

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА

Учитель: *Марина Елена Витальевна*

Предмет: *Основы психологии (элективный курс)*

Класс: *10*

Тема урока: *Эмоции и чувства. Функции эмоций.*

Тип урока:	«Открытие» нового знания.
Цель:	Сформировать знания об эмоциях и чувствах, как основных психических процессах эмоционально-волевой сферы, способов управления психоэмоциональным здоровьем человека.
Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> • Образовательные: Сформировать знания об эмоциях человека и их значении. Научить дифференцировать эмоции и чувства. Ввести понятие эмоционального интеллекта • Воспитательные: Формирование культуры здоровья. Осознание необходимости управления эмоциональным состоянием, как фактора сохранения психологического здоровья. • Развивающие: Формировать умение обобщать, делать выводы на основе информации представленной в виде видеофрагмента, изображения, аудиофайла, схемы. Развитие эмоционального интеллекта в сознательной деятельности.
УУД	<ul style="list-style-type: none"> • Регулятивные: Целеполагание в учебной деятельности. Прогнозирование, контроль и коррекция учебных результатов. Умения управлять собственным эмоциональным состоянием. Развитие навыков самоконтроля и самосознания. • Коммуникативные: Выявлять характерные особенности разных типов эмоционального состояния. Взаимодействие в учебной деятельности с учителем и учеником. Достижение совместных образовательных результатов. Развитие навыков невербальной и вербальной коммуникации. • Познавательные: Называть и описывать виды эмоций, типы эмоциональных состояний человека. Умение структурировать и интерпретировать информацию представленную в различных формах • Личностные: Обосновывать значение положительных эмоций для здоровья человека. Самоопределение и самосознание, как этап формирования социальной чуткости. Развитие эмоционального интеллекта. Формирование ценностного отношения к здоровью.
Планируемые результаты:	<p style="text-align: center;">Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентация на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы – формирование психического здоровья; • готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями

	<p>и идеалами гражданского общества;</p> <ul style="list-style-type: none"> • принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью. <p>Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку; • способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям; • бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей. <p>Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности. <p>Метапредметные результаты отражены в структуре формируемых УУД</p> <p>Предметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоение знаний и умений, направленных на формирование понимания особенностей поведения окружающих; • сформированность умений применять психологические знания в познавательной, регулятивной и коммуникативной деятельности; • владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственным поведением и межличностными взаимодействиями.
Основные понятия:	Эмоции, виды эмоций, чувства, классификация чувств, аффект, эмоциональный интеллект.
Межпредметные связи:	Биология, обществознание
Ресурсы:	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/2215/main/ «Основы общей психологии», Н.С.Ефимова. – М.:ИД «Форум»: ИНФРА-М, 2013
Формы урока:	Фронтальная, парная
Технология:	Деятельностный подход в обучении

Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Задания для учащихся, выполнение которых приведет к достижению запланированных результатов	Планируемые результаты	
				Предметные	УУД
Организационный момент	Приветствие учащихся	Самоконтроль готовности к уроку. Приветствие учителя.			Регулятивные: готовность к деятельности

