***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.КомфортноУверен в своих силахХорошоПлохоКрайне 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 прикрепляетцветные 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 назанятии и о том, над чем еще стоит поработать).**19. Рефлексия «Заплетем косичку».**Каждому ребенку предлагается выбрать одну из трехлент, характеризующих их настроение: красная – весело, интересно, занимательнокоричневая – 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 моёфизическое состояние сегодня? Что я сделал (а) для своего здоровья?**22. Рефлексия «Дерево творчества».**По окончании занятия дети прикрепляют надереве листья, цветы, плоды:Плоды – дело прошло  полезно, плодотворно;Цветок – довольно неплохо;Листики – не совсем удовлетворён днём. |