



Конспект занятия  
для учащихся 2 класса  
группы продленного дня по программе  
«Все цвета, кроме черного»

## Тема: «Твое настроение»



## Занятие.«Твое настроение»

**Цель:** дать представление о том, что такое настроение и от чего оно зависит.

### **Задачи:**

- развитие у учащихся навыков оценки своего настроения;
- формирование понятий причин плохого и хорошего настроения;
- демонстрация учащимся элементарных приемов, помогающих снять напряжение, регулировать настроение.

**Оборудование:** рабочая тетрадь «Учусь понимать себя», изображения лиц с разным настроением, мягкая игрушка.

### **Ход занятия**

#### **1. Приветствие.**

Сегодня мы с вами поговорим о настроении человека, о том, какое оно бывает, от чего зависит и как определить, какое у человека настроение. Встреча с талисманом. (Мягкая игрушка, которую передают говорящему). Проговорить какого цвета у ребят настроение. Создать атмосферу.

#### **2. Вспомнить правила на уроках.**

- Уметь слушать и слышать.
- Улыбнись.
- Правило поднятой руки.
- Взаимопомощь.
- Держи все, что узнал об одноклассниках на занятиях при себе.
- Приходи вовремя.

#### **3. Игра «Угадай настроение».**

Мы с вами поиграем в игру «Угадай настроение». Посмотрите на лица человечков, которые у меня здесь изображены.

На каждом рисунке разное настроение.

Как вы думаете: - какой человечек испытывает радость, огорчение, грусть, безразличие, веселье?

А чем отличаются эти изображения? Что происходит с бровями, когда мы сердимся или радуемся?

А что можно сказать о губах? Как выражает рот наши эмоции, наше настроение?

Люди испытывают разные чувства и о них можно дочитать по лицу. Ну, представьте, что вы съели лимон, неужели ваши знакомые не заметят, как скривилось лицо?

#### **4. Мозговой штурм.**

Дать детям высказаться в безопасной форме. Свобода дискуссии. Даются общие ответы на вопрос: «Какое бывает настроение?». Выбирают положительные моменты.

#### **5. Мини-лекция.**

##### **«Особенности настроения».**

Чтобы понимать и верно оценивать свое состояние, научиться владеть собой, ребенок должен знать не только свои физические возможности, но и особенности настроения – причины его изменения, влияние на него тех или иных событий. Чтобы ребенок научился различать свое настроение и анализировать причины, которые вызывают смену настроения, необходимо обратить внимание на внешние признаки, по которым можно определить настроение, - выражение лица, голос, походку

##### **Мимика.**

Для обозначения того, что выражает лицо человека используют слово

МИМИКА. Она рассказывает нам о человеке с помощью

выражения его лица. Мы будем обращать внимание на его

губы, глаза, брови. Зная, каков выражение лица у человека, мы

можем определить его настроение, если только он не лукавит.

##### **Интонация.**

Действительно, с помощью выражения лица (мимики), позы (пантомимики) мы можем узнать о состоянии как животного, так и человека. Но у человека есть еще одно средство, с помощью которого он может сообщить о своем настроении - это те слова, с помощью которых мы говорим. Животные издают звуки, например, когда собака лает, мы можем узнать: злится она или довольна. Но только у человека есть речь. Она отличает нас от животных и помогает общаться с другими людьми, передавать им свои знания и делиться с ними своими переживаниями. Речь человека бывает быстрой, медленной, добродушной и злой. Если внимательно слушать собеседника, то можно узнать не только то, о чем он рассказывает, но и с каким чувством он это делает. Как он к этому относится, какое у него настроение в этот момент. От того, какие чувства испытывает человек в момент своего рассказа или

в момент, когда он познакомился с тем, о чем рассказывает, будет меняться его голос, его манера говорить. Эти особенности называются ИНТОНАЦИЕЙ.

### **6. Тренинг «Интонация и настроение».**

Интонация - это и повышение-понижение голоса, это быстрота речи, паузы, ритм, акцент.

