Тренинговое занятие «Основы мимической и пантомимической выразительности педагога»

Работа с детьми сродни работе актера, педагог – актер, дети – зрители. По-своему опыту знаю, как иногда необходима эмоциональность мимики и жестов, а когда мешает неумение владеть ей и контролировать ее.

Обучающиеся, приходящие на занятие, чувствуют наше настроение, наше желание сегодня работать, наше отношение к ним. Важно уметь настроить себя на рабочий лад, несмотря на внешние раздражители и жизненные ситуации. В этом и помогает нам артистизм. Важным разделом в педагогическом мастерстве является выразительность мимики и жестов, умение владеть ими, есть не у всех. Особенно важно это для начинающих педагогов. Молодые педагоги, приходя на работу в учебное заведение, не имеют навыка владеть своими эмоциями. Этому можно научить, это умение приходит с опытом работы. Уроки дисциплины « Основы педагогического мастерства « в педагогическом колледже нацелены на то, чтобы помочь студентам попытаться сделать свою речь более выразительной, используя практические тренинги.

Тренинг предполагает выполнение определенных психогимнастических упражнений, которые позволяют снять психо-эмоциональное напряжение, научить студентов владеть своим двигательным аппаратом, способствует приливу энергии.

Тренинг высвобождает эмоции, поскольку разные упражнения способствуют развитию эмпатийности, эмоциональной выразительности молодого специалиста. Предлагаю вашему вниманию методическую разработку одного из многочисленных тренинговых занятий.

**Тренинговое занятие «Основы мимической и пантомимической выразительности педагога»**

**Цель:** помочь осознать особенности своего невербального поведения ;понимание экспрессии психических состояний личности; развитие умений педагогически целесообразно выражать свое отношение с помощью невербальных средств общения.

План занятия:

1. Приветствие-разминка «Динамическое прикосновение»
2. Упражнения: «Узнай эмоцию»
3. Этюды «Развитие семантических движений», »Жесты», »Улыбка»
4. Упражнение «Передаем предмет»
5. Упражнение «Задуманное слово»
6. Упражнение «Кто это?»
7. Упражнение «Чувство, с которым пришел на занятие»
8. Упражнение «Общая мимическая реакция»
9. Упражнение «Выражение индивидуальной реакции»
10. Упражнение «Банк хорошего настроения»

**Упражнение**

**Приветствие-разминка «Динамическое прикосновение»**

 *Цель:* выделение особенностей экспрессивной выразительности человека в момент передачи эмоций через динамические прикосновения.

 *Задание:* выразить при помощи прикосновений своё эмоциональное состояние и передать его партнеру по общению.

 *Инструкция:* образуются два круга: внешний и внутренний. У каждого участника есть партнер. По сигналу ведущего участники начинают движение кругов в противоположном направлении. Каждому новому партнеру нужно передать свое эмоциональное состояние с помощью другого вида прикосновений и понять, что хотел передать он. Приветствие заканчивается, когда круги возвращаются в исходное положение.

 *Анализ упражнения:*

1. Выразить своё отношение к использованию прикосновений в качестве способа передачи эмоций.
2. Какие виды прикосновений наиболее распространены? Почему?
3. Насколько трудно /легко было сочетать применение прикосновения и анализ действий партнера?

**Упражнение «Узнай эмоцию»**

 *Цель:* фиксирование и определение эмоционального состояния людей.

 *Задание:* методом свободного выбора определений описать эмоцию человека, изображенного на фотографии.

 *Инструкция:* выберите фотографию, представьте себе человека, изображенного на ней. Ответьте на вопросы:

- Какие события могли вызвать данное эмоциональное состояние человека?

-При каких обстоятельствах они появились?

Предложите, какими могут быть действия человека на фотографии по закреплению увиденной вами эмоции.

 **Этюд 1.»Развитие семантических движений»**

Вы вошли в аудиторию. Найдите двигательные, мимические, визуальные средства привлечения внимания к словам «тишина», «внимание»….

**Этюд 2.»Улыбка»**

Вам предстоит выступать перед учащимися с новой информацией. Покажите улыбку: добрую, злую, насмешливую, вежливую, надменную, холодную.

**Этюд 3. «Жесты»**

Вам предстоит с помощью невербальных средств разные ситуации: посидеть на стуле как председатель экзаменационной комиссии, списывающий студент, разгневанный преподаватель, провинившийся студент…..

**Анализ этюдов:**

1. От чего зависит успешность выполнения задания?
2. Насколько трудно (легко) практически применить данные педагогические умения.

**Упражнение «Передаем предмет»**

Инструкция: Невербально передать по кругу воображаемый предмет. Тот, кому передается предмет, должен соответственно принять и передать его далее.

Анализ:

Обратить внимание на то, что распознавание и адекватная реакция зависит от открытости личности, ее воображения, эмоционального настроя.

**Упражнение «Задуманное слово»**

Инструкция:Группа делится на 2 подгруппы. Каждая задумывает слово, обозначающее предмет или абстрактное понятие. Поочередно представитель групп невербально представляет это слово противоположной подгруппе. Те имеют право предлагать различные варианты ответа, а рассказчик невербально соглашается или отрицает их, чтобы играющие изменили направления поиска.

**Упражнение «Кто это?»**

Написать заранее характеристику невербального поведения одного из студентов группы. На занятии зачитать без указания адресата. Группа определяет, кому из ее членов она может принадлежать. Задание можно усложнить, сопоставив экспрессию поведения студента и учителя-мастера.

