государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
многопрофильный лицей №16  
города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области

**Открытое занятие по формированию УУД  
для учащихся 7 класса  
«Я чувствую, я понимаю»**

Составитель:

**педагог-психолог**

**Тюгаева Эльвина Александровна**

Жигулевск

2023

**Технологическая карта занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема** | Я чувствую, я понимаю. |
| **Состав учебной группы** | Максимальное количество участников – 12-14 человек в возрасте 12-14 лет. |
| **Структура занятия** | 1 час 20 минут |
| **Педагогические цели** | 1. освоить навыки эмоциональной поддержки; 2. способствовать развитию доверия и эмпатии. |
| **Тип, вид урока** | Комбинированный |
| **Планируемые результаты (предметные)** | Знать: что такое «эмпатия», «отражение чувств»; о важности и необходимости понимания собственных и чужих эмоций.  Уметь: осознавать свои чувства и чувства других, уметь оказать эмоциональную поддержку. |
| **Универсальные учебные действия (метапредметные)** | Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, уметь оценивать результат своей работы на занятии, осваивать начальные формы эмоциональной и личностной рефлексии.  Познавательные: Научатся: понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме, получат возможность научиться разнообразию способов решения учебной задачи.  Коммуникативные: уметь участвовать в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях (вслух говорит один, а другие внимательно слушают), отвечать на вопросы ведущего, одноклассников; соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить; осуществлять работу в паре и в группе.  Личностные: развивать навыки сотрудничества со взрослым и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выход из спорной ситуации; формировать уважительное отношения к чужому чувству или мнению; принимать социальную роль обучающегося. |
| **Формы и методы обучения** | Формы: фронтальная, индивидуальная, работа в группах.  Методы: словесный, наглядный, объяснительно-иллюстрационный. |
| **Основное содержание темы, понятия** | Эмоции мои и чужие, эмпатия и отражение чувств, поддержка, рефлексия. |
| **Материально-техническое оснащение** | Компьютер, мультимедийный проектор, презентация на тему занятия, листы бумаги и карандаши, фломастеры, клей, 2 листа ватмана формата А2. |

