

# СЕКРЕТЫ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ



# Что такое- настроение?

- **Настроение – это наше внутреннее, душевное состояние. Оно зависит от того, какие чувства, эмоции мы переживаем.**

# Настроение так себе.....



**ПЛОХОЕ НАСТРОЕНИЕ.....**



**ОТЛИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ!!!**



# Что такое- настроение?

- **Настроение – это наше внутреннее, душевное состояние. Оно зависит от того, какие чувства, эмоции мы переживаем.**

## Что такое эмоции?

В переводе с латинского *emotio* означает *потрясаю* это такие психические состояния, которые выражаются в переживании человеком своего отношения к окружающей действительности и к самому себе.



РАДОСТЬ



СТРАХ



СКУКА



ИНТЕРЕС

# ВИКТОРИНА «Угадай ЭМОЦИЮ»





**1. Удивление**

**2. Интерес**

**3. Радость**

**4.**

**Отвращение**



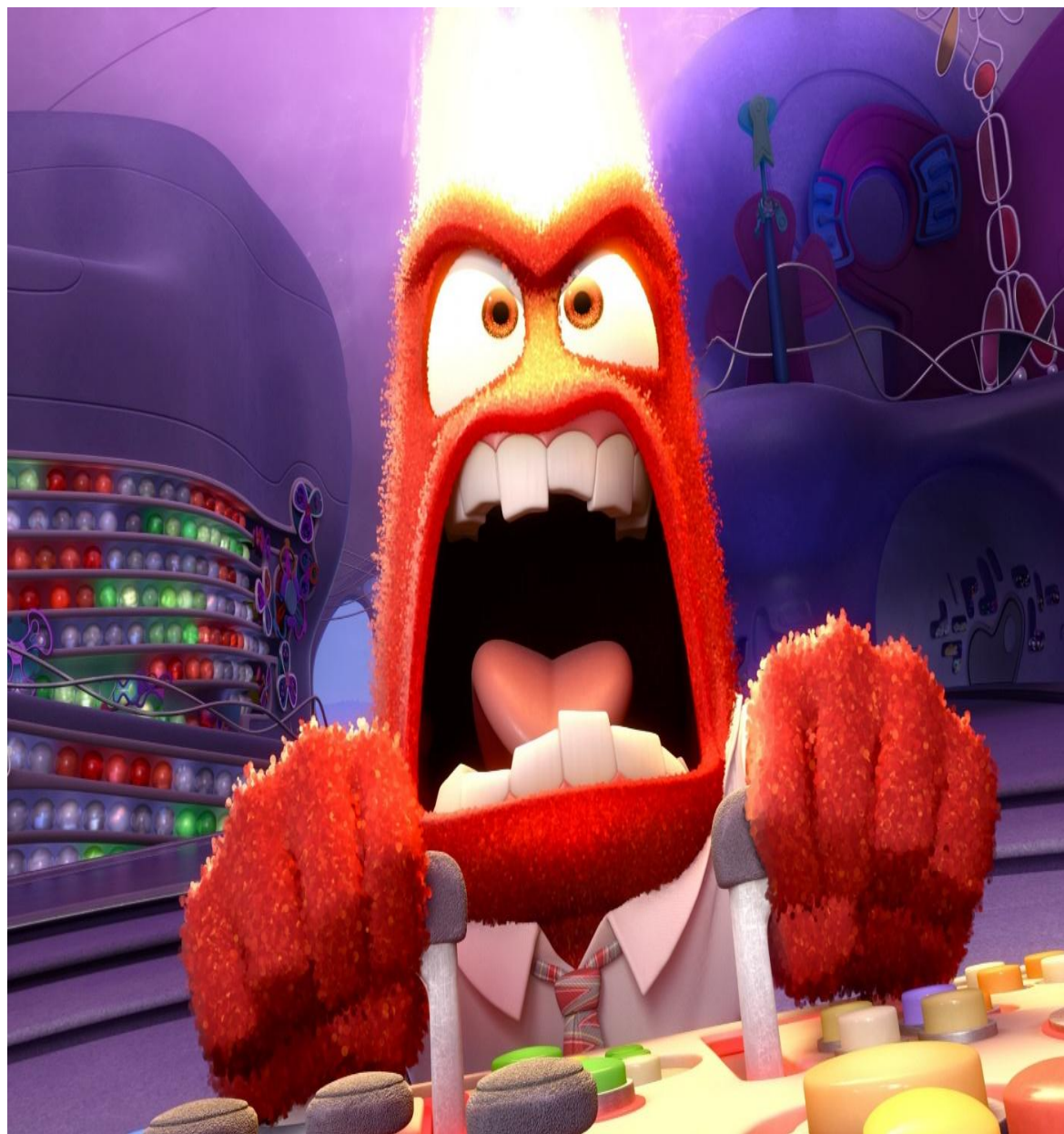
