Занятие в объединении «Затейник»

Тема: **Ключ к пониманию себя и других людей**

Цель: **создать условия для формирования способности понимать и управлять выражением эмоциональных реакций**

Задачи:

- расширить знания воспитанников об эмоциях, безоценочного их принятия,

**-** способствовать формированию навыков общения, умения приходить к компромиссному решению и пониманию других людей,

- формировать первоначальные навыки актерского мастерства,

- развивать творческие способности детей посредством актерской пластики,

- воспитывать позитивное творческое отношение участников к занятиям театральной деятельностью

**Ход занятия**

1. **Организационный этап**
2. **Приветствие в кругу.**

- Поприветствуем друг друга!

Каждый по порядку пожимает руку соседу и здоровается с ним. Затем все вместе говорят: «Здравствуйте!»

1. **Разминка**

**\***поменяйтесь те, кто в юбке

у кого день рождения летом

у кого есть нос

\*встаньте по порядку по количеству полных лет

по 1-ым буквам имени: от А до Я

по размеру обуви: от большого до маленького

1. **“Звуковая гимнастика”** (укрепление духа и тела)

- А теперь встанем спокойно, расслабимся, спину выпрямим, делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично произносим букву:

А — воздействует благотворно на весь организм;

Е — воздействует на щитовидную железу;

И — воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

О — воздействует на сердце, легкие;

У — воздействует на органы, расположенные в области живота;

Я — воздействует на работу всего организма;

М — воздействует на работу всего организма;

X — помогает очищению организма;

ХА — помогает повысить настроение.

– Мы с вами актеры. На сцене актер действует не один, а с группой коллег, по – другому – это труппа. Следовательно, он должен видеть, чувствовать и быть внимательным по отношению ко всем участникам спектакля, понимать друг друга с полуслова, с полувзгляда.

1. **Упражнение «Порядковый счет»**

Это упражнение поможет вам установить зрительный контакт со всеми участниками. Все сидят в кругу, один человек говорит “один” и смотрит на любого участника игры, тот на кого он посмотрел, говорит “два” и смотрит на другого.

1. **«Молекулы»** (звучит ритмичная музыка)

Это упражнение поможет вам также научиться ориентироваться в пространстве. Участники изображают броуновское движение молекул. По команде педагога: «Молекула – 2 за руки, молекула – 3 плечами…», участники разбиваются на группы по 2, 3 человека. Объединяются за руки, плечами, локотками, пятками…

По команде: «Молекула свободна!», дети вновь двигаются по одному.

1. **«Зеркало»**

Это упражнение помогает сработаться с партнером, т.е. чувствовать, понимать партнера как самого себя.

Участники разбиваются на пары, встают лицом друг к другу. Один из партнёров – “зеркало”, и его лицо, следовательно, - отражение лица второго партнёра, оно должно следовать всем его движениям. “Смотрите в глаза своему партнёру и, используя периферическое зрение, следуйте его движениям. Делайте их достаточно медленно, в одном ритме, не старайтесь обмануть друг друга. Добейтесь того, чтобы нельзя было отличить, кто является “отражением”.

После определённых достижений в синхронности пар можно предложить кому-нибудь из других пар определить, кто ведущий, а кто его отражение. После того, как пары сработаются, предложите поменяться партнёрами (возможна неоднократная смена партнёров).

Упражнение развивает умение чувствовать партнёра и схватывать логику его движения, это очень хорошее средство развития психологического контакта; упражнение развивает способность к перевоплощению, учит попытке смотреть глазами другого человека на привычные вещи, на окружающих людей, на самого себя.

Заканчивают разминку в круге, делятся своими впечатлениями.

Садятся на стулья.

1. **Основная часть**
2. Тему сегодняшнего занятия вы видите на экране. ***Слайд 1а***

**… - ключ к пониманию себя и других людей.**

- Как вы думаете, что может являться ключом к пониманию себя и других?

Проверим наши предположения!

**Эмоции -** **ключ к пониманию себя и других людей. *Слайд 1б***

- Так чему же будет посвящено наше занятие?

