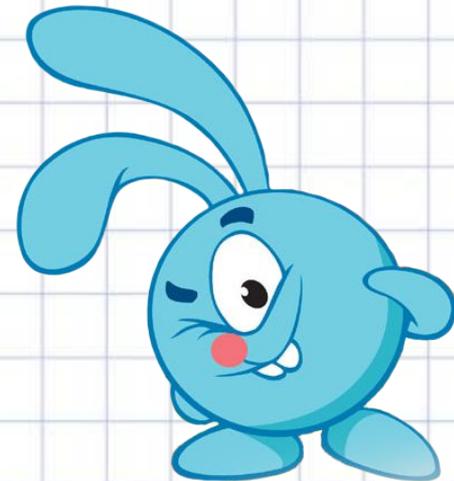


ПРИВЕТСТВИЕ

*«Ты пришёл и я пришёл,
Вместе нам хорошо.
Будем думать, отвечать
И друг другу помогать.»*





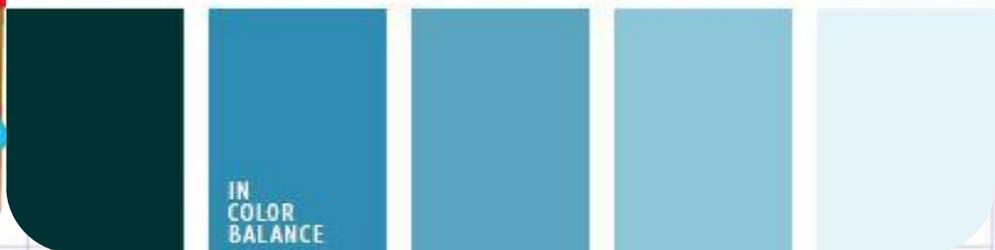
Я УМЕЮ ДУМАТЬ,
Я УМЕЮ РАССУЖДАТЬ.
ЧТО ПОЛЕЗНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ,
ТО И БУДУ ВЫБИРАТЬ.

Цветное настроение





ОСЕНЬ



IN
COLOR
BALANCE

ВУГЦНСЕ
СОГОБ
ИИ

ЗИМА





BECHA



ЛЕТО



СМЕЛИ А РЫКИ

ЭМОЦИИ

Радость ←



→ Грусть

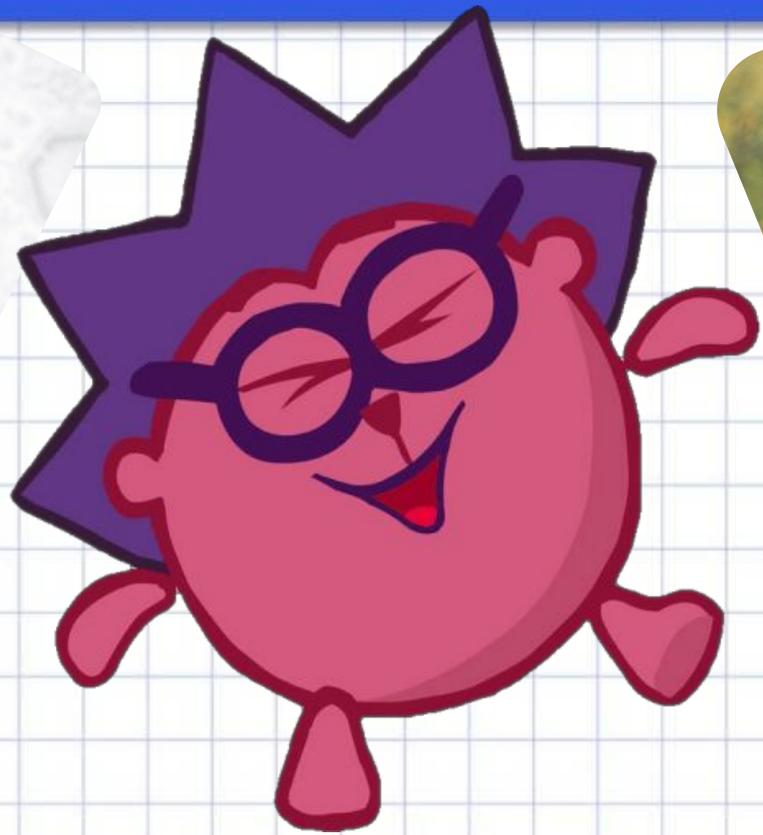
Эмоциями называют такие состояния, как страх, гнев, тоска, радость, любовь, надежда, грусть, отвращение, гордость и т.п.



