

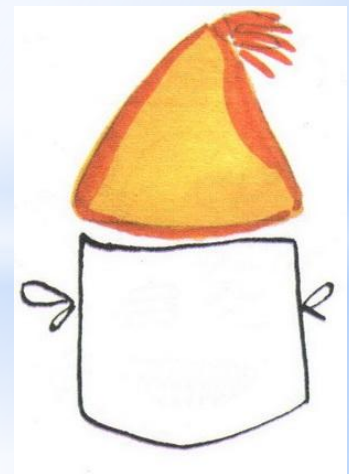
Выбери из приведенных вариантов, и подчеркни те слова, которые соответствуют твоему настроению сейчас.

Можешь придумать и написать свои слова.

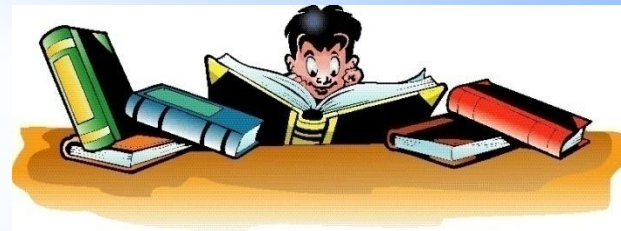
Мне весело **Мне грустно**

Мне радостно **Я доволен**

Мне неприятно **Я расстроен**



Домашнее задание



Эксперимент

Используя знания и опыт сегодняшнего занятия, понаблюдай за своим настроением в разных ситуациях.

Изменяется ли оно? Влияет ли на твоё самочувствие?

Зарисуй или запиши свои наблюдения в листе наблюдений.



**Предложи свои варианты изменения настроения в лучшую сторону.*



Свои вопросы и ответы можешь отправить по адресу
E-mail : kolcsvetlana@yandex.ru