**План занятия**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап (элемент урока)** | **Название используемых ЭОР** | **Деятельность педагога-психолога** | **Деятельность обучающихся** | **Формируемые УУД** |
| **I этап. Организационный.**  Цель: активизация учащихся, создание настроя на работу. | Ресурс №1  Презентация к уроку  Слайды 1, 2.  Слайд 3. | **1. Вступительное слово. 2 мин.**  *Здравствуйте, дорогие участники занятия и гости. Сегодня нам предстоит увлекательная работа. Мы познакомимся с техниками оказания эмоциональной поддержки, будем учиться их практически отрабатывать.*  **2. Упражнение «Знакомство». 3 мин.**  Цель: подготовить участников к работе, создать комфортную атмосферу, способствовать сплоченности группы.  Для того чтобы лучше сплотиться для работы, и чтобы больше и лучше познакомиться проведем упражнение «Знакомство». Для этого рассчитайтесь на «первый-второй» - так вы образуете пары, и у каждой из пар есть задача: взять друг у друга «интервью». Чтобы выполнить задание, партнерам необходимо назвать свое имя и ответить на два вопроса:  1) что ты любишь больше всего делать?  2) какая твоя заветная мечта?  Далее пара по очереди представляет своих партнеров. Например: «Рядом со мной - Антон. Больше всего он любит играть в футбол. Его заветная мечта - путешествие вокруг света».  Обсуждение:  1) какие мысли возникли у вас во время «интервью»?  2) о чем вы узнали, слушая других?  **3. Упражнение «Правила». 3 мин.**  Цель: повторить правила, создать доброжелательную атмосферу.  Как вам известно, на каждом занятии тренинга существуют определенные правила, поэтому мы сейчас проведем упражнение «Правила» для того, чтобы их повторить. Вы остаетесь в этих же парах, и каждая пара получает задание:   1. У каждой пары есть карта, на которой записано одно из правил работы нашей группы. Необходимо кратко перечислить и записать те действия, которых должны придерживаться все участники, для того, чтобы данное правило работало, выполнялось. (Приложение 1).   2) Каждая пара представляет свое правило.  3) Обсуждение:  Какие мысли вызвала данная работа?  Что нам дает повторение правил? | Настраиваются на работу  Работа в парах  Отвечают на вопросы психолога  Работа в парах  Работают письменно  Рефлексия, отвечают на вопросы психолога | Коммуникативные УУД  Познавательные УУД  Коммуникативные, регулятивные УУД  Познавательные УУД |
| **II этап. Актуализация знаний.**  Цели: подведение детей к формулированию собственных целей в занятии. | Ресурс №1  Презентация к уроку  Слайд 4. | **4. Упражнение «Ожидания». 2 мин.**  Цель: осознание участниками собственных целей в данном занятии.  На каждое занятие вы приходите, работаете, чего-то ожидаете. Итак, какие цели вы ставите перед собой на сегодняшнем занятии? Каждый из вас получил «цветочек», на котором вы запишете свои ожидания от сегодняшнего занятия, от своей работы на нем.  После чего каждый из вас прочтет, что записано на его «цветочке» и прикрепит его на плакат (дерево) «Ожидание».  Обсуждение:  Посмотрите на наше дерево, которое так хорошо зацвело, о чем оно говорит? Надеюсь, что мы в конце занятия соберем щедрый урожай. | Записывают свои ожидания  Отвечают на вопросы психолога, формулируют цели | Регулятивные УУД  Познавательные УУД |
| **III этап. Введение нового материала.**  Цели: формирование новых знаний, развитие умения находить ответы на проблемные вопросы | Ресурс №1  Презентация к уроку  Слайд 5. | **5. Знакомство с новым терминами. 5 мин.**  *Ведущий вводит понятия «эмпатия» и «отражение чувств», почему эмпатия необходима при оказании поддержки другому.*  **6. Упражнение «Отражение чувств». 10 мин.**  Цель: помочь участникам группы испытать состояние эмпатического слушания и сравнить в опыте отражение чувств и отражение содержания.  Упражнение выполняется в парах. Первый член пары искренне произносит какую-то эмоционально окрашенную фразу. Второй участник последовательно выполняет два задания: сначала повторяет своими словами содержание того, что услышал (отражение содержания), а затем пытается определить чувство, которое, по его мнению, испытывает его партнер в момент говорения (отражение чувств). Партнер оценивает точность обоих отражений. Затем члены пары меняются ролями.  После выполнения упражнения группа обсуждает его по схеме:   * какие трудности возникали у вас во время выполнения упражнения? * какие чувства вы испытывали? * что затрудняет или облегчает отражение чувств?   **7. Упражнение «Эмпатия». 15 минут.**  Цель: помочь участникам группы эмпатически почувствовать эмоциональное состояние другого человека.  Все члены группы в кругу слушают одного из участников, который говорит эмоционально окрашенную фразу. Каждый по очереди называет то чувство или несколько чувств, которые, по его мнению, испытывает говорящий. Группа обсуждает результаты. | Размышляют  Работа в парах  Обсуждение, ответы на вопросы психолога  Работа в группе  Обсуждение результатов | Познавательные УУД  Коммуникативные УУД  Познавательные, коммуникативные УУД |
| **IV этап. Закрепление изученного.**  Цель: освоение способа действия с полученными знаниями в практической деятельности. |  | **8. Упражнение «Внутренний голос». 30 минут.**  Цель: помочь участникам оценить свои способности к эмпатии, получить обратную связь о том, как их воспринимают другие.  Упражнение выполняется в кругу. Каждый участник группы имеет возможность выслушать свой «внутренний голос», поговорить с ним. Один из участников группы (назовем его «А») выбирает себе того, кто будет исполнять роль его внутреннего голоса. Тот встает за спиной участника «А» и говорит от первого лица: «Я, (имя участника «А»), сейчас чувствую…, потому что…, из-за того, что…». Затем ведущий задает вопросы участнику «А»: «Согласен ли ты со своим внутренним голосом? Все ли он сказал из того, что ты хотел бы услышать? Может быть, ты хотел бы послушать другой «внутренний голос?». Группа обсуждает результаты. Затем следующий участник выбирает себе «внутренний голос». Упражнение выполняется до тех пор, пока все участники не побывают в обеих ролях. | Работа в группе | Коммуникативные, регулятивные УУД |
| **V. Итог занятия. Рефлексия деятельности.**  Цели: соотнесение поставленных задач с достигнутым результатом, фиксация нового знания, постановка дальнейших целей. | Ресурс №1  Презентация к уроку  Слайды 6, 7. | **9. Упражнение «Дерево итогов». 10 мин.**  В начале занятий каждый из вас чего-то ожидал, и вы это прописывали. От ваших ожиданий расцвело дерево и пора собирать урожай. Раздаю каждому участнику маленький лист бумаги, вырезанный в виде яблока, и предлагаю написать на нем свои впечатления и мысли от проведенного занятия. Затем каждый участник по очереди зачитывает и прикрепляет на «Дерево итогов»:  - что понравилось?  - чему научились?  Так из цветов, которые расцвели на дереве в начале занятия, мы собрали урожай «яблоки» - наши наработки и результаты работы. Спасибо за активную, эффективную работу, проявленную заинтересованность на сегодняшнем занятии. Завершить нашу встречу я хочу легендой «Все в твоих руках».  Когда-то давно на юге Африки жил умный, но очень гордый вождь. Весь день его состоял из облачения в изысканный наряд и разговоров с подданными о своем уме. Так шли дни за днями, годы за годами... И вот прокатился странный слух, что в пустыне появился мудрец. Очень разозлился вождь: как можно называть какого-то старца самым умным человеком в мире? Но никому своего возмущения не показал, а пригласил мудреца к себе ...  И вот настал день встречи. Собралось все племя, чтобы послушать самых умных людей в мире. Вождь сидел на высоком троне и держал в руках за спиной бабочку. К нему подошел небольшой худощавый мужчина, поздоровался и сказал, что готов ответить на любой вопрос. И тогда, нехорошо улыбаясь, вождь сказал: «Скажи мне, то, что я держу в руках, живое или мертвое?».  Мудрец подумал, улыбнулся и ответил: «Все в твоих руках». | Работают письменно | Регулятивные, личностные УУД |