Удивление



Радость



Наслаждение

Восторг



**Положительные
ЭМОЦИИ**



Грусть



Досада



Печаль



**Отрицательные
ЭМОЦИИ**



Гнев



Страх



Физкультминутка
«Хорошее настроение»



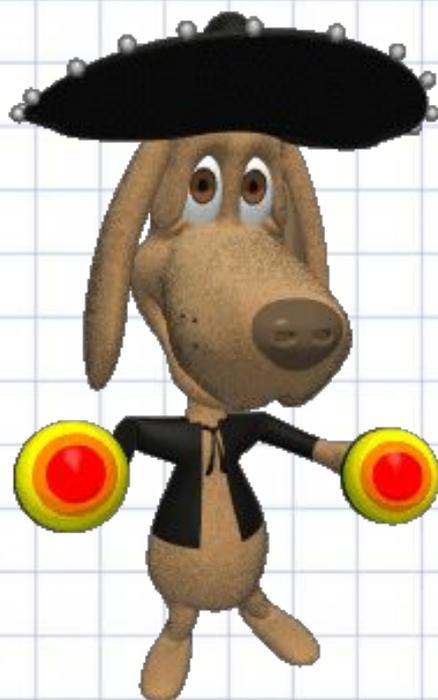


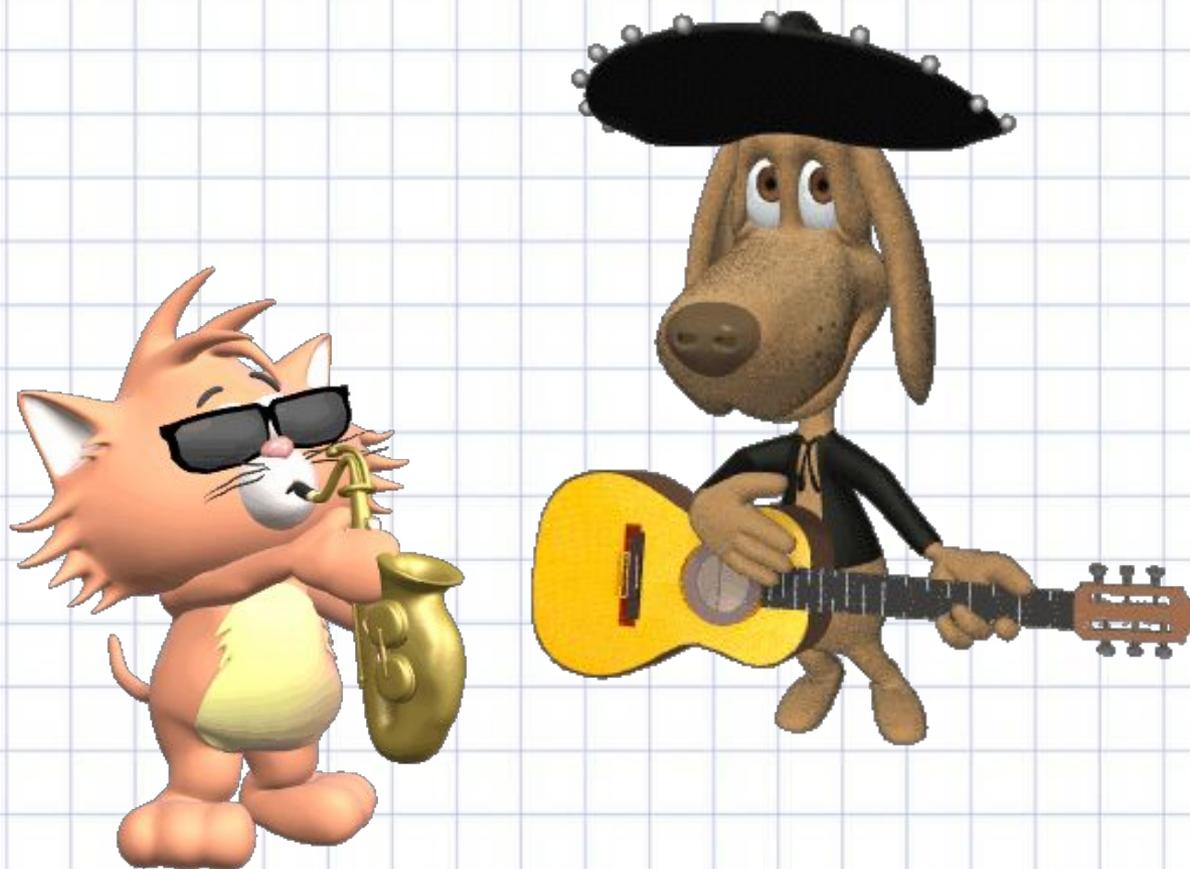










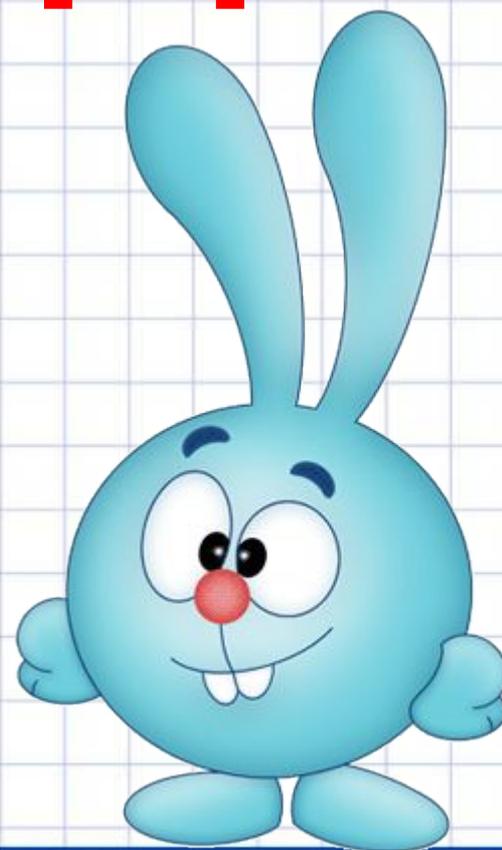








МОЛОДЦЫ!



1 ситуация:

“Не досталось игрушки на новый год, Дед Мороз отдал последнюю игрушку ребенку, стоящему перед вами...”.

— Какую эмоцию вы изобразили?



Досада

2 ситуация:

“Не выучил уроки”.

— Какую эмоцию вы изображали?



Страх

3 ситуация:

«Получил долгожданный подарок».

— Какую эмоцию вы изобразили?



**Радость
Ликование**

4 ситуация:

“Получил сразу три пятёрки за один день.

— Какую эмоцию вы изобразили?



**РАДОСТЬ
ВОСТОРГ**

Учимся снимать отрицательные эмоции

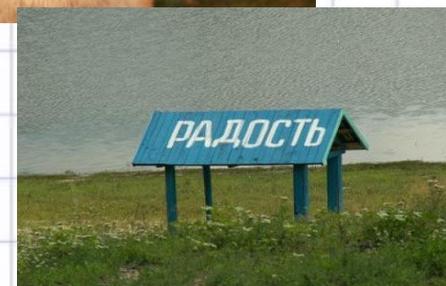
1. Сделать несколько физических упражнений.



2. Пообщаться с природой, животными.



3. Подойти к окну, полюбоваться окружающим миром.



4. Медленно посчитать до 10, чтобы гнев прошел.

1 2 3...10



**Улыбка и добрый смех –
те частички радости, которые
ПОМОГАЮТ ЖИТЬ, УЧИТЬСЯ,
справляться с трудностями**



«Улыбка»



Куплет:

От улыбки хмурый день светлей.
От улыбки в небе радуга проснется.
 Поделись улыбкою своей
И она к тебе не раз еще вернется.

Припев:

И тогда наверняка вдруг запляшут облака
И кузнечик запиликает на скрипке.
С голубого ручейка начинается река,
Ну а дружба начинается с улыбки.
С голубого ручейка начинается река,
Ну а дружба начинается с улыбки.





Из всех эмоций лучше всех,
Которые рождают смех.
Смеяться, право не грешно,
Когда действительно смешно!



Здоровье – царство смеха,
Сам смех – тропа к успеху.
И нам всё удаётся
Когда душа смеётся!

Ю.А. Мерзляков