

# Продолжаем изучать себя

Выполним несколько заданий

Работаем на «+»

# Определяем проблему

Посмотрите на картинки, попробуйте  
понять состояние людей



# Определяем проблему

По каким признакам вы поняли состояние, настроение людей?

А как проявляют настроение животные?

Как называют человека, который может легко заплакать при просмотре фильма или чтении книги?

**Проблема: зачем человеку эмоции?**

# Задание 1.

+

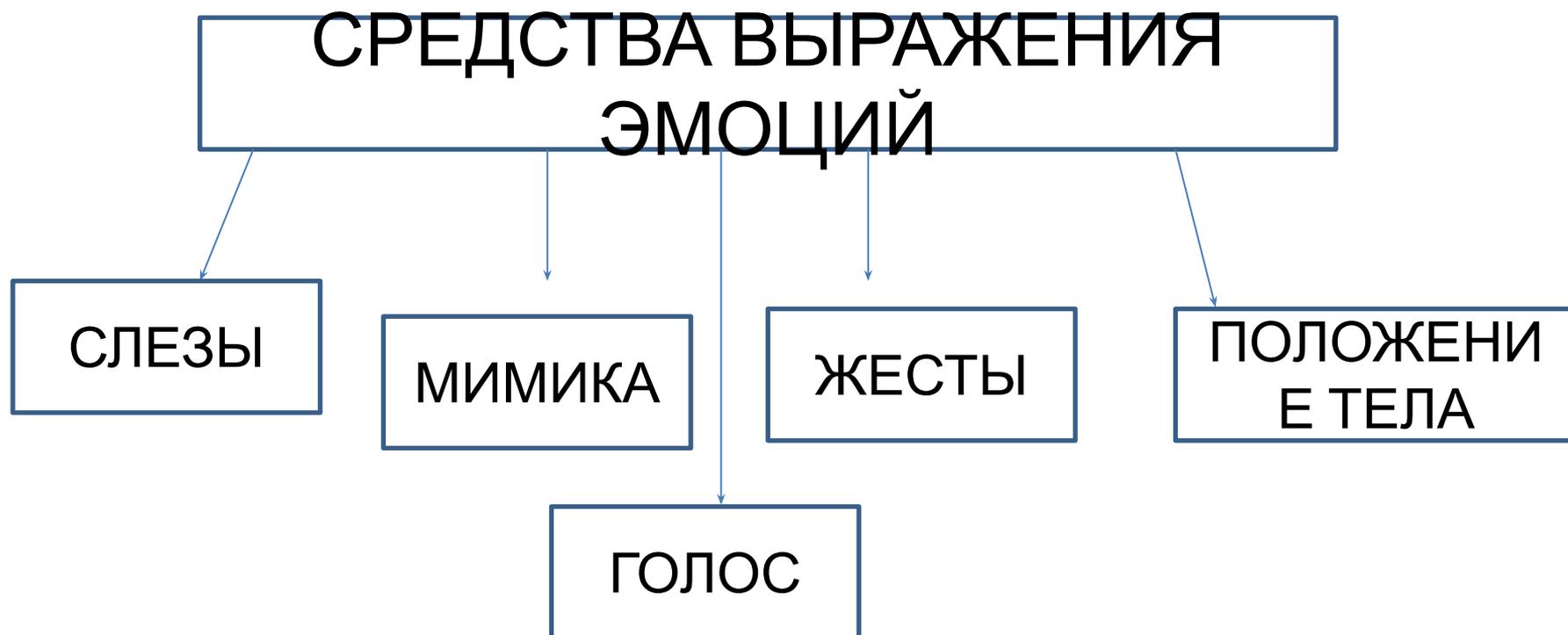
Прочтите пункт 1. и найдите определение эмоций. Выпишите в тетрадь.

***Эмоции*** – наши реакции на приятные или неприятные воздействия окружающего мира.

# Задание 2.

+

Заполните схему:



# Задание 3.

+

Определите, какие эмоции соответствуют таким проявлениям

<b>Физиологические проявления</b>	<b>Эмоции</b>
<b>Покраснение</b>	
<b>Побледнение</b>	
<b>Затаённое дыхание</b>	
<b>Учащённое дыхание</b>	
<b>Слёзы</b>	

# Задание 3.

+

Определите, какие эмоции соответствуют таким проявлениям

<b>Физиологические проявления</b>	<b>Эмоции</b>
<b>Покраснение</b>	<b>Стыд</b>
<b>Побледнение</b>	<b>Страх</b>
<b>Затаённое дыхание</b>	<b>Удивление</b>
<b>Учащённое дыхание</b>	<b>Радость</b>
<b>Слёзы</b>	<b>Горе</b>

# Задание 4.

+

Приведите по 3 примера положительных и отрицательных эмоций.

Положительные эмоции: радость, удивление, интерес.

Отрицательные эмоции: гнев, презрение, отвращение.

# Задание 5.

+

«Присвойте места» эмоциям, чувствам и настроению в порядке уменьшения: в левом столбце – сила их проявления, в правом – продолжительность.

\_\_\_\_\_ ЭМОЦИИ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ ЧУВСТВА \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ НАСТРОЕНИЯ \_\_\_\_\_

# Задание 5.

+

«Присвойте места» эмоциям, чувствам и настроению в порядке уменьшения: в левом столбце – сила их проявления, в правом – продолжительность.

\_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ ЭМОЦИИ \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ ЧУВСТВА \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ НАСТРОЕНИЯ \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_

# Задание 6. +

Нужно ли контролировать эмоции?

Придумайте ситуацию,

1. когда нужно контролировать отрицательные эмоции
2. Когда нужно контролировать положительные эмоции

# Ответим на проблемный вопрос

Д.з. §7, вопросы 1-3 (устно), 8