

Почуття й емоції. Вияви почуттів. Способи висловлювання почуттів. Співпереживання і співчуття

Конспект уроку, 5 клас *



Основну увагу приділено поглибленню знань учнів про сутність людини як об'єкта соціального оточення, розвитку милосердя і толерантності, співчуття та співпереживання, вихованню культури почуттів.

Ключові слова: емоції, почуття, милосердя, співпереживання, співчуття.
Kruk T. Ye. Feelings and Emotions. Expression of Feelings. Ways to Express Feelings. Empathy and Sympathy.

The main attention is paid to deepen the pupils' knowledge about the human essence as the object of social environment, development of mercy and tolerance, sympathy and empathy, training of feelings culture.

Key words: feelings, emotions, mercy, empathy, sympathy.

Мета: поглиблювати знання учнів про сутність людини не тільки як фізичної особи, а й як об'єкта соціального оточення; вчити розрізняти емоції та почуття, способи їх висловлювання; розвивати толерантність, уміння співпереживати та співчувати; виховувати культуру поведінки, доброзичливе ставлення до інших людей.

Очікувані результати. Після уроку учні зможуть пояснювати поняття «емоції» та «почуття», наводити приклади висловлювання почуттів, розпізнавати емоції, називати риси милосердних людей, аналізувати дії, що впливають на настрій та почуття, висловлювати судження щодо культури спілкування.

Обладнання: ілюстративний матеріал, роздатковий матеріал, мультимедійний проектор, інтерактивна дошка.

Тип уроку: комбінований.

Хід уроку

I. Організаційний момент

1. Привітання вчителя

2. Установка на позитивний настрій

Подивімося на сонце. Воно лагідне і привітне. Простягнімо до нього свої руки, візьмімо по одному промінчику і поселімо їх у свої серця. Тепер ми стали на один промінчик добрішими, чуйнішими, милосерднішими. Тож посміхнімося один одному, адже в кожному з нас тепер живе маленьке сонечко.

II. Актуалізація опорних знань

1. Бесіда

У чому полягає унікальність кожної людини?

Чому важливо поважати себе?

Чому потрібно поважати інших?

Що ми розуміємо під словом «толерантність»?

2. Вправа «Ланцюжок». Учні по черзі називають по одній рисі толерантної людини.

III. Мотивація навчальної діяльності

Уявімо таку ситуацію. У школі ви посварилися з найкращим другом та ще й отримали погану оцінку за контрольну роботу. Ви вирішили не розказувати про це вдома, щоб не засмучувати батьків. Але тільки ви переступили поріг оселі, як мама запитала: «Що трапилось?». Чи відомі вам такі випадки? Як мама здогадалась про ваш настрій? Які емоції переповнювали вас у цей момент? Чи стало вам легше на душі після розмови з мамою? Чи маємо ми співпереживати та співчувати іншим людям?

IV. Повідомлення теми, мети та завдань уроку

Епіграф уроку: «Співстраждання є найголовніший і, можливо, єдиний закон буття всього людства». Ф. Достоєвський

V. Вивчення нового матеріалу

1. Розповідь учителя з елементами бесіди

Настрій людини часто змінюється. Це залежить від обставин та емоцій, які вона переживає.

Емоції – це переживання, пов'язані з конкретною ситуацією. В емоціях виявляється ставлення людей до навколишнього світу, до усього, що відбувається в житті.

Позитивні емоції (радість, захоплення, задоволення) покращують настрій, а негативні (страх, горе, відчай, гнів, тривога) – псуєть його. Подумайте та продовжте список позитивних емоцій. Тепер – негативних. Не завжди людина може чітко усвідомити емоцію, чого не скажеш про почуття.

Почуття – це стійке переживання, пов'язане зі ставленням до іншої людини, предмета чи явища. Наприклад: любов, дружба, заздрість, ворожість.

* Презентація – на CD цього номера.

Почуття виражаються через емоції. Проте інколи буває так, що вони не збігаються, або ж, навпаки, суперечать одне одному. Якщо вас насварили дорослі, то це не означає, що вони вас не люблять або ставляться вороже. Пригадайте зі свого життєвого досвіду подібні ситуації.

Настрій людини залежить від того, як розвиваються події у її житті та що відбувається навколо. Настрій значною мірою залежить і від здоров'я людини, зокрема від стану нервової системи. На с. 65 вашого підручника є поради, виконання яких дозволить покращити свій настрій. Прочитайте їх. Можливо, у когось є доповнення, хтось має свій «рецепт хорошого настрою»?

Люди можуть бути безпорадними і немічними, перебувати у стані страху, суму, розгубленості. Як правило, вони потребують піклування та співчуття. Співчуття – це здатність поставити себе на місце іншої людини, зрозуміти й відчути те, що й вона. Глибше співчуття називають співпереживанням. Співчувати та співпереживати здатні чуйні, милосердні люди.

