

Проведение этого вида рефлексии целесообразно в начале урока с целью установления эмоционального контакта с группой и в конце деятельности. *Применяются карточки с изображением лиц, цветное изображение настроения, эмоционально-художественное оформление (картина, музыкальный фрагмент).*

1. Рисуем настроение. Настроение человека прежде всего отражается в продуктах его деятельности: рисунках, рассказах, высказываниях и др. Чтобы проверить, как воздействует обучение на состояние ребёнка, целесообразно дать задание по рисованию на тему «Моё настроение».

1-й вариант: *мокрый лист бумаги и краски. Попросите ребёнка нарисовать своё настроение.*

2-й вариант: *на общем листе ватмана с помощью красок каждый ребёнок рисует своё настроение в виде полоски, облачка, пятнышка (в течение минуты).*

Затем листочки передаются по кругу. Задача каждого определить настроение друга и дополнить его, дорисовать. Это продолжается до тех пор, пока листочки не вернутся к своим хозяевам.

После этого обсуждают получившийся рисунок.

Чтобы определить настроение по использованному в рисунке цвету, можно применить характеристику цветов Макса Лютера:

- ***красный цвет мягких тонов (розовый, оранжевый) – радостное, восторженное настроение. Использование в больших количествах яркого, слишком красного цвета (цвет крови, пожара) говорит о нервном, возбуждённом состоянии, агрессии;***
- ***синий цвет – грустное настроение, пассивность, усталость, желание отдохнуть;***
- ***зелёный цвет – активность, но в то же время слишком большое внимание к зелёному цвету говорит о незащищённости ребёнка, о желании быть защищённым;***
- ***жёлтый цвет – спокойный цвет (цвет дня, радости). Но слишком большое внимание к этому цвету в рисунке говорит о возникающей пассивности ребёнка;***
- ***фиолетовый цвет – беспокойное. Тревожное настроение, близкое к разочарованию;***
- ***серый цвет говорит о том, что ребёнок не раскрывает своих возможностей, что-то его ограничивает, огорчает, останавливает;***
- ***чёрный цвет – уныние, отрицание, нежелание выполнять задание и осознание того, что его недооценивают или плохо к нему относятся;***

➤ **коричневый цвет – цвет пассивности, беспокойства и неуверенности.**

2. Образная рефлексия. Сравнить своё настроение с образом какого-либо животного (растения, цветка).

Нарисовать образ урока (мероприятия, игры).

Вылепить из цветного пластилина то, что соответствует твоему настроению.

3. Солнышко. Закончи предложение: **«Моё настроение похоже на:**

- **солнышко;**
- **солнышко с тучкой;**
- **тучку;**
- **тучку с дождиком;**
- **тучку с молнией.**

В классном уголке висит «солнышко». Количество лучиков соответствует количеству детей в классе. Лучик – косичка с бантом на конце, которая есть у каждого ребёнка. **Цвет бантика соответствует настроению ребёнка.**

4. Ёлочка настроения. Детям **раздаются вырезанные из бумаги игрушки,** на которых они **рисуют своё настроение.**

5. Моё настроение. Каждый **ребёнок рисует в течение минуты своё настроение.**

6. Состояние моей души. Рисуются лесенка с 5 ступенями. У каждой своё название: 1) Крайне скверно, 2) Плохо, 3) Хорошо, 4) Уверен в своих силах, 5) Комфортно.

Ребёнок рисует изображение человечка и ставит его на ту ступеньку, которая соответствует состоянию его души.

7. Мишень настроения. День – это один выстрел. В какую область настроения он попал сегодня? В зависимости от этого **рисуются (наклеивается) кружок-попадание в одной из цветовых зон. Внутри – дата и мотивация.** В конце недели (четверти, месяца) вся мишень «прострелена» днями.

8. Маятник настроения. Идея та же – оценка настроения.

Сама картинка (слева - хмурый день, тучи, дождь; справа - солнце, безоблачное небо) нарисована на листе ватмана.

Маятник – подвижный, например, деревянная рейка, жёстко закреплённая наверху.

В зависимости от того, «солнечное» или «дождливое» настроение, маятник в конце дня отклоняется влево или вправо. При этом внизу, в секторе, до которого отклонился маятник, отмечается число и причина (по аналогии с «розой настроения»).

9. Музыкальный тест. Нотный стан каждого ребёнка небольших размеров (с тетрадным лист). **Ребёнку даётся маленькая нотка.** Если дети

знакомы с нотной грамотой, то для них не составит труда нахождение нот на нотном стане.

Итак, прошёл день (урок). Детям *предлагается оценить своё настроение по своеобразной восьмибалльной системе: от «ми» до «ми» октавой выше. Нотка прикрепляется в нужном месте. Неплохо узнать, минорное или мажорное настроение преобладало сегодня у каждого ученика. В зависимости от этого палочка у нотки «смотрит» вниз (минор) или вверх (мажор).*

10.Роза настроения. «Роза» делится на секторы – по количеству дней. Заполняется «роза» в конце дня. Дети, **совещаясь, решают, какой цвет соответствует наиболее полно настроению в течение прожитого дня:**

- *жёлтый цвет – радостное, светлое, хорошее настроение;*
- *зелёный цвет – спокойное, уравновешенное;*
- *синий цвет – грустное, печальное, тоскливое.*

В зависимости от этого дуга опускается вниз либо поднимается вверх, образуя один лепесток «розы». Далее лепесток закрашивается выбранным цветом. Если, по мнению ребят, настроение в конце дня изменилось, то при закрашивании один цвет плавно переходит в другой.

Внутри лепестка можно написать объяснение, почему выбраны такой цвет и форма лепестка. В этом случае «роза» станет своеобразным дневником с оценкой каждого дня.

11.Цветик – многоцветик. Дети *выбирают для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету настроения. Затем все лепестки собирают в общий цветок.*

12.Сказочное дерево. Разноцветные бабочки, цветки, птички. По аналогии с предыдущим.

13.Гномики. Ребёнок *отдаёт жетон тому нарисованному гномику, настроение которого разделяет в данный момент.*