Рефлексия настроения и эмоционального состояния. Рефлексия деятельности.

«Тот, кто сумел отрефлексировать действительность,

Тот и получает преимущества в движении вперёд»

Е. Доманский

В современной педагогике под рефлексией понимают самоанализ деятельности и её результатов.

Рефлексия может осуществляться не только в конце урока, как это принято считать, но и на любом его этапе.

Проведение рефлексии настроения и эмоционального состояния целесообразно в начале урока с целью установления эмоционального контакта с группой и в конце деятельности.

Я хочу представить вашему вниманию некоторые приемы работы, которые можно использовать на уроке.

Все приёмы рефлексии можно условно разделить на три группы.

Первая из них – вербальные приёмы.

1. Приём «сами планируем, организуем, оцениваем».

В начале урока классу задаются вопросы:

Чем бы вы хотели заниматься на уроке? Что хотели бы узнать? Чего ты ждёшь от урока?

Учитывая пожелания детей, на доске составляется план урока.

Далее ставится вопрос: как надо организовать урок, чтобы выполнить задуманное?

Учащиеся дают рекомендации, тем самым настраиваясь на работу.

В конце урока, подводя итог, дети сами оценивают результаты и качество работы.

Так, как наши дети непредсказуемы, могут возникнуть непредсказуемые ситуации, нужно быть готовым к решению внезапно возникших проблем.

1. Приём «плюс – минус»

В графу «П» - «плюс» записывается всё, что понравилось на уроке, информация и формы работы, которые вызывали положительные эмоции, либо по мнению ученика могут быть ему полезны для достижения каких – то целей. В графу «М» - «минус» записывается всё, что не понравилось на уроке, показалось скучным, вызвало неприязнь, осталось непонятным, или информация, которая, по мнению ученика, оказалась для него не нужной, бесполезной с точки зрения решения жизненных ситуаций.

1. Приём «Радуга эмоций»

Более старшие ребята (учащиеся 3-4 классов) могут оценить не только настроение, но и своё эмоциональное состояние. И вопрос «Что ты чувствуешь сейчас? Какие эмоции ты испытываешь?» быстро становятся привычными и не вызывают у ребят удивления. В помощь учащимся для высказывания можно предложить опорный конспект, который также способствует повторению и расширению лексического запаса.

Что ты сейчас чувствуешь?

|  |  |
| --- | --- |
| Негативные эмоции | Позитивные эмоции |
| страх  уныние  печаль  равнодушие  тревога | ожидание сюрприза  восхищение  радость  чувство победы  удача |

Отвечая на эти вопросы, учащиеся обычно радуют разнообразием чувств и переживаний.

1. Приём «комплимент»

Комплимент – похвала, комплимент деловым качествам, комплимент в чувствах. С помощью комплимента учащиеся оценивают вклад друг друга, благодарят друг друга и учителя за проведённый урок. На мой взгляд, очень полезный приём, т.к. детям легче выказывать критические замечания, чем комплименты. Данный приём положительно влияет на формирование самооценки.

Вторая группа приёмов – графические приёмы.

1.Самый простой вариант «смайлик» - карточки с изображением трёх лиц: весёлого, нейтрального и грустного. Учащиеся выбирают «смайлик» соответствующий их настроению.

2. Приём «солнышко». Детям можно предложить представить себя лучиками солнца. В конце урока лучики располагаются на солнышке согласно настроению.

Но более интересны, на мой взгляд, приёмы с различными цветовыми изображениями, так называемая «цветопись».

а) У учащихся две карточки: синяя и красная. Они показывают карточку в соответствии со своим настроением в начале и в конце урока. В данном случае мы можем проследить, как меняется эмоциональное состояние ученика в процессе занятия. Не может не вызвать интереса у учителя причина изменения настроения в ходе урока. Это ценная информация для размышления и корректировки своей деятельности.

б) «Букет настроения». В начале урока учащимся раздаются бумажные цветы: красные и голубые. На доске изображена ваза. В конце урока дети прикрепляют к вазе красный или синий цветок.

Можно предложить ребятам более разнообразный спектр цветов: красный, желтый синий.

в) «Дерево чувств» - если чувствую себя хорошо, комфортно, то вешаю на дерево яблоки красного цвета, если нет, зелёного.

