

Урок по курсу "Твой профессиональный выбор" 9 КЛАСС
на тему "Эмоциональное состояние личности"

1. Познакомить учащихся с классификацией эмоций и чувств, с особенностями их телесных проявлений.
2. Научиться распознавать эмоциональное состояние окружающих.
3. Закрепить знания об эмоциях и чувствах, о формах эмоциональных состояний.

Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор, жетоны.

Ход урока

I. Организационный момент.

- отметить отсутствующих;
- объявляется тема, формулируются цели.

II. Проверка домашнего задания.

Учитель:

а) что такое эмоции?

б) какие существуют формы эмоциональных состояний?

в) какое влияние оказывает эмоциональное состояние на успешность трудовой деятельности? *Ответы детей.*

г) 1 человек отвечает письменно.

III. Изучение нового материала (составление конспекта по объяснению учителя).

Учитель: Итак, мы знаем, что такое эмоции и чувства. И Б.И. Додонов предлагает нам классифицировать эмоции и чувства в зависимости от сложности, содержания, влияния на деятельность, силы проявления.

Схема

1. По сложности чувства бывают: *простые* (голод, тревога, испуг) и *сложные* (моральные, интеллектуальные, эстетические).

Моральные чувства – патриотизм, долг, коллективизм.

Интеллектуальные – отношение к результатам умственной деятельности (чувство удивления, сомнения, удовлетворения).

Эстетические чувства – это чувство красоты, восхищения.

Стенические чувства – это радость, возбуждение, гнев, то есть чувства, вызывающие активное состояние организма, подъём, возбуждение, бодрость.

Астенические чувства – тоска, печаль, уныние, вызывающие пассивное состояние организма.

Настроение – длительное эмоциональное состояние человека, оказывающее влияние на деятельность, на все психические процессы. Зависит от успехов, общения, состояния здоровья, уровня жизни, быта.

Аффект – кратковременное, бурнопротекающее состояние сильного эмоционального возбуждения, возникающее в результате фрустрации.

Страсть – вид эмоционального состояния, встречающийся только у человека, представляющий собой сплав эмоций, мотивов и чувств. Страсть может сыграть большую роль в жизни человека, если направлена на страсть к знаниям, изобретательству и т.д.

Итог этапа: по каким признакам классифицировал Додонов эмоции и чувства?"

Ответы детей.

2. Особенности чувств.

Учитель:

“Особенности наших чувств формировать гораздо сложнее, чем знания, ведь чувства – субъективны.

1. Разнообразие чувств. Например, ощущений всего 12 видов, а чувств десятки.
2. Полярность чувств. Каждое чувство имеет свою противоположность: любовь и ненависть, радость и печаль и т.д.
3. Пластичность чувств. Одна и та же причина вызывает разные чувства – кто-то радуется, а кто-то разочарован. И наоборот, одни и те же чувства могут вызываться разными причинами.
4. Единство с деятельностью. Хорошее настроение - и дело спорится. Плохое настроение - и дело страдает.
5. Универсальность. Чувства универсальны для всех людей планеты, но есть национальные различия, определяющиеся традициями и обычаями.

Итог этапа: назовите особенности чувств”.

Ответы детей.

3. Особенности телесных проявлений.

Учитель:

- а) мимика – изменение положения губ, бровей;
- б) пантомимика – жесты, поза;
- в) вокальная мимика – тон голоса;
- г) вегетативные реакции – изменение частоты сердечных сокращений и дыхания, покраснение, побледнение, дрожь, потоотделение.

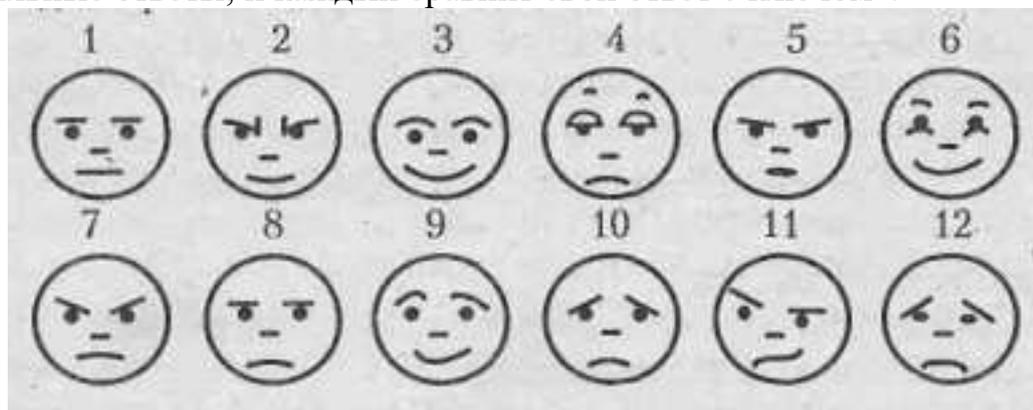
Все ощущения – приятны или неприятны. Поэтому отношение человека к чему или кому-нибудь можно определить по внешним проявлениям, в частности по мимике”.

IV. Закрепление нового материала.

Тест “Понимаете ли вы язык мимики?”

Учитель:

“Предлагаю вам проверить себя! Перед вами 12 выражений лица, в которых закодировано 12 эмоциональных состояний. Попробуйте их расшифровать, затем я открою правильные ответы, и каждый сравнит свой ответ с ключом”.



Работа в группах.

Класс разбивается на 4 группы. Каждой группе предлагается портрет человека, с которым дети знакомы.

Учитель: “Что вы можете сказать об каждом из людей на картинках? Какие чувства он испытывает в данный момент?” Идёт обсуждение в группах. Один из учащихся предлагает свой вариант. (*Приложение 1 (с фото людей)*)

А сейчас я предлагаю вам игру на развитие навыка распознавания (Игра “Колечко”)
Теперь поговорим о жестах. Что же человек чувствует, демонстрируя тот или иной жест? Насколько он искренен с вами?

Американские психологи Джерерд Ниренберг и Генри Калеро в своей книге “Читать человека как книгу” приводят группы жестов, выражающие различные позиции человека в процессе общения.

Жест неуверенности.



Жест скрытности.



Жест уверенности и превосходства.



Рефлексия.

1. Вам сегодня комфортно было на уроке?
2. Как вы думаете, где могут пригодиться знания, полученные сегодня на уроке?
3. Оцените своё состояние на уроке выбором жетона.



1



2



3



4



5