

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Чебулинский центр дополнительного образования»

**Занятия по этикету
для детей
младшего школьного возраста
Тема: «Секрет хорошего настроения».**

Разработал: педагог дополнительного образования
Нефедова Юлия Сергеевна

Верх-Чебула

2018

План - конспект занятия по этикету:

Тема: «Секрет хорошего настроения».

Цель занятия: создание условий для повышения социальной адаптации младших школьников посредством формирования у детей умения распознавать и выражать свое эмоциональное состояние.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с понятием «настроение»;
- познакомить учащихся с основными правилами, которые являются основой хорошего настроения;
- дать представление о взаимосвязи, существующей между мыслями, настроением и здоровьем.

Воспитательные:

- воспитывать чувства позитивного мироощущения: оптимизм, радость, доброта;
- воспитывать потребность и способность внимательного, чуткого отношения к своим близким.

Развивающие:

- развивать коммуникативные навыки;
- развивать умение управлять своим настроением;
- развивать у учащихся адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

Методы:

- словесный (беседа, объяснение);
- наглядный (образец, показ);
- практический (выполнение работы);
- игровой (игры, упражнения, игровые ситуации).

Материалы и оборудование: плакат, фломастеры, карточки с заданиями.

Структура занятия:

1. Организационный момент 5 мин.
2. Основная часть. Физкультминутка 30 мин.
3. Итог занятия. Рефлексия 10 мин.

1.Организационный момент.

Здравствуйте, ребята. Сегодня я вам предлагаю самостоятельно разгадать, о чем будет идти речь на нашем занятии. Для этого вам необходимо найти ключевое слово, которое спряталось среди разных букв. *(Педагог раздает задание каждому ребенку)*

В	О	Н	А
П	К	Ч	С
Я	Б	Р	Т
У	Е	О	Ф
Я	Н	И	Е

Итак, ребята, о чем же мы сегодня будем говорить? *(Ответы детей)*

Правильно, сегодня на занятии мы будем говорить о настроении. Попробуем разобраться от чего вам бывает грустно, что вас беспокоит. Будем учиться выражать свои чувства и познакомимся с правилами поддержания хорошего настроения, так необходимого для здоровья человека.

2. Основная часть.

Начнем нашу работу с небольшой, но интересной разминки, которая поможет вам включиться в работу, а также поднимет настроение.

Упражнение – разминка «Поменяйтесь местами...» *(Дети садятся в круг на стулья)*

Я буду называть вам какой-то признак, а вы будете в соответствии с ним меняться друг с другом местами.

- поменяйтесь местами те, кто - умеет веселиться;
- поменяйтесь местами те, у кого есть старший брат или сестра;
- поменяйтесь местами те, у кого голубые глаза;
- поменяйтесь местами те, кто любит животных;
- поменяйтесь местами те, кто умеет дружить;
- поменяйтесь местами те, у кого сейчас хорошее настроение.

- Ребята, давайте выясним, что же такое настроение. *(Ответы детей)*

- Настроение – это душевное состояние человека, которое отражается в поведении. Оно может быть разным. Когда хочется смеяться, улыбаться всем вокруг, то ваше настроение радостное. А бывает так, что настроение похоже на праздничный салют – яркое, как разноцветные искры, и мир вокруг кажется таким разноцветным и ярким. В такие моменты у нас просто замечательное настроение!

- Но настроение не всегда похоже на салют, иногда оно как озеро в хорошую, летнюю погоду – спокойное, тихое и очень-очень светлое. Тогда мы чувствуем себя хорошо и уверенно. Бывает, когда хочется посидеть, подумать о чем-то своём, помечтать, тихо поиграть, почитать или порисовать.

- А может быть настроение грустным, хмурым, когда на глаза сами собой, словно капельки дождя, набегают слёзы.

- Ребята, как мы видим, настроение может зависеть от многих причин.

- Назовите причины, которые могут испортить вам настроение? *(Ответы детей)*

- А приподнять, улучшить? *(Ответы детей)*

Упражнение «Настроение».

Это упражнение развивает нашу фантазию и воображение.

- Начните ходить по классу, при этом ощутите все свое тело, свои ноги и ступни, руки и кисти, позвоночник и голову. А теперь подумайте о своем настроении, с которым вы начали упражнение, и выразите это настроение походкой. Пожалуйста, при этом не разговаривайте и не обращайте внимание на других членов группы (15 секунд).

А теперь постарайтесь походкой выразить другое настроение. Представьте себе, что вы очень устали, совсем обессилены. Продолжаем ходить по классу, не останавливаясь (15 секунд).

А теперь идите как совершенно счастливый человек, получивший хорошую отметку (15 секунд).

Теперь — как очень пугливый человек (15 секунд).

Дальше идите как лунатик, бредущий во сне с открытыми глазами (15 секунд).

А теперь придумайте сами, что бы вам хотелось выразить своей походкой (15 секунд) (*Дети рассказывают, что они изображали*)

- Ребята, мы с вами только что убедились, что можно догадаться какое у человека настроение, если судить по его движениям, походке, осанке, позе, рукам.

При хорошем настроении руки спокойны, уверенны, никаких лишних движений, при плохом – руки могут быть сцеплены, сжаты в кулаки. Когда настроение бодрое, приподнятое, плечи расправлены, фигура становится как бы выше, взгляд острый, походка решительная, движения точные. Человек наполнен силой, и это сразу видно. На лице играет улыбка.

Оказывается, на наше настроение влияют многие факторы - это события, люди, физическое состояние и даже погода за окном. В радостном настроении человек склонен все воспринимать в положительном свете. Если

у нас всё хорошо, то мы светимся как солнышко. Иногда люди бывают похожи на тучу. В плохом настроении всё кажется черным и злым.

