

Тренинг

Палитра ЭМОЦИЙ

Составила и провела: педагог – психолог
Бутаева Лариса Валерьевна

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ТЕХНОЛОГИИ:

- **СОЦИО – ИГРОВЫЕ;**
- **ИКТ**

2015 год

ЦЕЛИ:

- Развитие умения распознавать эмоциональные состояния;
- Активизация и развитие эмоциональной сферы личности педагога;
- создание благоприятного эмоционального фона.

Задание 1.

ЭМОЦИИ

Это что?

Эмоции

в переводе

с французского - волнение,

с латинского - потрясаю, волну

Эмоции -реакции человека на воздействие внутренних и внешних раздражителей, имеющие ярко выраженную субъективную окраску и охватывающие все виды чувствительности и переживаний.

(Словарь Ожегова С. И., Шведовой Н. Ю.)

Эмоции – обобщенные чувственные реакции, возникающие в ответ на разнообразные по характеру (исходящие из окружающей среды, исходящие из собственных органов и тканей) сигналы, обязательно влекущие за собой определенные изменения в физиологическом состоянии организма.
(Словарь социального педагога) .

Эмоция - своеобразная форма отражения человеком действительности, разнообразные переживания людей, их отношения.

(И. Кант)

ЭМОЦИИ

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ
СТЕНИЧЕСКИЕ



РАДОСТЬ

УДИВЛЕНИЕ

ИНТЕРЕС

ВОСХИЩЕНИЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ
АСТЕНИЧЕСКИЕ



СТРАХ

ОБИДА

ГРУСТЬ

ОТВРАЩЕНИЕ

СТЫД

ГНЕВ

СКУКА

Задание 2

**Подберите для каждой
пиктограммы
фотографию с соответствующей
эмоцией**

Задание 3

Для большего понимания природы
эмоций

я предлагаю вам
разгадать кроссворд,
содержащий основные
понятия по данной теме.