2. Читання та обговорення оповідання В. Сухомлинського «Сива волосинка»

1. Які емоції пережила мама Михайлика, коли побачила його на тоненькій гілці?

2. Які почуття в мами до Михайлика? Аргументуйте свою думку.

3. Які почуття в Михайлика до мами? Як він їх виявив?

3. Читання та обговорення оповідання В. Сухомлинського «Красиві слова і красиве діло»

1. Хто із трьох хлопців, на вашу думку, виявив істинне співчуття та співпереживання?

2. Чи погоджуєтесь ви з думкою: «Гарні не красиві слова. Гарні – красиві діла»?

VI. Узагальнення та систематизація знань

1. Робота в зошиті. Вправа «Встав пропущені слова»

У людини є емоції та _____. Емоції – це _____, пов'язані з конкретною ситуацією. Емоції бувають _____ та _____. Почуття – це _____, пов'язане зі ставленням до іншої людини, предмета чи явища. Емоції та почуття впливають на _____ людини. Людина є емоційно благополучною, якщо вміє справлятися зі своїми _____, знаходити прийнятні способи їх вираження.

2. Робота в групах. Гра «Відгадай!»

Клас об'єднується у дві групи. Із кожної групи представник отримує картку, де написано якесь почуття. Його завдання – показати це почуття за допомогою міміки, жестів та пантоміми. Група має відгадати, що показує ведучий. Якщо група говорить неправильно, право на відповідь переходить до іншої групи.

3. Робота з підручником. На с. 69 вибрати з переліку та записати у зошит риси, що притаманні милосердним людям.

4. Доповніть таблицю «Позитивні та негативні емоції»

Таблиця 1

Позитивні емоції	Негативні емоції

5. Практична робота «Відпрацювання навичок висловлювання почуттів»

1. Проаналізуйте ситуацію.

На день народження батьки подарували вам телефон, про який ви давно мріяли. Виберіть спосіб висловлювання почуттів у цій ситуації.

А. Ви кричите: «Ура! Я мріяв (мріяла) саме про такий подарунок!» і цілуєте батьків.

Б. Ви кажете: «Я мріяв (мріяла) саме про такий подарунок! Дякую!».

В. Ви подякували за подарунок і побігли в іншу кімнату його розглядати.

Г. Запропонуйте свій варіант.

2. Проаналізуйте ситуацію.

Ви сподівалися, що на день народження батьки подарують вам телефон, але отримали в подарунок м'яку іграшку, яка вам не дуже подобається. Виберіть спосіб висловлювання почуттів у цій ситуації.

А. Ви мовчки берете подарунок і йдете в іншу кімнату.

Б. Ви говорите: «Мені не подобається цей подарунок. Заберіть його назад».

В. Ви чемно дякуєте, не показуючи розчарування.

Г. Запропонуйте свій варіант.

3. Запропонуйте для аналізу свою ситуацію і варіанти висловлювання почуттів у ній.

VII. Підбиття підсумів уроку

1. Рефлексія

Продовжіть фразу: «Вміння керувати своїми емоціями допоможуть мені...», «Вміння співпереживати та співчувати рідним і близьким, знайомим і незнайомим дозволять мені...»

2. Коментоване оцінювання роботи учнів на уроці

3. Узагальнювальне слово вчителя

У школі чи на вулиці, у магазині чи в лікарні, у середовищі знайомих чи не знайомих нам людей є ті, що потребують нашої підтримки і допомоги, розуміння та співчуття. Я впевнена, що коли ви зустрінете таких людей, то виявите свою толерантність, турботу та милосердя, адже всі ви добрі, чуйні, щирі діти. А знання, отримані на сьогоднішньому уроці, нехай допоможуть вам у цьому.

VIII. Домашнє завдання

Опрацювати матеріал підручника із вивченої теми (с. 63–75), виконати завдання 2 (с. 73) письмово, зробити малюнок «Милосердя я уявляю таким...»

Література

- Бойченко Т. Є. Основи здоров'я : підручн. для 5 кл. загальноосвіт. навч. закл. [Текст] / Т. Є. Бойченко, С. В. Василенко, Н. І. Гущина та ін. – К. : Генеза, 2013. – 208 с. : іл.
- Бех І. Д. Основи здоров'я : підручн. для 5 кл. загальноосвіт. навч. закл. [Текст] / І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. – К. : Алатон, 2013. – 180 с.
- Репіленко Л. Л. Уроки з основ здоров'я : посібн. для вчителя : 5 кл. [Текст] / Л. Л. Репіленко. – Т. : Навч. кн. – Богдан, 2014. – 184 с. – (Б-ка вчителя).
- [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.schoollife.org.ua/tema-pro-pochuttya-i-spivchuttya-5-klas-osnovy-zdorovya-nova-prohrama/>