- Когда у нас хорошее настроение, какие слова мы говорим?
- Добрые, радостные, веселые
- А когда настроение плохое?
- Злые, грубые, неприятные, грустные.
- Давайте потренируемся в определении чувства, которое испытывает человек, произнося одну фразу. Я буду, произносить фразу: «Дай мне денег на завтрак в школе» с различными чувствами, с различной интонацией, а вы попытаетесь угадать.

1. зло (*Ты опять забыла дать мне деньги на завтрак в школе!*);

2. радостно (*Как хорошо, здорово, что ты не забыл дать мне деньги на завтрак в школе!*);

3. просяще (*Дай мне, пожалуйста, денег на завтрак в школе!*);

4. с обидой (*Ты, как всегда, забыла дать мне денег на завтрак в школе, и учительница записала мне замечание в дневник!*).

Что нужно для того, чтобы точнее определить, что чувствует человек, какое у него настроение?

(Дети: нужно смотреть в лицо, нужно быть внимательным, уметь понять выражение лица, смотреть, какая у человека поза, что он говорит, с какой интонацией).

Мы говорили о различных настроениях. Давайте остановимся на плохом и хорошем.

### **7. Игра «Изобрази настроение».**

А сейчас мне нужней помощник.

(Один из ребят выходит и ему дается задание - изобразить какое - либо настроение, а остальные должны его угадать).

Изобрази хорошее настроение.

Изобрази плохое настроение.

ребята, вы все изображения смогли правильно угадать? По каким признакам вы это делали? (*Выражение лица, глаза, брови, поза, интонация*).

Как вы думаете, удалось ли нашему участнику правильно изобразить настроение?

### **8. Работа в тетрадях. (Рабочая тетрадь 2 класс «Учусь понимать себя»)**

Занятие 4, Задания 1, 2, 3.

Закрепить эти навыки поможет анализ настроения литературных героев (Маугли, Герды и т.д.). Читая отрывки из сказки Ш.Перро «Золушка» (задание 4), учащиеся могут проследить, как меняется настроение главной героини в зависимости от происходящих событий.

Конечно, человек не может все время только радоваться. Настроению свойственно меняться. Оно похоже на изменения в природе: то дождь, то солнце, то снег и ветер.

### **9. Обсуждение ситуаций, приведших к смене настроения».**

Можно ли сделать так, чтобы настроение зависело от нас? Можно ли повлиять на свое настроение?

(Дети: если будешь думать о чем-то плохом, и настроение будет плохое; будешь думать о хорошем, и настроение станет хорошим..).

А сейчас вспомните, когда у вас было плохое или хорошее настроение? (Дети рассказывают свою историю, а затем идет обсуждение того с чем связано хорошее и плохое настроение, как долго они длились, что привело к смене настроения.)

**10. Игра «Послушай меня».** Возьми мягкую плюшевую игрушку, и рассказать ей про свое плохое настроение. Начать так: «Я расскажу тебе, почему у меня плохое настроение...»

### **11. Заключение.**

Садимся в кружок и обсуждаем, что нового узнали на уроке. От чего зависит настроение. Каким оно бывает? Настроение героев Ани и Димы.

**12. Домашнее задание:** Рабочая тетрадь: Занятие 4, Задание 5.

Результаты заполнения детьми таблицы настроения – важный материал, который позволит учителю и родителям лучше понять состояние ребенка, определить его возможные проблемы и их причины.

Следует обратить внимание на то, как меняется настроение в течение дня: утром, днем и вечером – и попытаться выяснить причины. Важно, чтобы дети заполняли таблицу не только в будние, но и в выходные дни. Особое внимание нужно уделить детям, у которых в течение дня очень часто меняется настроение, и детям, у которых преобладает плохое настроение. Это свидетельствует о неустойчивости их психоэмоционального состояния. Возможно, внешне эти дети не отличаются от других, но преподаватель должен быть внимателен – им требуется помощь.