**5-А клас.**

**Вихователь другої кваліфікаційної категорії Смолякова В.О.**

**Тема: «Мій настрій – вчуся керувати емоціями».**

**Мета:**

**навчальна:**

* вчити учнів контролювати та проявляти свої емоції

**корекційно-розвиткова**

* розвивати толерантне, позитивне ставлення до людей та емоційну компетентність;
* формувати вміння розрізняти емоції, називати їх, виражати, розвивати вміння зниження рівня агресивності

**виховна:**

* виховувати почуття поваги, розуміння, співчуття.

**Форма проведення:** гра**-**тренінг.

**Обладнання:** мультимедійна дошка, листочки, картки з настроєм, серце.

  **Хід заняття**

1. **Організаційний момент**
2. Привітання
3. Вправа «Мій настрій»
4. Повідомлення теми та мети уроку
5. **Мотивація**
6. Словникова робота
7. Гра «Як позбутися поганого настрою»
8. Гра «Дзеркало»
9. **Основна частина**
10. Вправа «Ану голосніше!»
11. Вправа «Глибоке дихання»
12. Вправа**-**релаксація «Погода в Джурині»
13. Вправа «Відкрите серце»
14. Вправа «Сніжинка»
15. Релаксація «Море»
16. **Заключна частина**
17. Рефлексія
18. Підведення підсумків