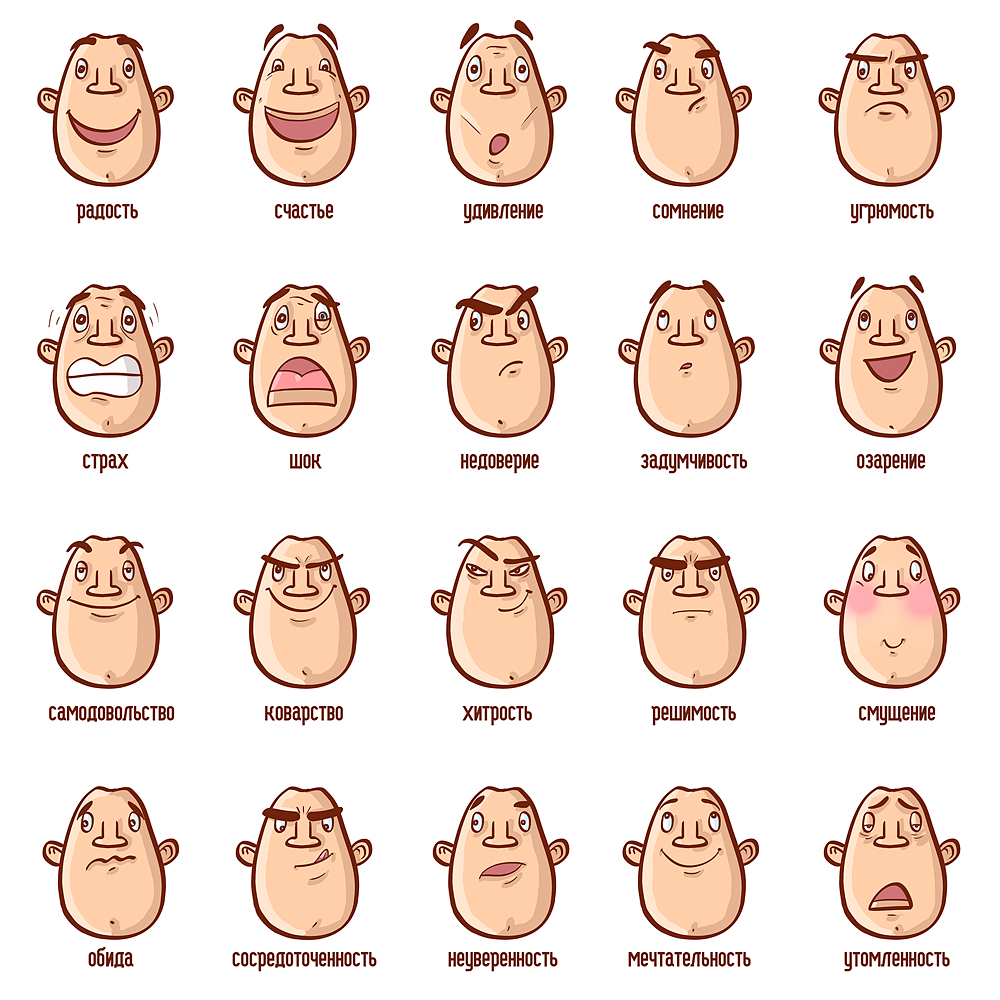
- Что такое «эмоции»? (душевное переживание) ***Слайд 2***

- При помощи чего мы передаем свои эмоции? (мимика и жесты)

**2) Упражнение “Список эмоций” (мозговой штурм)**

- Какие эмоции можете назвать? (Назовите как можно больше слов, обозначающих эмоции.)

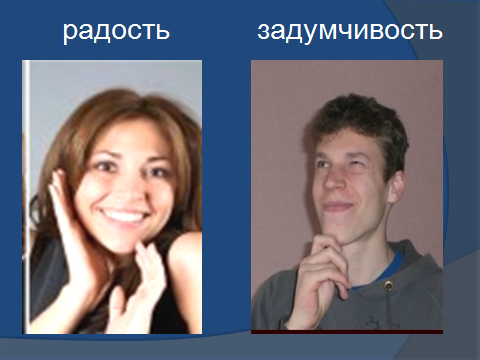
- Посмотрите, какие эмоции не называли? ***Слайд 3***



- Почему эмоции называют ключом к пониманию себя и других людей? (эмоции отражают душевное состояние человека)

- Про кого же говорят: «У него все на лице написано»?

1. **Поупражняемся в определении эмоционального состояния человека? *Слайд 4- 6***





При возникновении трудностей в определении эмоций детям предлагается карточка-подсказка:

отвращение, испуг, грусть, задумчивость, удивление, радость

- Почему возникали затруднения в определении эмоций?