**Упражнение «Чувство, с которым пришел на занятие»**

Предлагается по желанию высказать с помощью мимики и жестов те чувства, с которыми шел на занятие. Задание можно представить и как чувства, с которыми находишься на занятии.

В анализе упражнений не следует давать оценку выполнения, обращая внимание на возможность различных вариантов, характеризующих определенный стиль поведения личности. В анализе оправдан вопрос: как воспринимается человек, выполняющий данное упражнение? Соотношение восприятия группы и удовлетворенности исполнителя может служить основой для его размышлений и коррекции поведения в целом.

**Упражнение «Общая мимическая реакция»**

Упражнение проводится одновременно для всех. Выполняют его, сидя, как обычно, в аудитории, не видя реакции другого, что раскрепощает и снимает робость. Выполняются задания совместно по предъявлению ситуации преподавателем:

А. Начался урок. Вы за столом. Открывается дверь. Смотрите на вошедшего:

Требовательно: «Быстрее садись»;

Удивлено: «Не ожидал»;

С досадой: «Отвлекаешь»;

Спрашивая: «Что-нибудь случилось?»;

Укоризненно: «Мешаешь работать»;

Радостно: «Наконец-то!» и т.д.

 В. Вы вызываете ученика. Он заявляет: «Я не выполнил задание». Ваша реакция

Сочувствую: «Понимаю, как тебе неприятно»;

Осуждаю: «Это недопустимо!»;

Жду: «Что будет дальше, чем объяснить?»;

Готов заступиться: «Да, тебе помешало отсутствие по болезни»;

Удивлен: «Не ожидал такого от тебя»;

Удивлен: «Это уже в который раз!»;

Безразлично: «Меня это не трогает»

При анализе выполнения этих заданий следует предложить описать содержание тех ситуаций, которые бы оправдали все действия. Все ситуации можно проиграть с позиций учителя и ученика, сопоставив содержание, наполнение ситуаций, какие последствия вызывают данные реакции у партнера, т.е. работать над целесообразностью мимики для определенных ситуаций.

**Упражнение «Выражение индивидуальной реакции»**

В отличие от предыдущего, это упражнение выполняется перед аудиторией. Ситуации упрощены. Требуют творчества. Студенты по очереди принимают роль учителя. После выполнения упражнения всей группой выбирается наиболее целесообразный вариант и демонстрируется перед аудиторией. Мы предлагаем примеры ситуаций, предложенных Н. Е. Шурковой, возможны и другие ситуации школьной тематики.

 Вы пишите на доске. Ученики должны писать вместе с вами в тетрадях одновременно. «Вдруг» раздается какой-то «шум», оборачиваетесь, выражая:

Удивление: «Что случилось?»;

Осуждение: «Кто еще не начал работать?»;

Требование: «Да перестаньте же, пора успокоиться»;

Выжидание: «Я жду тишины»;

Гнев: «Тихо! Нельзя шуметь, когда все работают»;

Страдание: «Как можно шуметь, когда здесь у нас важное дело?!»

Контрольная работа. Вы за столом. Видите, как ученик пытается воспользоваться шпаргалкой. Ваши взгляды встречаются. Ваш взгляд:

С укоризной;

С настойчивым запретом;

С лукавым сочувствием;

С безмерным удивлением;

С ожиданием дальнейших действий;

С гневом и т.д.

Ученик у доски. Выполнил задание. Ваша реакция:

Спокойная: «Все правильно»;

Радостная: «Молодец!»;

Веселое удовлетворение;

Приятное удивление такому прекрасному результату;

Удивление: «Ты уверен, что у тебя все правильно?»;

Огорчение и осуждение;

Жесткое осуждение;

Сочувствие, но ироническое осуждение;

Сарказм: «Прекрасно!»

Для того чтобы реакция студентов была не чисто внешней, а органичным выражением внутреннего отношения, полезно предлагать студентам описать причины таких реакций, оправдать вариант выбора воздействия, мысленно дорисовывая обстоятельства классной жизни, выразить свое отношение в виде внутреннего монолога словесно, а затем невербально.

В случае затруднений можно продемонстрировать примеры мимической реакции на слайдах, заранее заснятых по данной тематике.

**Упражнение «Банк хорошего настроения»**

Цель: выработка умения намеренного вызывания у себя позитивных эмоций.

Задание: отобрать способы, позволяющие преподавателю вызывать положительные эмоции по заказу.

Инструкция: задание выполняется в триадах. Каждая обсуждает вопрос о том, какими способами эффективнее всего намеренно вызвать у себя положительные эмоции. Все предложенные способы фиксируются в «Банке хорошего настроения», продумываются способ его оформления и презентации окружающим, выбираются один-два способа, которые демонстрируются присутствующим.

Анализ упражнения:

1. Какие способы оказались наиболее приемлемыми для данной аудитории участников?
2. Презентация, какого из «Банков» показалась наиболее интересной?
3. Какие из перечисленных приемов можно использовать преподавателю для улучшения своего творческого самочувствия перед или во время учебного занятия?

По окончании тренингового занятия студенты отвечают на вопросы Экспресс-опросника:

1.В чем вы видите цель тренингового занятия?

2.Как это занятие способствует вашей профессионализации;

3.Удалось ли вам в процессе тренинга овладеть механизмами личностного и педагогического взаимодействия?

4. Что вам дало тренинговое занятия в плане личностного и профессионального развития?