

# «ЭМОЦИИ И ЗДОРОВЬЕ»

Выполнила : Кузьмина О.А. воспитатель МБДОУ№38 п.Эьбан Хабаровский край, Амурский район .

---

## **«Азбука настроения».**

Бывают чувства у  
зверей,  
У рыбок, птичек и  
людей.

Влияет, без сомнения,  
На всех нас  
настроение.

Кто веселится?

Кто грустит?

Кто испугался?

Кто сердит?

Рассеет все сомнения

Азбука настроения.

*(И. Белопольская)*



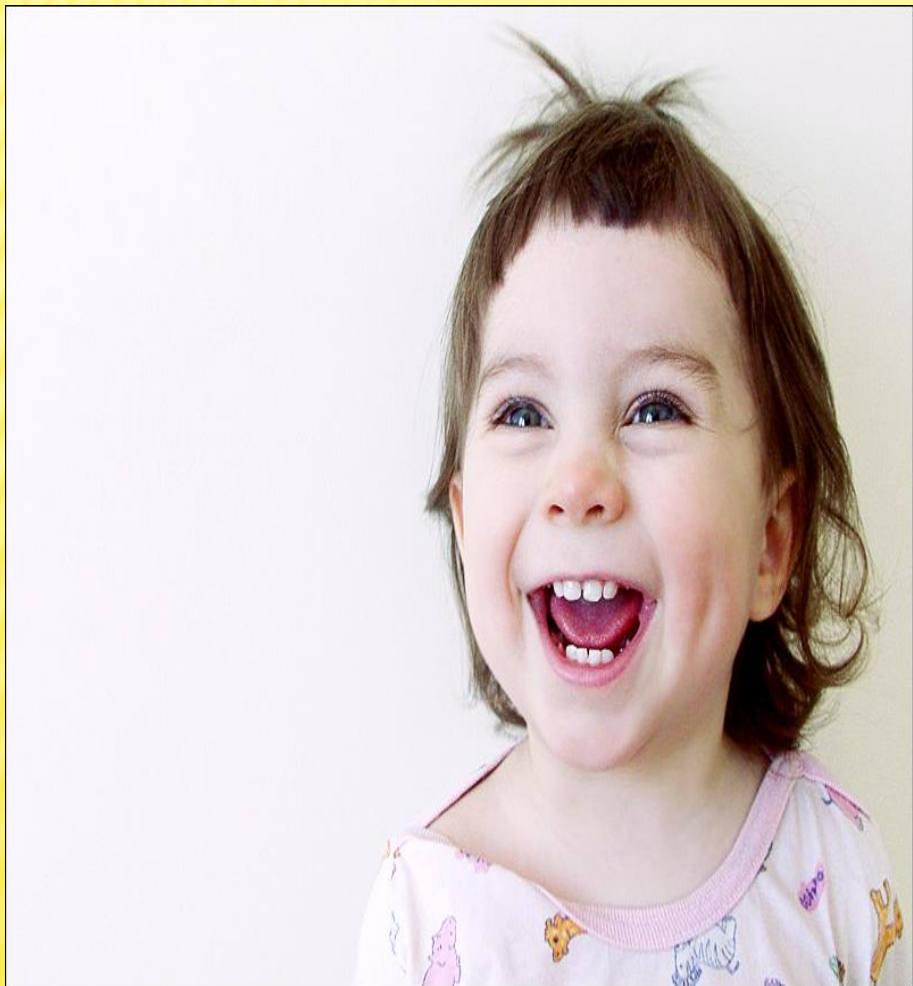
# РАДОСТЬ

- Весела я, весела,
  - Ножками я топаю.
  - Я танцую и пою
  - И в ладошки хлопаю.
- И. Лопухина
- - Какое чувство испытывает девочка?



# РАДОСТЬ

---



- Я улыбаюсь.
- Мои глаза слегка прищурены.
- Уголки рта слегка приподняты.
- Я смеюсь.
- Я пою.

# ГРУСТЬ

- Зайку бросила хозяйка –
- Под дождём остался зайка.

А. Барто

- - Какое чувство испытывает герой?



# ГРУСТЬ



- Мне грустно.
- Глаза слегка сужены.
- Уголки рта опущены.
- Я плачу.

# ЗЛОСТЬ

*Гуси и Люся.*

- ▣ На дороге гуси ущипнули Люсю,
- ▣ И болела долго у неё нога.
- ▣ - Я вам, злые гуси! – погрозила Люся.
- ▣ А они в ответ ей: «Га-га-га»! (Л. Успенская)
  
- ▣ - Какие гуси? (*Злые*).



# ЗЛОСТЬ

- ▣ Мои брови нахмурены и сдвинуты.
- ▣ Зубы стиснуты.
- ▣ Губы плотно сжаты.
- ▣ Ноздри расширены и дрожат.
- ▣ Я сжимаю кулаки.
- ▣ Я хочу ударить.
- ▣ Я кричу.





# СТРАХ



- У опушки две старушки
- Брали грузди и волнушки.
- Филин: «У-у-х!», Филин: «У-у-х!»
- У старушек замер дух:
- «Жутко!»

Е.Благинина

- - Какое чувство испытывают старушки? (*Страх*).