(одну и ту же эмоцию можно выразить по-разному;

мало опыта в определении эмоций)

-Для чего нужно уметь читать эмоции?

(чтобы понимать друг друга, прийти на помощь, поддержать…)

1. **Поупражняемся в передаче эмоций.**

**Игра «Эмоции по кругу»**

Участники сидят по кругу с закрытыми глазами. Педагог просит первого участника передать дальше эмоцию, которая написана на листе (радость, гнев, печаль, удивление и т. п.). Первый, когда будет готов, стучит по колену второго, тот открывает глаза, и передает ему мимикой нужную эмоцию. Второй человек должен передать следующему эту же эмоцию. У последнего спрашивают, какую эмоцию он получил, и сравнивают с тем, какую эмоцию послали вначале.

- Какие эмоции сложнее передавать? Почему возникали сложности? (неточно передавали мимику, присутствовали и другие эмоции, сходная с другими эмоциями мимика …)

- Что вызвало большую сложность: понять эмоции (читать) или же их передавать?

- Что должен уметь делать артист в большей степени: читать или передавать эмоции?

**5)** работа в группах.

- Посмотрите внимательно **фильм «Шпаргалка». *Слайд 7***

- Обратите внимание, как точно передают эмоциональное состояние героев фильма замечательный артист Станислав Садальский и совсем юный артист

Дмитрий Беспалов.

- Постарайтесь понять и записать все эмоции, которые испытывал герой

С. Садальского – учитель.

- Кто больше назовет эмоций, тот и победит!

(сарказм, настороженность, недовольство, удовлетворение, удивление, растерянность, недоверие, ехидство, радость, недоумение, огорчение…)

- Почему смогли назвать так много эмоций? (очень эмоционален, все написано на лице)

**6)** - Когда сложнее понять состояние человека?

- Нужно ли скрывать эмоции?

Если считаете, что **«ДА»** - встаньте справа, если **«НЕТ**» - слева.

Обоснуйте свою точку зрения!

***Всякая эмоция только обогащает жизнь. Голсуорси* *Слайд 8***

*…****Я предпочитаю обнаруживать свои страсти, чем скрывать их в ущерб себе самому: проявившись, они рассеиваются и улетучиваются, и лучше, чтобы их жало вышло наружу, чем отравляло нас изнутри. М.Монтень***

**- Если хотите, чтобы вас понимали, не скрывайте эмоций, говорите о них. Но при этом не навредите другим!**

**7) Упражнение «Стакан»**

(Цель: эмоциональное осознание своего поведения)

Детям предлагается взять одноразовый стакан.

- Сделайте с ним то, что вы сделали бы в состоянии агрессии.

- А теперь верните предмет к первоначальному виду.

Обсуждение:

- Можем ли мы после агрессивных действий все восстановить?

- Бывало, что после агрессии вы жалели о своих действиях?

Заключение**:**

**Все это - вещи, в них есть определенная ценность, но самое ценное сокровище - душа человека. Как мы можем восстановить ее, не оставив следов?**

- Так в каких случаях нужно уметь управлять эмоциями, не показывать их?

- Могут ли эмоции стать причиной конфликта? При каких обстоятельствах?

**8)** Работа в группах.  ***Слайд 9***

**- Проанализируйте ситуацию и предложите свое решение проблемы.**

Непосредственная цель метода case-study совместными усилиями группы учащихся проанализировать ситуацию – саsе, возникающую при конкретном положении дел, и выработать практи­ческое решение; окончание процесса – оценка предложенных алгоритмов и выбор лучшего в кон­тексте поставленной проблемы.

*I этап – знакомство с педагогической ситуацией, ее особенностями.*

Девочка, 10 лет. С трех лет посещает хореографический кружок, с 7-и – вокальную и театральную студии. Очень часто выступает на сцене, участвует в разных конкурсах. Во время подготовки к новому спектаклю пытается руководить своими сверстницами и главную роль взять себе.

- Я лучше вас знаю, я на сцене уже много раз выступала, а вы нет. Поэтому я буду играть главную роль.

Девочки пытаются ей не подчиниться:

- Ну и что с того, что ты много раз выступала? А я лучше тебя эту роль сыграю!

- А вот и нет!