Предлагаю вам выполнить задание **«Солнце – туча»**.

Посмотрите на плакат, где нарисованы солнце и туча. Давайте вместе назовём как можно больше факторов, влияющих на хорошее и плохое настроение. Факторы, влияющие на хорошее настроение, запишем под картинкой с солнцем, а факторы, влияющие на плохое настроение – под картинкой с тучей. *(Обсуждение)*

«Физкультминутка»

Педагог произносит реплику, сопровождая ее движением, а учащиеся отвечают, повторяя то же самое движение:

Педагог: К запуску ракеты хорошего настроения приготовиться! (выставляет большой палец).

Учащиеся: Есть приготовиться!

Педагог: Надеть скафандры! (делает вид, что надевает на голову скафандр)

Учащиеся: Есть надеть скафандры!

Педагог: Пристегнуть ремни! (хлопает в ладоши)

Учащиеся: Есть пристегнуть ремни!

Педагог: Включить контакт! (прикасается указательным пальцем левой руки к указательному пальцу правой)

Учащиеся: Есть контакт!

Педагог: Ключ на старт! (поднимает правую руку вверх)

Учащиеся: Есть ключ на старт!

Педагог: Включить моторы! (делает вращательные движения рук)

Учащиеся: Есть включить моторы!

Педагог: Начать отсчет времени! (все вместе считают: "10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1")

Вместе: Пуск! Ура! (бурные аплодисменты)

Педагог: Ребята, я хочу поделиться с вами секретом. Оказывается, наше настроение напрямую зависит от наших мыслей. Прежде всего, просыпайтесь с мыслью, что день принесет удачу. Даже если будут трудности, верьте, что справитесь с ними, думайте только о хорошем.

Не говорите, что вы не умеете, скажите – я смогу.

Не говорите, что вам страшно, скажите – всё будет хорошо.

Не говорите, что вы не справились, скажите – я научусь.

А если вам хочется, чтобы у всех людей, которые вас окружают, было радостное настроение, то в этом нам помогут несколько правил.

- Старайтесь сами быть внимательными к людям.
- Говорите «добрые» слова.
- Будьте всегда веселыми, не плачьте по пустякам, не капризничайте.
- Не ссорьтесь, старайтесь помогать друзьям.
- Учитесь прощать обиды. *(Обсуждение)*

Педагог: Ребята, а как можно исправить плохое настроение? И что нужно сделать для того, чтобы поднять себе настроение? *(Ответы детей)*

Самый быстрый и эффективный способ поднять себе настроение – это активно подвигаться. Именно поэтому так важно делать утреннюю зарядку, которая придает силы и улучшает настроение.

Вырабатывайте привычку чаще улыбаться друг другу, потому что улыбка – это залог хорошего настроения.

Для поднятия настроения можно отправиться на прогулку. Свежий воздух творит чудеса.

Также можно заняться любимым делом, это может быть рукоделие, музыка, танцы. Можно почитать юмористические рассказы, посмотреть любимый фильм или мультфильм. *(Обсуждение)*

3. Итог занятия. Рефлексия.

Педагог: Если завтра кто-то из нас окажется в плохом настроении, как вы это узнаете? Как вы поступите? *(Ответы детей)*

А что надо делать, чтобы хорошее настроение было у вас и ваших близких дома? *(Ответы детей)*

Ребята, давайте поиграем в игру «**Передавалки**».

Будем передавать друг другу разное настроение. Я передаю своему соседу справа – улыбку, ты передаешь улыбку следующему. Затем мой сосед передает следующему участнику своё настроение. Так по кругу.

Итак, на этом наше занятие заканчивается. Сейчас каждый из вас возьмет свой рюкзак или сумку. Давайте представим, что ваш рюкзак наполнен хорошим настроением, не просто хорошим, а отличным, бодрым. И вам необходимо отнести домой своё отличное настроение так, чтобы не растерять его, но всегда поделиться с тем, кто в этом нуждается.

До свидания! Желаю Вам хорошего настроения!

Список литературы

1. Иванченко, В.Н. Занятия в системе дополнительного образования детей [Текст]/ В.Н. Иванченко. - Ростов: Изд-во «Учитель», 2007. – С.68-70.
2. Кострова, Т.А. Роль игровых технологий в работе педагога дополнительного образования [Электронный ресурс] / Т.А. Кострова. – 2012. – Режим доступа:
3.https://infourok.ru/doklad_na_temu_rol_igrovyh_tehnologiy_v_rabote_pedagoga_-395381.htm. – (дата выступления 07.11.2012).
4. Лагунова, Л.П. Игровые технологии в образовательном процессе ДОУ [Электронный ресурс] / Л.П. Лагунова. – 2015. – Режим доступа:
5.http://mbdou444.my1.ru/publ/konsultacii_pedagogov/igrovyie_tekhnologii_v_obrazovatelnom_processe_dou/2-1-0-15. – (дата обращения 08.10.2015).
6. Павлова, М.И. Игровые технологии в дополнительном образовании детей[Текст]/ М.И. Павлова // Молодой ученый. – 2014. – №5. – С. 543–546.
7. Традиции и инновации в системе дополнительного образования детей [Текст]: материалы II Всероссийской научно-практической интернет-конференции, г. Кемерово, 18 ноября – 12 декабря 2014 года / ред. кол.: Е.А. Пахомова, А.В. Чепкасов, Л.В. Чванова и др. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2015. – С. 8 – 9.
8. Электронный ресурс. - <https://nsportal.ru>
9. Электронный ресурс. - <http://ped-kopilka.ru>