г) «Светофор»

д) «Древо познаний». Проводя рефлексию, учитель просит учеников высказать своё мнение об уроке, о своей деятельности и если есть положительные ответы, на ствол дерева вывешивается листик. Обычно, дерево покрывается листьями за неделю. После рефлексии виден результат работы учителя и успешность учеников.

|  |  |
| --- | --- |
| цвет листика | настроение |
| красный  оранжевый  желтый  зелёный  синий  фиолетовый  чёрный | восторженное  радостное, тёплое  светлое, приятное  спокойное  неудовлетворенное, грустное  тревожное, напряжённое  упадок, уныние |

Третья группа приёмов – эмоционально – художественная и эмоционально – музыкальная рефлексия.

1. Эмоционально – художественная рефлексия.

Если учитель хочет закончить урок на более высоком эмоциональном уровне, к чему располагает также и содержание урока, то можно использовать приём эмоционально – художественной рефлексии: учащимся предлагаются две картины с изображением пейзажа. Одна картина проникнута грустным, печальным настроением, другая – радостным, весёлым. Ученики выбирают ту картину, которая соответствует их настроению.

1. Эмоционально – музыкальная рефлексия. Учащиеся слушают фрагменты из двух музыкальных произведений (желательно указать композитора произведения). Звучит тревожная музыка и спокойная, восторженная. Учащиеся выбирают музыкальный фрагмент, который соответствует настроению. Если есть время, то можно предложить учащимся выразить своё эмоциональное настроение в виде рисунка, а в конце провести выставку рисунков.

Рефлексия деятельности.

Этот вид рефлексивной деятельности приемлем на этапе проверки домашнего задания и защите проектных работ. Применение этого вида рефлексии в конце урока даёт возможность оценить активность каждого на разных этапах урока, оценить эффективность решения поставленной учебной задачи (проблемной ситуации).

Некоторые приёмы, используемые на практике для реализации данного вида рефлексии.

1. Самооценка активности на каждом этапе урока. «Лестница успеха».

На доске – изображение лестница. На нижней ступеньке схематично изображён ученик. В конце урока учащимся предлагается оценить свою работу на каждом этапе урока, изобразив себя на ступеньках лестницы, на пути к успеху.

1. Логическим завершением урока, его осмыслением является индивидуальная письменная (личностная) рефлексия. Формы проведения самые разнообразные и хорошо известные учителю-тесты, мини-сочинения, письмо другу, схемы, таблицы. Или можно использовать приём «графический организатор» - проанализировать свою деятельность и составить схему – паутину.
2. Для организации рефлексии в группе, можно использовать опорные слова и фразы для высказываний: помощь. Вместе, совет, дин, помогли, посоветовал. Рассказывал, подружились и т.д.

Мы учились …

Саша мне помог решить…

Многие молчали…

Мы вместе рисовали…

Мы хотели написать…

1. Приём « что если…?» предполагает включение в работу на этапе рефлексии данного вопроса. Этот вопрос позволяет учащимся по – новому, с другой стороны посмотреть на проблему, выдвинуть свои предположения, свои гипотезы развития событий, способствует развитию мышления учащихся.

Что, если бы Иванушка не напился воды из копытца?

Что, если бы ты оказался на месте царевича?

Рефлексия способствует развитию трёх качеств человека, которые потребуются ему в XXIв., чтобы не чувствовать себя изгоем.

Самостоятельность. Не учитель отвечает за ученика, а ученик, анализируя, осознаёт свои возможности, сам делает свой собственный выбор. Определяет меру активности и ответственности в своей деятельности.

Предприимчивость. Ученик осознает, что он может предпринять здесь и сейчас, чтобы стало лучше. В случае ошибки или неудачи не отчаивается, а оценивает ситуацию и, исходя из новых условий, ставит перед собой новые цели и задачи и успешно решает их.

Конкурентоспособность. Умеет делать что-то лучше других, действует в любых ситуациях более эффективно.

Любой человек с радостью делает то, что у него хорошо получается. Но любая деятельность начинается с преодоления трудностей. У рефлексивных людей путь от первых трудностей да первых успехов значительно короче.