**Занятие по внеурочной деятельности**

**Цель:** Распознавание эмоции «печаль»

**Задачи:** формирование умения распознавания эмоции «печаль»

**Ход занятия** (описание навыка жизненной компетенции)

 **Алгоритм**

**Для развития** **умения распознавания эмоции «печаль»:**

Работаем с зеркалом и картинкой, изображающей эмоцию «печаль». Можно преувеличивать эмоции.

1. Акцентируем внимание ребенка на изображении и картинке: «Это – печаль»

2. Просим повторить эмоцию на лице, обращая внимание на изображение ребенка в зеркале.

3.Обращаем внимание ребенка на лицо родителя или педагога, который изображает эмоцию печали.

4. Спрашиваем ребенка, глядя в зеркало: «Что он чувствует?»

5. Обращаемся к ребенку: «Покажи, как ты печалишься».

6.Показываем фотографии детей, испытывающих печаль, задаем вопрос: «Что они чувствуют?»

7.Показываем сюжетные картинки или фотографии с людьми, испытывающими печаль. Опрашиваем ребенка о чувствах людей.

7. Подкрепляем навык поощрением.

**При формировании умения распознавания «печаль»:**

**Печаль это когда**: «Мне **грустно**, глаза слегка сужены, уголки рта слегка опущены, я плачу».

Показать фотографии с **эмоцией грусть**, **печаль**.

Опрос: *«В каких ситуациях Вам****печально****?»*

\*\*\*

Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик.

- Тише, Танечка,не плачь:

Не утонет в речке мяч.

\*\*\*

Зайку бросила хозяйка -

Под дождем остался зайка.

Со скамейки слезть не мог,

Весь до ниточки промок.

Обсуждение стихотворений.

Опрос: «Ребята, как вы думаете, что можно сделать, чтобы победить **печаль**?».

Притча *«****Печаль или радость****»*

Один человек всю жизнь был счастливым. Он все время улыбался, смеялся, никто и никогда не видел его **грустным**. Бывало,кто-то из людей задавал ему по этому поводу различные вопросы: — Почему вы никогда не **грустите**? Как вам удается всегда быть радостным? В чем секрет вашего счастья?На что человек обычно отвечал: — Когда-то я был **таким же печальным**, как ты.И вдруг меня осенило: это же МОЙ выбор, МОЯ жизнь! И ведь я делаю этот выбор – каждый день, каждый час, каждую минуту. И с тех пор каждый раз, просыпаясь,я спрашиваю себя: — Ну,что я выберу сегодня: **печаль или радость**? И всегда получается так, что я выбираю радость.

Обсуждение.

3. Упражнение *«Улыбнуться, как»*:

кот на солнце,

само солнце,

как Буратино,

как хитрая лиса,

как радостный ребенок,

как будто ты увидел чудо.

Отдохни,как:

  турист, снявший тяжелый рюкзак,

ребенок, который много потрудился, но помог маме,

как уставший воин после победы.

**Печаль***(2-ая часть)*

1. Упражнение *«Приветствие»*

Детям предлагается продолжить фразу,обращаясь к каждому члену группы: «Привет, (имя, сегодня замечательный день, потому что *(например, сегодня светит солнце)*».

2. Вспомнить пройденный материал

3. Раскрась платочки для весёлого и **грустного лица**

4. Упражнение *«Ласковое имя»*

Воспитатель предлагает каждому ребенку назвать ласково соседа, сидящего справа, который неприметно должен поблагодарить говорящего, сказав *«Спасибо»*.

**Печаль***(3-ая часть)*

1. Упражнение *«Речёвка»*

*(Дети, стоя в кругу, взявшись за руки, проговаривают слова)*.

Все мы дружные ребята.

Мы ребята-дошколята.

Никого не обижаем.

Как заботиться, мы знаем.

Никого в беде не бросим.

Не отнимем, а попросим.

Пусть всем будет хорошо,

Будет радостно, светло!

2. Повторение пройденного материала

3. Упражнение *«Нарисуй****печальное лицо****»*

4. Упражнение *«На пляже»*

Данное упражнение помогает расслабиться и подвести итог **занятию**. Все дети сидят, а воспитатель говорит **такие слова**: «Устройтесь поудобнее и расслабьтесь. Закройте глаза. Представьте себе, что вы на пляже. Теплый солнечный день. Вы гуляете вдоль пляжа. Чувствуете между пальцами ног теплый песок. Теплое солнце ласкает вашу кожу. Вы вдыхаете чистый морской воздух. Вы смотрите на небо, на облака, **идете по воде**. Почувствуйте приятную прохладу воды и дуновение ветерка. Вслушайтесь как бьются волны о берег. Сядьте на скалу, улыбнитесь и посмотрите на море. Послушайте шум волны, почувствуйте расслабление, вызванное этой картиной».