Мотивация (самоопределение) к учебной деятельности	<i>Мы продолжаем с вами изучение психических свойств личности человека. И сегодня нам предстоит перейти на новый уровень. Посмотрите видеотрегмент. О чем идет речь?</i>	Смотрят фрагмент мультфильма «Головоломка». <i>Вывод: Тема урока – эмоции и чувства.</i>	Просмотр видеотрегмента. Определение темы урока.	Формирование первичного представления об эмоциях, как одном из психических процессов эмоционально-волевой сферы	Регулятивные: целеполагание.
Создание проблемной ситуации	<i>Эмоции появляются у человека с момента рождения и сопровождают его всю жизнь. Какие эмоции самые важные для человека?</i>	Высказывают предположения, аргументируют.	Учитель на доске размещает магнитные карточки с названиями базовых эмоций человека, на экране демонстрирует соответствующие фотографии отображения эмоций человека и приматов.	Выделяют базовые эмоции: <ul style="list-style-type: none"> • Радость • Страх • Гнев • Печаль • Отвращение • Удивление 	Регулятивные: планирование, прогнозирование Коммуникативные: постановка цели Познавательные: Умение строить высказывание
Получение новых знаний путем решения поставленной проблемы 1. Виды эмоция и способы их выражения	<i>Каким образом человек выражает эмоции? Перед вами небольшие листочки бумаги. Изобразите радость, испуг, гнев. Что именно вы сейчас рисовали? Какие физиологические средства выражения эмоция используют люди? Обратимся к рабочему листу урока. Определите эмоции, изображенные на картинках. Только ли при помощи</i>	<i>Вывод: при помощи выражения лица, жестов.</i> Изображают эмоции. Глаза, рот, брови (лица/ смайлики) Ответ: мимические мышцы меняют выражение лица. Заполнение рабочего листа.	<i>Выполнение упражнения «Рисуем эмоции»</i> Заполнение рабочего листа. Фиксация основных видов эмоций.	Способы передачи эмоций: <ul style="list-style-type: none"> • Мимика • Жесты • Интонации 	Регулятивные: оценка, контроль Личностные: самоопределение, смыслообразование Познавательные: поиск информации Коммуникативные: умение выражать свои мысли.

	<i>выражения лица можно передать эмоции?</i>	<i>Вывод: можно использовать жесты и интонации.</i>	<i>Выполнение упражнения: «Эмоциональный телефон»</i>		
2. Значение эмоций	<i>Какое значение имеют эмоции в жизни человека? Приведите примеры. Нужно ли сдерживать свои эмоции? Почему?</i>	Рассуждают, приводят примеры значения проявления эмоций	Учитель направляет беседу, выписывает на доске обобщенные функции.	Выделение функций эмоций: 1) Отражательная 2) Сигнальная 3) Информационная 4) Регулятивная 5) Коммуникативная 6) Защитная	Регулятивные: прогнозирование, контроль Личностные: нравственно-эстетическое оценивание Познавательные: структурирование знаний
3. Степень выражения эмоций	<i>Представим, что человек попал в неприятную ситуацию. Рассмотрите и скажите, какие эмоции при этом вы бы испытали? Каким образом это может отразиться на вашем восприятии жизненной ситуации?</i> <i>Представьте самую сильную эмоцию, которую может испытать человек и ситуацию, в которой это может произойти. Опишите? Как назвать такое состояние? Какое</i>	Рассматривают картинки. Ответ: 1) Досада 2) Раздражение 3) Гнев <i>Вывод: одна и та же эмоция может отличаться по силе проявления в зависимости от конкретной ситуации.</i> Учащиеся описывать ситуации сильных эмоциональных потрясений и связанные с ними эмоции. <i>Вывод: аффект – психоэмоциональное состояние неконтролируемого эмоционального</i>	Изучение проблемных ситуаций по иллюстрациям. Изучение карты эмоций.	Эмоции отличаются по силе проявления. Аффект — сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резким изменением в сознательной деятельности и выраженными двигательными	Регулятивные: прогнозирование, контроль. Личностные: смыслообразование Коммуникативные: оценка личностных взаимодействий Познавательные: поиск информации