**Литература**

1. Айхингер А., В. Холл. Психодрама в детской групповой терапии. М: ГЕНЕЗИС, 2009.

2. Бабкина Н. В. Радость познания. М.: 2008 г.

3. Вагапова Д. X. Риторика в интеллектуальных играх и тренингах. М.: Цитадель, 2009.

4. Ильина М. В. Чувствуем, познаём, размышляем. М.: АРКТИ, 2009.

5. Карелина И. О. Эмоциональное развитие детей. Ярославль: Академия развития, 2007.

6. Кипнис М. 128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Как зарядить, оживить, настроить и сплотить группу. М.: "АCT", СПб: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2009.

7. Козак О. Н. Путешествие в страну игр. СПб: Союз, 2007.

8. Леванова Е. А., Волошина А. Е. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. ПИТЕР, 2009 г.

9. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками.//Под ред. Битяновой М. Р. ПИТЕР, 2007.

10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М.: ГЕНЕЗИС, 2009.

*Интернет-ресурсы*

1. Мир Психологии. http://psychology.net.ru/.

2. Педагогическая библиотека. http://www.pedlib.ru/.

3. Фестиваль педагогических идей. Открытый урок. https://urok.1sept.ru/.

Приложение

*Приложение 1*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название ресурса** | **Тип, вид ресурса** | **Форма предъявления информации** | **Гиперссылка на ресурс, обеспечивающий доступ к ЭОР** |
| 1. | **Я чувствую, я понимаю** | Информационный | Презентация | Собственный ресурс |

*Приложение 2*

**К упражнению «Правила»**

Правила работы в группе:

1. Искренность и откровенность.

2. Уважение к другому.

3. «Здесь-и-сейчас».

4. Активно участвовать в работе группы.

5. Говорить от своего имени.

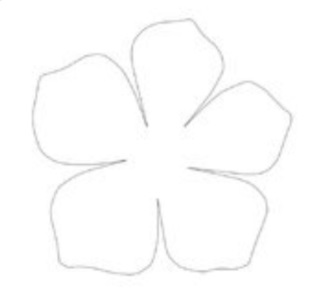
6. Сохранять конфиденциальность.

7. Говорить коротко и по очереди.

8. Соблюдать регламент.

*Приложение 3*

**К упражнению «Ожидания»**



*Приложение 4*

**К упражнению «Дерево итогов»**

****