# СТРАХ



- Мои брови приподняты и слегка сведены к переносице.
- Глаза очень широко открыты.
- От испуга я дрожу.
- Я хочу защититься, спрятаться, убежать.

# УДИВЛЕНИЕ

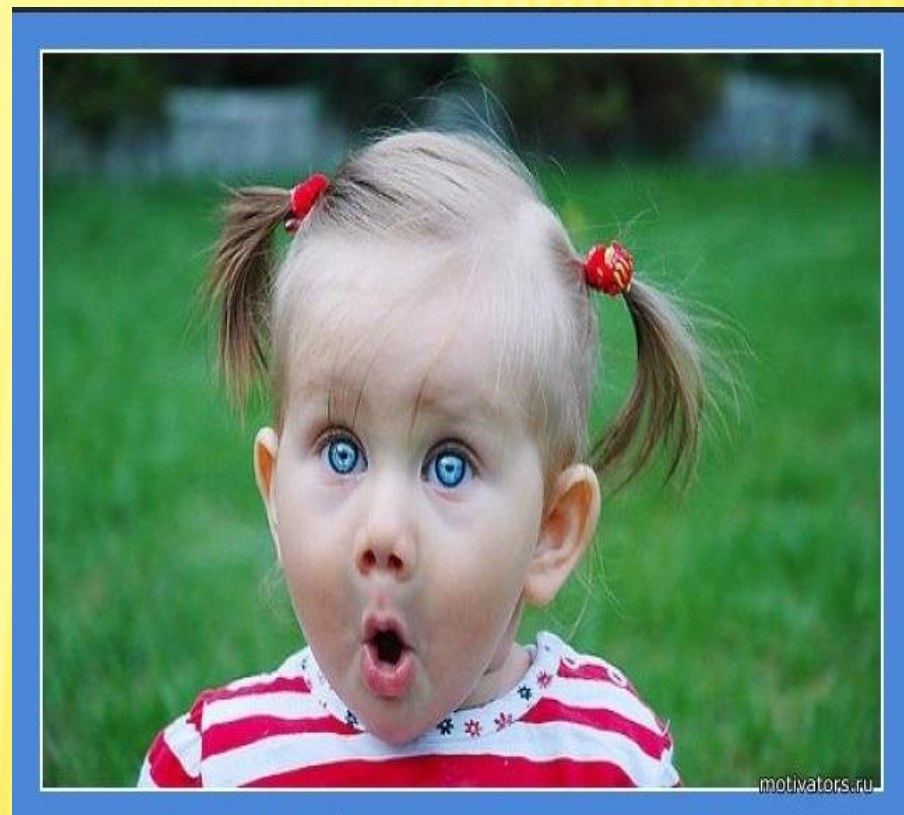
# Б



- Лепит девочка из глины
- Ушки, лапки, хвостик длинный.
- Удивляется братишка:
- вышла серенькая мышка.  
( Мариджан)
  
- - Какое чувство испытывает братик?  
(*Удивление*).

# УДИВЛЕНИЕ

- Мои брови приподняты.
- Рот слегка приоткрыт, округлён.
- Глаза широко раскрыты.
- Я восклицаю: «О-о-о!» или «Ах!»



# ИНТЕРЕС



- ▣ Кролики.
  - ▣ В старой корзине на кухонном столике
  - ▣ Смирно сидели пушистые кролики.
  - ▣ Мама сказала: «Их трогать не нужно.»
  - ▣ Только, наверно, им, бедненьким, душно,
  - ▣ Маленьким крошкам жарко и тесно.
  - ▣ Сколько их там – посмотреть интересно.
- З. Александрова
- ▣ - Какое чувство испытывает герой? (*Интерес*).

# ИНТЕРЕС

- Когда мне интересно, я сосредотачиваюсь.
- Я смотрю внимательно на предмет.
- Мои брови слегка сведены.
- Глаза широко раскрыты.
- Рот слегка приоткрыт.



# ВИНА, СТЫД



- ▣ *Мама недовольна*
- ▣ *Ваза синяя разбита,*
- ▣ *Лужа на паркете...*
- ▣ *Мать на мальчиков сердита:*
- ▣ *— Отвечайте, дети,*
- ▣ *Кто из вас с цветами вазу*
- ▣ *Уронил с окошка?*
- ▣ *Может быть, ответить маме:*
- ▣ *«Виновата кошка»?*
- ▣ *И Володя, и Сережа*
- ▣ *Покраснели сразу.*
- ▣ *Мама спрашивает строже:*
- ▣ *— Кто же трогал вазу?*
- ▣ *Младший прячется за брата,*
- ▣ *Старший смотрит прямо, Говорит:*
- ▣ *— Прости нас, мама,*
- ▣ *Оба виноваты.*
- З. Александрова*
  
- ▣ *- Какое чувство испытывают мальчики?*  
*(Стыд, вину).*

# ВИНА, СТЫД

- ▣ Я опускаю и отворачиваю голову в сторону.
- ▣ Я прячу глаза.
- ▣ У меня краснеет лицо, уши.





## ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ

- ▣ **Радость**
- ▣ **Интерес**
- ▣ **Удивление**

## ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ

- ▣ **Грусть**
  - ▣ **Вина**
  - ▣ **Страх**
  - ▣ **Злость**
-

