**Конструкт кружка по ЗОЖ в средней группе**

**«Путешествие в страну настроения».**

**Задачи:**

Закрепить умение различать и называть различные эмоциональные состояния человека : радость, веселье, грусть, злость, доброту.

Развивать речь: подводить к составлению рассказов из личного опыта, подбирать синонимы.

Развивать воображение.

**Оборудование:** куклы с лицом, выражающие радость и печаль, замки из бумаги: веселый и грустный, силуэты лица с деталями (брови, глаза, рот)

**Ход занятия**

Заходи , дружок, на кружок-

Здесь можно все: думать ,сомневаться,

гадать и размышлять,

шутить и улыбаться, петь и хохотать,

Сегодня мы отправляемся путешествовать в волшебную страну. Закройте глаза. Повторяем волшебные слова: «вокруг себя повернись, в волшебной стране окажись». (Волшебная музыка)

Проходите, посмотрите вокруг (дети проходят в групповую комнату, на столе стоят два замка с жителями)

Что это такое? Кто здесь живет? (ответы детей).

Правильно это замки Веселый и Грустный. В них живут два короля с королевами, принцессы и их придворные. Посмотрите внимательно на жителей замков.

Какое у них настроение?

Как вы думаете, что случилось с жителями Грустного замка? (злая волшебница их заколдовала, кто-то обидел, они поссорились)

Действительно с ними случилось что- то не очень приятное, раз они загрустили.

А вам было когда-нибудь грустно? (ответы детей)

Послушайте сказку.

**«Сказка о королеве Печали»**

Где-то за горам, за морями жила королева. Все звали её королева Печаль. На лице у прекрасной женщины лежала печать глубокой печали: брови были сдвинуты, уголки губ опущены, иногда по щекам пробегали слезинки, похожие на маленькие жемчужины. Вместе с ней грустила вся природа: цветы не распускались, птицы не пели, звери не играли на полянках. Никто не знал, что случилось с королевой, но все пытались её развеселить: и клоуны, и забавные игрушки, и кривые зеркала - ничего не помогало.

Когда-то королева жила в другой стране, была счастлива и весела, она любила бродить по цветущему саду, слушать пение птиц, любоваться прекрасными лебедями, плавающими в пруду. Но злая волшебница, не любившая счастливых людей, услышав звонкий смех королевы, решила наслать на неё печальный ветер, чтобы перенести в далекую страну. Налетел ветер, подхватил королеву и унес в Грустный замок. Именно здесь мы и встретили бедную, несчастную королеву.

Скажу вам по секрету, что ей можно помочь, а как, вы должны догадаться сами…(предложения детей)

* Какое настроение возникло у вас когда вы слушали сказку?
* Какая часть сказки вам больше всего понравилась и почему?
* Какой персонаж в сказке злой?
* Как мы можем помочь жителям Грустного замка?

**Упражнение «Азбука волшебных слов**

(улыбнитесь друг другу и скажите добрые слова)

Послушайте, как заканчивается сказка.

…Сказочный принц Смех подружился с веселым ветерком, который выведал у злой волшебницы слова заклинания и освободил королеву Печаль.

Вся страна превратилась в огромный цветущий сад, и королева стала самой веселой и счастливой на земле…

В волшебной стране есть игры, которые помогут вам и жителям этой страны поддерживать хорошее настроение:

**Игра: «Любишь- не любишь»**

(дети хором отвечают)

1. Любишь в игры ты играть?
2. Дома маме помогать?
3. Любишь громко покричать?
4. Сказки с мамой почитать?
5. Любишь прыгать и скакать?
6. Кота за хвост потаскать?
7. Любишь плакать без причины?
8. Смотреть мультики до ночи?
9. Любишь спортом заниматься?
10. А расти и развлекаться

**Игра «Хорошее настроение»**

(выкладываем портрет человека с хорошим настроением)

* От чего у человека может испортиться настроение?
* А что нужно сделать , чтобы настроение было всегда хорошим?
* А как вы думаете, с чего нужно начинать день?
* Давайте подарим друг другу лучики улыбки.

**Психогимнастика «Лучик»:**

К солнышку потянулись,

Лучик взяли,

К сердцу прижали,

Людям отдали,

И улыбнулись.

А теперь нам пора возвращаться в детский сад, закройте глаза:

**«Вокруг себя повернись в детском саду появись»**

**(**волшебная музыка)