

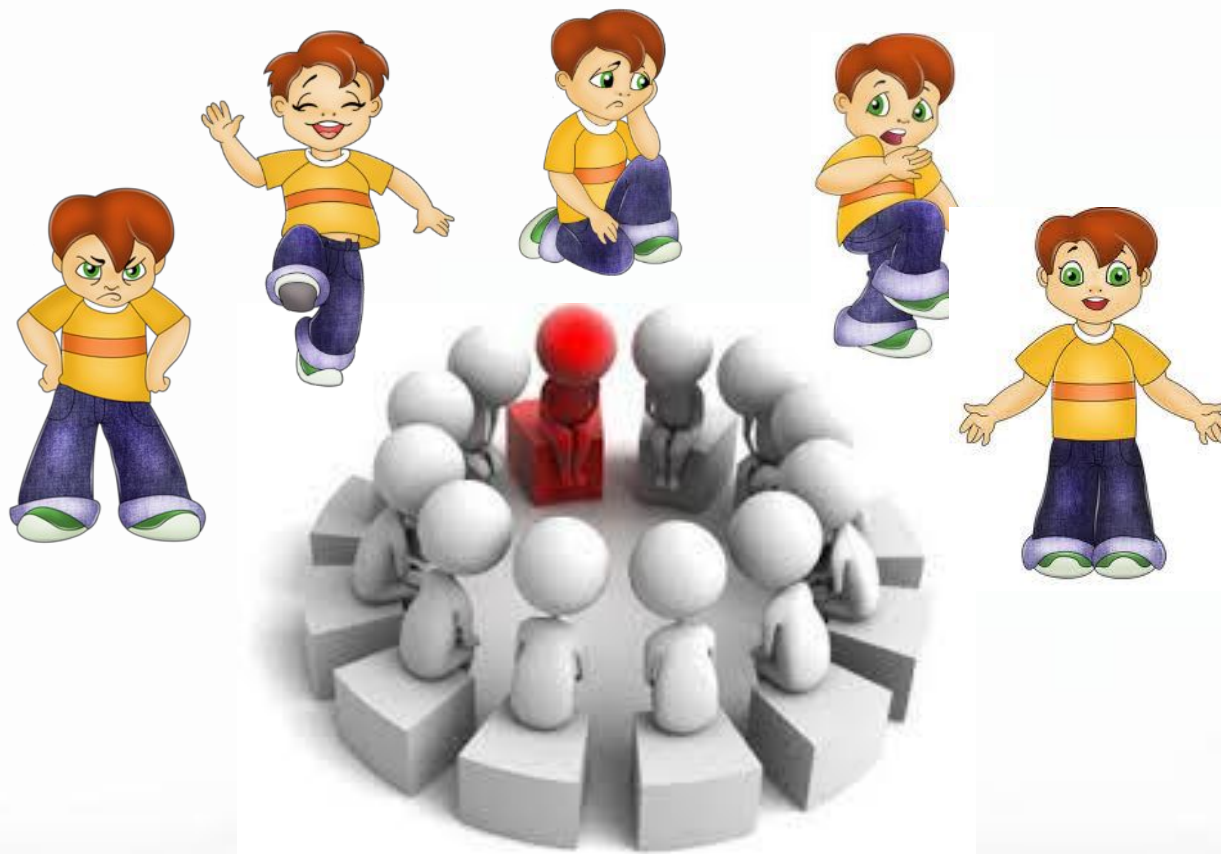
ОКОУ «Обоянская школа-интернат»

**Бинарное коррекционно-развивающее
занятие с элементами арт-терапии
«В мире эмоций и чувств»**

Составители:

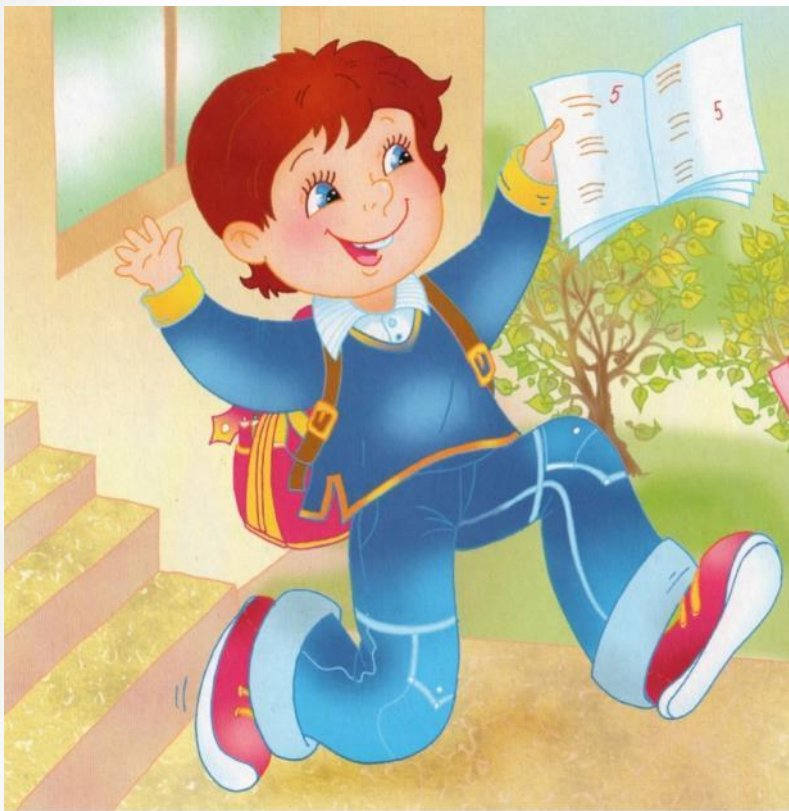
учитель-логопед Конорева Н.А.
педагог-психолог Озерова С.В.