- А вот и да!

На помощь девочкам пришла педагог.

*Представьте, что педагог Вы! Ваши действия.*

*II этап – выделение основной проблемы.*

- Сколько персонажей действует в данной ситуации?

- Какие эмоции испытывают герои? (сарказм, обида, раздражение) Почему?

- Будут ли эмоции препятствовать разрешению конфликта?

- Что же является проблемой? (борьба за лидерство)

- Что может произойти, если проблему не решить?

*III этап – предложение вопросов для «мозгового штурма».*

- Подумайте, как решить проблему, чтобы все остались довольны!

Обыграйте ситуацию!

*IV этап – анализ последствий принятия того или иного решения.*

*Обсуждение в группах.*

**Вариант 1.**

Предложить девочке роль режиссера в данной игре, чтобы помочь своей подруге проявить себя. Показать, что её выступление тоже достойно похвалы.

**Вариант 2.**

Провести беседу с ребенком, объяснить, что другие девочки, ее подруги, тоже хотят сыграть эту роль. Предложить сыграть по очереди.

**Вариант 3.**

Предложить детям не ссориться, а распределить роли при помощи жребия. Так будет справедливо.

**Вариант 4.**

Организовать кастинг на главную роль, выбрать независимое жюри. (мальчики, дети, незадействованные в этой игре).

**Вариант 5.**

Обратиться за советом к детям, как решить эту проблему.

*V этап – решение кейса*

**- Чьё решение оказалось самым удачным?**

**9) Жизнь направляется не логикой, а эмоциями.** Капица Сергей Петрович

Когда человек “обуреваем” эмоциями и захвачен конфликтом, ему трудно выражать свои мысли и внимательно выслушивать противника. **Нормального общения можно добиться только с помощью жесткого контроля собственных эмоций.** Один из самых эффективных способов справиться с негативными чувствами – беседа. Нужно просто рассказать о своих обидах, пусть даже в резкой форме, высказать друг другу то, что чувствуешь. Но, если вы чувствуете, что по мере предъявления своих претензий вы раздражаетесь все больше и больше и при этом обнаруживаете, что ваши жалобы только накаляют отрицательные эмоции оппонента, необходимо сказать себе: «Мне следует остановиться». Целесообразно сказать что-то в роде: «Да, я вижу, мы оба раздражены, но это раздражение никуда нас не приведет. Мне хотелось бы, чтобы мы забыли о нем. Согласимся, что в прошлом случилось нечто неладное, в результате чего мы оба раздражены. Но теперь давайте вместе подумаем над тем, что мы могли бы предпринять в будущем».

**Упражнение «Сердитые шарики»** (цель: развитие самоконтроля)

- Представьте, что вы надуваете шарик. Шарик символизирует нас, а воздух в нем – гнев. Если надувать шарик и дальше, что с ним произойдет?

А с человеком?

- Как сделать так, чтобы шарик остался целым?

- Может ли человек контролировать свой гнев? Может!

Японцы, например, придумали для этого своеобразный ритуал и мягкие подушки для битья. Иногда даже крик или удар по столу подушкой лучше, чем спокойная, хладнокровная отповедь противника.

1. **Заключительная часть**

- Сегодня мы нашли ключ к пониманию себя и других. Что же это за ключ?

- Поделитесь вашими впечатлениями от занятия!

- Где пригодятся знания, полученные на занятии?

**Рефлексия *Слайд 10***

Синквейн:

1.Занятие

2. 2 глагола

3. 3 прилаг.

4. афоризм, пословица, строчка из песни, стиха, цитата

5. междометие

- Кто желает прочитать свой синквейн?

***Театр – это как раз тот вид искусства, который помогает, как тряпочкой, пройтись по твоему внутреннему миру, по сердцу, по душе, снять слой пыли, обострить чувства, эмоции. Марк Тишман***

- Добро пожаловать в мир театра! ***Слайд 11***

- По театральной традиции в конце каждого спектакля, репетиции, занятия принято дарить друг другу аплодисменты. Сила аплодисментов является оценкой труда каждого участника. Поаплодируйте друг другу!

- Вот и пришла пора сказать всем: «До свидания!»

(Стоя в кругу, дети пожимают руку соседу и говорят: «До свидания!»)

- До свидания, до новых встреч!

Звучит песня Булата Окуджавы «Давайте восклицать».