

Добрый день!
Сегодня предлагаю тебе совершить виртуальное путешествие в мир эмоций

Разработчик:
Семенова Екатерина
Викторовна, педагог-психолог
государственного учреждения
образования «Средняя школа
№14 г. Мозыря»

МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ
ТЕМА «Эмоции в моей жизни»
КЛАСС 6-8 (12-14)

Дорогой друг! Сегодня ты узнаешь, что такое эмоции, какие бывают эмоции, познакомишься с упражнениями для развития мимики, сыграешь в игру «Угадай эмоцию», изготовишь своими руками игрушку-антистресс.

Ты будешь сегодня более успешным, если после участия в занятии «Эмоции в моей жизни», ты сможешь ответить на вопрос: «Как поднять своё настроение на весь день и не скучать, сидя дома?»

Шаг	Инструкция для учащихся
1.	Знаешь ли ты, что такое эмоции, для чего они людям, какие бывают эмоции? Об этом и другом ты сможешь узнать подробнее из этого видео: https://www.youtube.com/watch?v=TYejOHhjDP4
2.	Существует множество человеческих эмоций, такие, как радость, грусть, злость, удивление, отвращение, страх. Определить то или иное чувство, которое испытывает человек, мы можем по выражению глаз, бровей, рта (т.е. мимике) и жестам. Давай сейчас потренируемся в определении того, или иного чувства по выражению лица (мимике). Для этого пройди по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=TH9b05TFdww
3.	Знаешь ли ты, что свою мимику можно тренировать? Для этого нужно выполнять простые упражнения. Познакомиться с этими упражнениями можно здесь: https://say-hi.me/bolshe/10-effektivnyx-uprazhnenij-dlya-uluchsheniya-mimiki-lica.html
4.	Мне интересно было бы узнать, какие события вызывают у вас то или о чувство? 1. Я радуюсь, когда... 2. Я грущу, когда, ... 3. Я нервничаю, когда... 4. Я горжусь, когда... 5. Я тревожусь, когда... 6. Я спокоен, когда... 7. Я злюсь, когда...

	8. Я боюсь, когда... 9. Я люблю, когда... Свои ответы присылайте в вайбер на номер+375333154089
5.	Я предлагаю тебе сделать игрушку-антистресс https://www.youtube.com/watch?v=MhVw2O1jy1o
6.	А теперь я попрошу тебя выразить на лице те эмоции, которые ты получил в ходе выполнения заданий. Запиши на видео свой отзыв о занятии и отправь видео мне в вайбер на номер +375333154089.

Хорошо, когда у человека радостное настроение, тогда любое дело получается. Ребята, спасибо вам за вашу работу. На этом наше занятие окончено! До свидания!