О чем мы будем сегодня говорить?



Радос

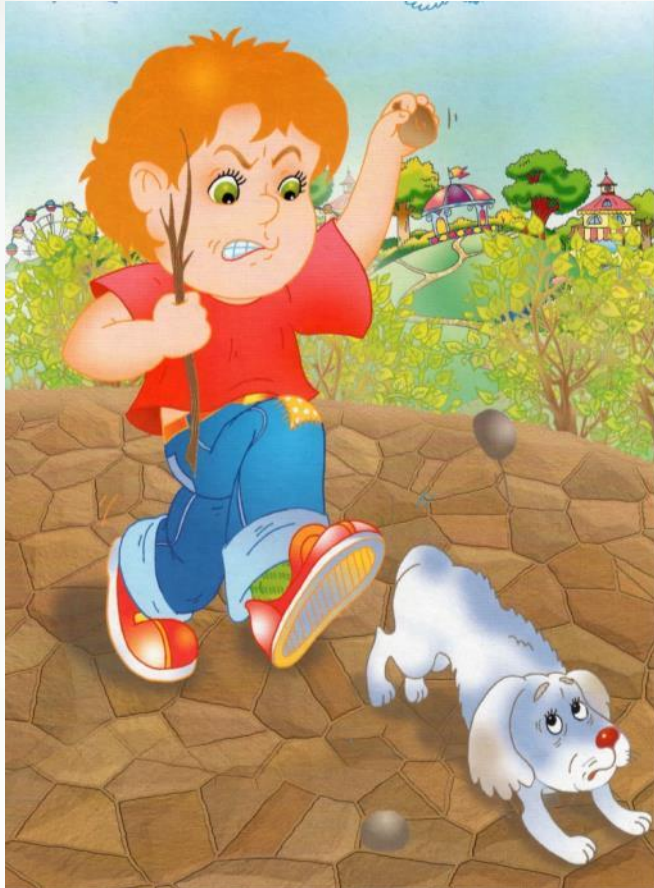
- Брови **ч**легка
опущены
- Глаза
прищурены
- Уголки губ
приподняты





Грус

- Верхние уголки бровей **ТЪ**
- приподняты
- Веки опущены **ВНИЗ**
- Уголки губ опущены **ВНИЗ**



Злос

- Брови **Тъдены**
вместе
- Глаза
нахмурены
- Губы сжаты/Зубы
СТИСНУТЫ



Удивлен

- Брови подняты
вверх
- Глаза широко
раскрыты
- Рот слегка
приоткрыт



Стра

- Брови^Х приподняты
- ^{Вверх}Верхние веки приподняты
- Губы слегка вытянуты



Гордос

- Взгляд спокойный
- Губы образуют легкую улыбку
- Подбородок поднят вверх

Эмоции – это переживания наших отношений к различным предметам и явлениям окружающего мира, а также к самому себе. Это реакции на конкретные ситуации.

Чувства более устойчивы, могут проявляться через несколько эмоций. Например, когда человек завидует, у него одновременно могут возникать и гнев, и обида, и стыд.

Чувства – это наши эмоциональные отношения к различным объектам и явлениям (любовь, дружба, гордость, счастье, симпатия).

**На какие группы
можно разделить ЭМОЦИИ**



Друзь



Радос
Гляде



-
ТЬ

Враг



Сорваться с цепи – стать злым





**Залиться краской-
ИСПЫТЫВАТЬ СТЫД**

**Как в воду опущенный-
сделаться расстроенным**





**Закипает кровь-
нервничать, злиться**

**Повесить нос-
огорчиться**





**Глаза на лоб лезут-
удивиться**

**Душа ушла в пятки-
испытывать страх, испуг**





**Надувать губы-
обижаться**

**Волосы встали дыбом-
испугаться**

















К чему приводит проявление негативных эмоций ?

- ➔ Если человек **грустит, скучает**- он часто болеет, быстро устает, может впасть в депрессию
- ➔ Если человек **завидует** другому человеку- он может начать ненавидеть всех и потерять друзей
- ➔ Если человек **часто испытывает тревогу**- у него может нарушиться сон, аппетит, режим дня
- ➔ Если человек **часто испытывает страх**- у него могут возникнуть фобии
- ➔ Если человек **раздражен, несдержан**- он может вступить в конфликт, затеять ссору
- ➔ Если человек **озлоблен**- он может спровоцировать драку и хулиганство

Как поднять себе настроение?

- Вспомни что-то приятное
- Посмотри забавный фильм
- Почитай юмористическое произведение
- Рассмеши себя у зеркала
- Сходи на прогулку
- Пообщайся с другом
- Поиграй в интересную игру
- Заведи домашнее животное
- Начни выращивать растения
- Послушай любимую музыку
- Займись спортом



Мы решили

Вывод:

**нужно воспитывать в себе качества
волевого и сильного человека, чтобы
уметь контролировать и управлять
своими эмоциями и чувствами и ценить
чувства других.**





Желаю вам
хорошего
настроения!