	<i>значение имеют состояния аффекта для человека, как живого организма? Как это влияет на здоровье человека?</i>	всплеска. Значение: мобилизация сил организма для решения возникшей проблемы.		проявлениями.	
4. Чувства	<i>На этой карте эмоций вы не найдете таких слов, как «любовь», «сочувствие», «гордость». Почему? Назовите известные вам чувства.</i>	<i>Вывод: все перечисленное объединяет несколько эмоций и является чувствами. Учащиеся называют чувства, комментируют.</i>	Изучение карты эмоций. Беседа. Учитель выписывает чувства на доске, распределяя в три столбика. Затем с помощью учеников дополняет классификацию, обобщая группы.	Этические (моральные и нравственные): <ul style="list-style-type: none"> • Любовь • Сострадание • Гуманность • Преданность • Патриотизм • Любовь к родине • Гордость • Чувство долга Интеллектуальные: <ul style="list-style-type: none"> • Любознательность • Недоумение • Сомнение • Любовь к истине Эстетические: <ul style="list-style-type: none"> • Чувство прекрасного • Возвышенного • Чувство юмора 	Регулятивные: прогнозирование, коррекция, контроль Личностные: самоопределение Коммуникативные: постановка вопросов Познавательные: поиск информации
Закрепление полученных знаний	Перед вами известная картина «Опять двойка». Посмотрите на мальчика, какое чувство нам передал художник. Какие эмоции переживает сейчас мальчик? Так что такое чувства? Какую роль играют чувства на здоровье человека?	Рассматривают картину. Называют чувства, перечисляют эмоции. <i>Вывод: Чувства – это обобщенные эмоции.</i>	Изучение картины. Анализ транслируемых художником эмоций и чувств.	Чувства – обобщенные эмоции, отражающие окружающую реальность в эмоциональной сфере.	Регулятивные: контроль, оценка Личностные: нравственно-эстетическое оценивание Познавательные: структурирование знаний
Применение новых знаний в новой ситуации	<i>Мы видим, что эмоции и чувства пронизывают всю нашу жизнь, но материальным их</i>	Выдвигают предположения, что представляет собой эмоциональный		Эмоциональный интеллект - сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции,	Регулятивные: коррекция, контроль, оценка Личностные:

	<p><i>носителем является наш мозг, так же как и всей интеллектуальной сферы. Как все это уживается в нашей голове?</i></p> <p><i>Сейчас все чаще можно слышать понятие «Эмоциональный интеллект». Что это такое?</i></p> <p><i>Давайте проверим верность рассуждений: «Яндекс, что такое эмоциональный интеллект?»</i></p>	<p>интеллект.</p> <p>После обсуждения, выслушивают определение, данное поисковой системой.</p>	<p>Анализ информации, представленной в виде аудиозаписи.</p>	<p>понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.</p>	<p>самоопределение, смыслообразование</p> <p>Коммуникативные: умение выразить свои мысли, управление поведением партнера</p> <p>Познавательные: структурирование знаний.</p>
	<p><i>Рассмотрим этапы формирования эмоционального интеллекта. Как он формируется?</i></p>	<p>Анализируют таблицу «Эмоциональный интеллект», называют этапы его формирования</p>	<p>Анализ информации, представленной в графической и текстовой форме, распознавание схем.</p>	<p>Этапы формирования ЭИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самосознание • Самоконтроль • Социальная чуткость • Управление отношениями 	
	<p><i>Немного потренируем ваше умение определять эмоции других людей и управлять проявлением своих эмоций.</i></p> <p><i>Так зачем же человеку учиться управлять</i></p>	<p>Работа в парах: один ученик берет карточку, изображающую эмоцию и с помощью мимики передает ее. Второй ученик называет.</p> <p>Работа в парах: один ученик берет карточку, изображающую эмоцию и произносит фразу «Спасибо, чай</p>	<p><i>Упражнение «Пойми меня»</i></p> <p><i>Упражнение «Сила слова»</i></p>		

	<p><i>своими эмоциями? Может и это повлиять на здоровье человека?</i></p>	<p>был очень вкусным» с указанной эмоцией, второй ученик называет эмоцию. Вывод: Управление эмоциями – способ сохранения эмоционального равновесия и психического здоровья.</p>			
<p>Подведение итогов урока. Рефлексия.</p>	<p><i>Вот и подошел к концу наш урок. Чему вы научились сегодня? Как полученные умения помогут вам в вашей будущей профессиональной карьере? Какие навыки вы хотели бы в себе развить? В память о сегодняшнем уроке у вас останутся закладки для книг с изображением эмоций. Выберите и подарите своему соседу по парте ту, которой ему больше всего не хватает. Урок окончен. До свидания.</i></p>	<p>Ответы учащихся. Обсуждение роли приобретенных навыков в профессиональной карьере. Самоопределение направлений для саморазвития.</p> <p>Выбирают изображение эмоции и дарят однокласснику</p>	<p>Самоанализ достижения поставленной цели. Создание образа будущего. Определение направлений для саморазвития.</p>		<p>Регулятивные: оценка Личностные: смыслообразование Коммуникативные: умение выразить свои мысли, управление поведением партнера Познавательные: рефлексия деятельности.</p>