***КАРТОТЕКА РЕФЛЕКСИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ***

|  |  |
| --- | --- |
| **«Светофор»** Дети сигналят карточками: Зелёной – побольше таких дел, поучительно, Жёлтой – понравилось, но не всё, интересно, Красной – дело не понравилось, скучно.  **«Солнышко»** Моё настроение похоже на: солнышко, солнышко с тучкой, тучку, тучку с дождиком, тучку с молнией.  **«Ёлочка настроения»** Детям раздаются вырезанные из бумаги шары (ёлочные игрушки), на которых они рисуют своё настроение и прикрепляют на ёлочку. | **«Моё состояние»** Ребёнок помещает изображение человечка на соответствующую ступеньку лесенки. Комфортно Уверен в своих силах Хорошо Плохо Крайне скверно  **«Цветик-многоцветик»** Дети выбирают для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету настроения. Затем все лепестки собирают в общий цветок.  **«Сказочное дерево (поляна)»** Разноцветные бабочки, цветки, птички прикрепляются на общем дереве (поляне). |
| **1. «Поезд».** Перед каждым ребенком два жетона: один – с улыбающимся личиком, другой – с грустным. На доске поезд с вагончиками, на которых обозначены этапы ОД. Детям предлагают опустить «веселое личико» в тот вагончик, который указывает на то задание, которое вам было интересно выполнять, а «грустное личико» в тот, который символизирует задание, которое показалось не интересным. Можно использовать только один жетон усмотрению ребенка.  **2**. **«Волшебный мешочек»** воспитатель показывает детям мешочек и предлагает: «Давайте соберем в этот волшебный мешочек все самое интересное, что было на сегодняшнем занятии».  **3.** **«Поляна»** На доске – поляна из цветов, над каждым цветком – этап урока – (работа с текстом, фонетическая зарядка и т. д.). Перед каждым ребенком — бабочка. Вы предлагаете детям прикрепить свою бабочку на тот цветок, какой вид деятельности ему понравился больше всего.  4**.«Цветик-семицветик».** Дети выбирают для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету настроения. Затем все лепестки собирают в общий цветок. | |
| **5.«Солнышко».** Инструкция: Закончи предложение: «Моё настроение похоже на…»: солнышко; солнышко с тучкой; тучку; тучку с дождиком; тучку с молнией.  **6**.**Рефлексивный прием «Смайлики»** –раздаются размноженные листы с упрощённым изображением человека, у которого не нарисовано лицо. Ребята сами рисуют те эмоции, что свойственны им сейчас.  **7.«По выбору».**Дети становятся в круг. Они перебрасывают мяч (как в игре «Съедобное - несъедобное»), предоставляя тем самым возможность высказаться каждому ребенку.  **8.** **«Оценка».**Каждому ребенку предлагается подумать о прошедшем дне. **9**. **«Если бы я был…»**Ребятам задается такой вопрос: «Если бы я был волшебником, то сегодня я бы…»  исправил…  сделал…  добавил…  похвалил… | |
| **10.** **«Свободный микрофон».**Любой ребенок по желанию может высказаться о проведенном мероприятии, занятии, держа в руках микрофон.  **11.** **«Дерево успеха».** Задача каждого ребенка взять лист определенного цвета, расположить его на дереве.  **12.** **«Лесенка успеха»,** где дети выбирают себе место на лестнице.  **13.** **«Ваза настроения».** Выбирается цветок и располагается в определенной вазе. | |
| **14. «Рефлексия «Солнышко».** В конце дня можно использовать технику «Розу настроения». Внутри круга нарисована веселая картинка. Пространство вокруг делится на сектора, количество которых соответствует количеству детей в группе. Задача детей – по окончании дня закрасить свой сектор определенным цветом своего настроения. Чем ярче цвета лепестков, тем лучше эмоциональный настрой в группе. А потом уже в конце недели можно подвести итог работы по истечении пяти дней.  Чтобы определить настроение по цвету можно применить характеристику цветов Макса Люшера:  Красный цвет мягких тонов (розовый, оранжевый) – радостное, восторженное настроение,  красный насыщенный и яркий цвет – нервозное, возбуждённое состояние, агрессия;  синий – грустное настроение, пассивность, усталость;  зелёный – активность, (но при насыщенности цвета – это беззащитность);  жёлтый – приятное, спокойное настроение;  фиолетовый – беспокойное, тревожное настроение, близкое к разочарованию;  серый – замкнутость, огорчение;  чёрный – унылое настроение, отрицание, протест;  коричневый – пассивность, беспокойство и неуверенность.  **15.«Светофор»**Дети сигналят карточками:  Зелёной – побольше таких дел, поучительно,  Жёлтой – понравилось, но не всё, интересно,  Красной – дело не понравилось, скучно.  **16.«Ёлочка настроения».**Детям раздаются вырезанные из бумаги шары (ёлочные игрушки), на которых они рисуют своё настроение и прикрепляют на ёлочку.  **17.        Рефлексия «Радуга».**  Семь цветов радуги – семь характеристик.  Каждый ребенок выставляет или прикрепляет  цветные полоски на трафарет радуги.  Красный – не комфортно, тревожно;  Оранжевый – все раздражало;  Желтый – очень хотелось домой;  Зеленый – спокойно, хотелось заниматься;  Голубой – интересно, занимательно;  Синий – трудно, но интересно;  Фиолетовый – скучно, не интересно. | |
| **18.Рефлексия «Снежный ком».**  Дети по кругу передают «снежный ком»  (из бумаги, и говорят о том, что получилось на  занятии и о том, над чем еще стоит поработать).  **19. Рефлексия «Заплетем косичку».**  Каждому ребенку предлагается выбрать одну из трех  лент, характеризующих их настроение: красная – весело, интересно, занимательно  коричневая – трудно, волнительно; белая – безразличие, скука, усталость.  - Ребята, чтобы заплести косичку настроения, нужно три ленты одного цвета.  Каких лент больше, из тех и заплетем косичку. Посмотрите на ленты. Каких лент больше, такого и общее настроение во время занятия.  **20.Рефлексия  «Цветы и бабочки».**  На поляне (на полу) растет 3 цветка:  Красная роза (узнал много нового, научился читать);  Голубой василек (было интересно, но кое-что ещё не понятно);  Ромашка (многое осталось не понятным, было не интересно).  Дети превращаются в порхающих бабочек и занимают места.  **21.Рефлексия «Метод пяти пальцев».**  Дети стоят в кругу, левой рукой показывают выбранный ими   палец правой руки. После отвечают на вопрос, в соответствии с выбранным пальцем.  М (мизинец) – мыслительный процесс. Что нового и интересного   было на занятии?  Б (безымянный) – близость цели. Чего достиг (ла)?  С (средний) – состояние духа. Каким было настроение?  У (указательный) – услуга, помощь. Кому я сегодня помог (ла),  чем порадовал (а) л?  Б (большой) – бодрость, физическая форма. Каким было моё  физическое состояние сегодня? Что я сделал (а) для своего здоровья?  **22. Рефлексия «Дерево творчества».**  По окончании занятия дети прикрепляют на  дереве листья, цветы, плоды:  Плоды – дело прошло  полезно, плодотворно;  Цветок – довольно неплохо;  Листики – не совсем удовлетворён днём. | |