**1. Гнев**

**2. Радость**

**3.**

**Отвращение**

**4. Стрaдание**



1.  
**Брезгливос  
ть**

2. **Страх**

3.  
**Презрение**

4. **Скука**



**1. Удивление**

**2.  
Восхищение**

**3. Радость**

**4. Гнев**



**1. Печаль**

**2. Страх**

**3. Радость**

**4.**

**Удовольствие**



**1. Отвращение**

**2.  
Удовольствие**

**3. Страх**

**4. Удивление**



**1. Смушение**

**2. Стыд**

**3.  
Удивление**

**4. Радость**



1. Гнев

2. Стыд

3.  
Ненависть

4.  
Смущение





# Игра «Мы – актеры!»



# ЭМОЦИИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ.....



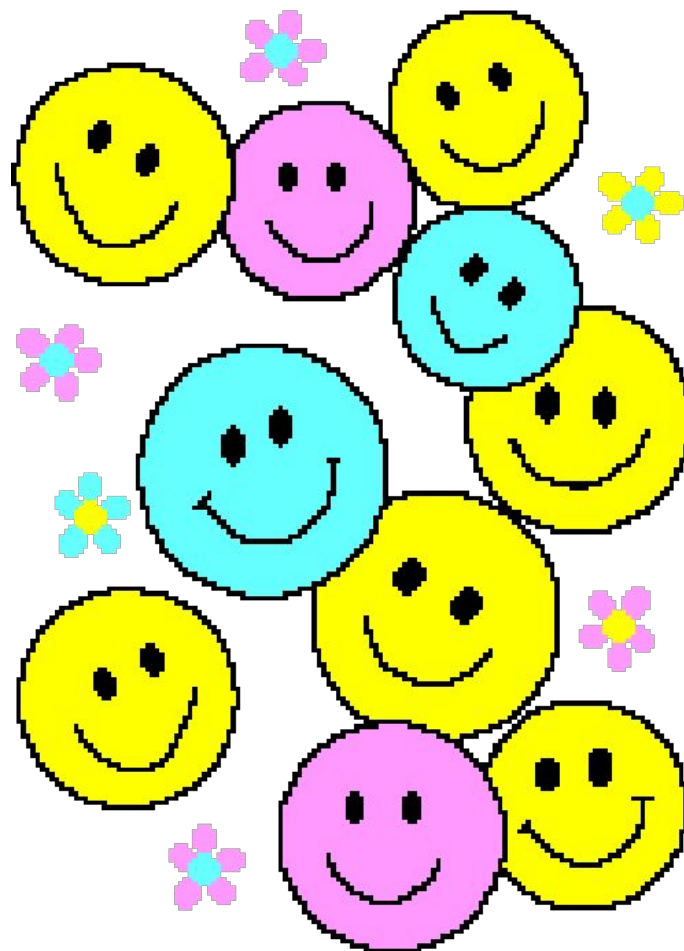
**НАС ТАК МНОГО!!!!**



# СУЩЕСТВУЕТ ЛИ СЕКРЕТ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ???



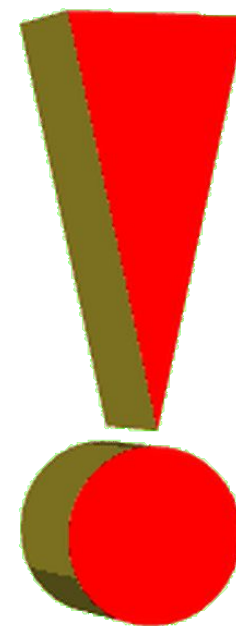
# УПРАЖНЕНИЕ «УЛЫБКА»



# ЗАПОМНИ ПРАВИЛО



Настроение - это ширина улыбки умноженная на яркость глаз!



# «НАСТРОЕНИЕ МОЕГО ОТРЯДА»





**Солнечного настроения!**