КРОССВОРД

РЕФЛЕКСИЯ

КОНФЛИКТ

САМОЦЕНКА

СТРАХ

ЗЛОСТЬ

АСТЕНИЧЕСКИЕ

ПЕЧАЛЬ

НАСТРОЕНИЕ

СТЕНИЧЕСКИЕ

ЭМОЦИИ

РАДОСТЬ

ЧУВСТВА

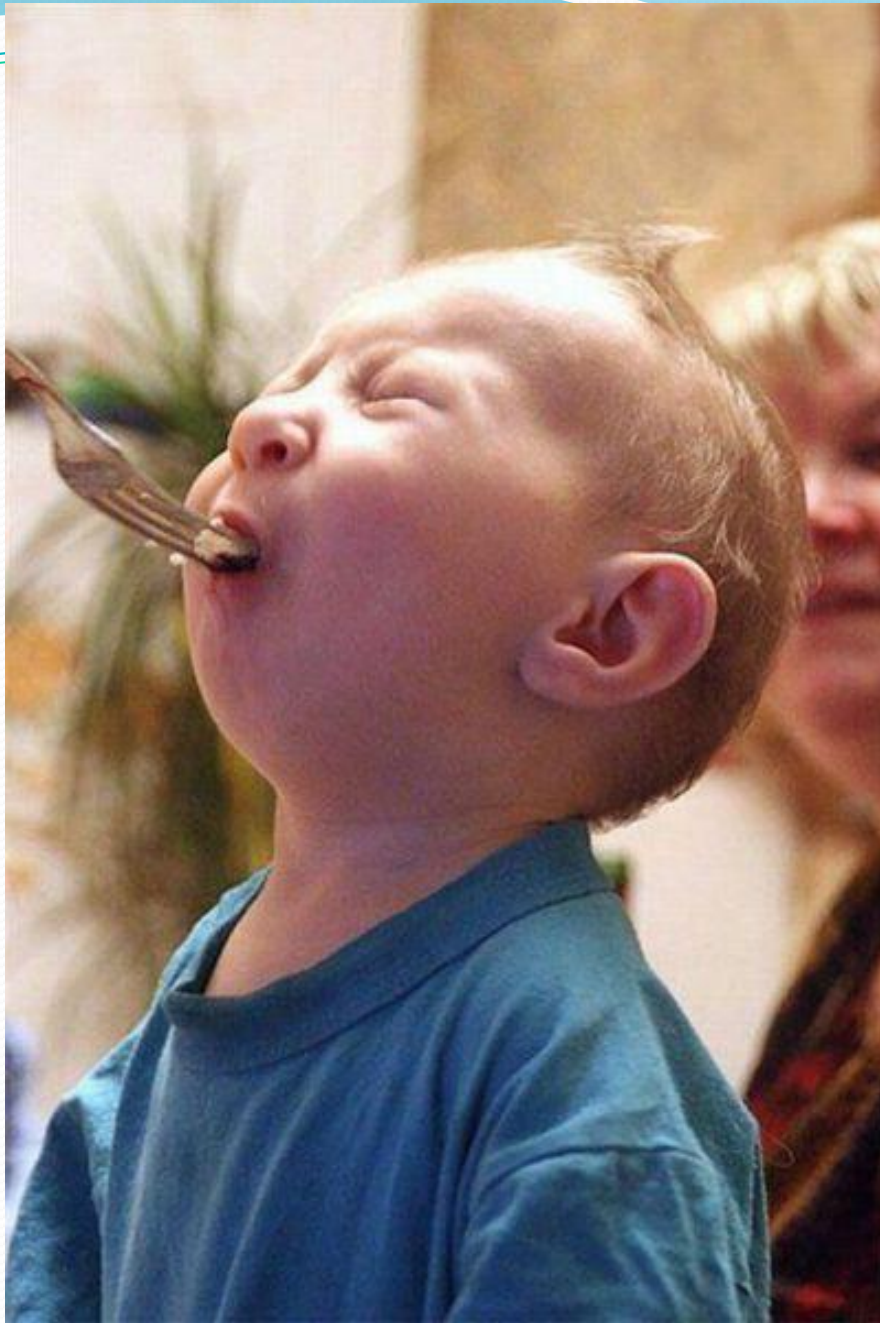
Задание 4

**Сделать подписи к фотографии,
наиболее точно раскрывая
представленную на ней эмоцию.**











Sally
sally clark photography

МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА

Двигаемся под музыку

ЗАДАНИЕ 6

Говорят дети

О чём?

Пример 1. Вова К , 9 лет.

"Это чувство колючее как ежик,
серое как мышь,
шершавое как наждачная бумага,
кисло-горькое как лимон,
твердое как камень,
угловатое как деталь от
конструктора,
трескучее как барабан".

Раздражение

Пример 2. Лена Р, 8 лет.

"Это чувство липкое
как пластилин,
холодное как лед,
большое как слон,
противное как мышь,
горькое как лекарство,
быстрое как стрела,
острое как иголка".

Страх

Пример 3. Кирилл А , 9 лет.

«Это чувство тяжёлое как камень,
вязкое как густой кисель,
топкое как болото,
длинное как верёвка».

Тревога

Пример 4. Настя Б , 10 лет.

**"Это чувство тягучее как жвачка,
мокрое как водоросли,
липкое как мед,
тупое как исписанный карандаш,
черноё как ночь "**.

Обида

Пример 5. Ирина А. 9 лет.

«Это чувство серое как осенний
ДОЖДЬ,
размазанное как манная каша,
на вкус как пресная лепёшка,
как жевательная резинка,
как болезнь».

Скука

ЗАДАНИЕ 7

**Значение эмоций в жизни
человека.**

Найди **плюс и **минус****

ЗАДАНИЕ 8

На рисунках характер человека можно выразить не только при помощи эмоций но и при помощи цвета.

Игра “Палитры настроений”

Обсуждается с помощью каких цветов можно выразить следующие эмоции: радость, грусть, нежность и гнев.

Задание: на палитре подобрать гамму цветов и оттенков соответствующих настроений. (радость, нежность, грусть, страх)











Задание 9

Скажи фразу

«Наша Таня громко плачет»

как:

Водитель в аэтомобильной
пробке



Обратная связь



ВСЕМ, ВСЕМ СПАСИБО