

- Доброе утро, ребята! Я очень рада вас видеть! Ребята к нам сегодня пришли гости, давайте их поприветствуем и скажем «Доброе утро!»

- Молодцы ребята! Вы поздоровались с гостями, а сейчас вы поприветствуете друг друга, необычным способом. Становимся в круг.

### **Упражнение «Волшебная коробочка»**

- Посмотрите, у меня есть «волшебная коробочка», возьмите из нее по одной карточке. (У каждого ребенка в руках оказывается карточка с изображением половины предметной картинки.)

- Рассмотрите ее, и кто нашел вторую половинку к своей карточке встаньте друг напротив друга.

(Педагог проверяет правильность выполнения задания, забирает карточки, когда пары сформированы, дети приступают к приветствию):

- Здравствуй, друг! (здороваются за руку)

- Как ты тут? (похлопывают друг друга по плечу)

- Где ты был? (теребят друг друга за ушко)

- Я скучал! (складывают руки на груди в области сердца)

- Ты пришел! (протягивают друг другу руки)

- Хорошо! (обнимаются)

- Молодцы!

- А что такое настроение? (печаль, удивление, радость, гнев, стыд, страх, отвращение, равнодушие, презрение и т.д.) А можно потрогать настроение? Правильно, настроение можно только почувствовать, если быть очень внимательным. А где находится настроение? (в душе, внутри человека, в сердце). Настроение - это наши чувства, жизненные ощущения. Настроение нельзя потрогать, пощупать. Настроение можно увидеть на лице человека. Его можно почувствовать. Оно находится внутри нас, в нашем сердце, в нашей душе.

### **Упражнение «Поссорились - помирились» (на коврик)**

- Ребята, разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Каждый ребенок в паре изображает заданные ситуации. Но помните, изображать нужно без слов, молча, одними жестами.

- И так, сначала вы встретились, обрадовались друг другу! (Дети импровизируют).
- Потом вы что-то не поделили и поссорились. Как это произошло? (Дети импровизируют).
- Вы обиделись и даже отвернулись друг от друга. (Дети импровизируют).
- Но разве друзья могут обижаться долго? Они повернулись друг другу и помирились. (Дети импровизируют).
- Скажите, ребята, что вы чувствовали, когда поссорились? А когда помирились? (Ответы детей).

### **Физкультурная минутка «Флажки»**

- А сейчас ребята, мы отдохнем и сделаем физкультурную минутку (Включить бодрую музыку)

Все ребята дружно встали (*Выпрямится*)

И на месте зашагали (*Ходьба на месте*)

На носочках потянулись (*Руки поднять вверх*)

А теперь назад прогнулись (*Прогнуться назад, руки на пояс*)

Как пружинки мы присели (*Присесть*)

И тихонько разом сели (*Выпрямится и сесть*)

### **Упражнение «Полезные эмоции» (за столом на бумаге)**

- Обведите эмоции, которые помогают тебе чувствовать себя счастливым.

### **Упражнение «Попробуй повтори» (сидя за столом)**

- Дети, я каждому раздам по две карточки. Вы должны их перевернуть и внимательно их рассмотреть, каждый свою. По моей команде, вы должны повторить изображенные на них позы или жесты и замереть. А я проверю, как вы это выполнили.

### **Релаксация «Воздушный шарик» (снятие напряжения, успокоение)**

- Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щёки, медленно через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится всё больше и больше, как увеличиваются на нём узоры. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу (можно повторить 3 раза)

- Наше занятие подошло к концу. Что вам понравилось на занятии, что не понравилось? Какое у вас сейчас настроение?