**Что такое настроение**

**Цели:**научить детей быть здоровыми душой и телом, стремится творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

**1.Беседа по теме.**

- Почему у человека бывает разное настроение?

- Какие причины влияют на настроение?

- Можно ли сделать так, чтобы настроение всегда было хорошим?

- Как начинать день? (С улыбки и самонастроя.)

- С каким настроением вы приходите в школу? А уходите? Почему?

- С каким настроением вы приходите из школы? Изменяется ли оно у вас после уроков? Почему?

2.Анализ ситуации.

Учитель читает рассказ.

*Федя пришёл домой хмурый .Он долго возился в коридоре, потом вошёл в комнату. Бабушка лежала на диване.*

*-Ба, я есть хочу*

*-Федя, мне сегодня не здоровится. Я не выходила из дому. Дома нет хлеба.*

*-Но я не могу  есть без хлеба!*

*-Придётся тебе сходить в магазин и купить хлеб.*

*- Бабушка, я никогда не покупал хлеб.*

*-Ничего страшного.*

3.Беседа по вопросам.

-Как вы думаете, почему Федя пришёл домой хмурый? Закончите рассказ.

-Что пришлось сделать Феде?

- Какие у вас обязанности по дому?

-Нравится ли вам их выполнять?

-За что вы любите своих близких? Слушаете ли вы их?

4.Анализ ситуации.

1.Чтение рассказа учителем.

*- Федя, поговори со мной немного,- просит больная бабушка.*

*- Бабушка, мне совсем не интересно с тобой разговаривать!*

*Я хочу погулять, поиграть в футбол. Погода сегодня - о-го-го!*

*- Федя, давай всё же попробуем немного поговорить .Расскажи мне, что было в школе .О чём вам сегодня рассказывала учительница? А как твой новый друг Витя? Почему бы тебе не пригласить его в гости?..*

*Федя подошёл к бабушке, сел на стул и стал с ней разговаривать. Он так весело рассказывал о школе, что бабушка забыла о своём нездоровье. Она смеялась вместе с внуком, а потом сказала:*

*- Это был очень весёлый разговор. Ты меня развлёк. Спасибо,  внучек. А теперь можешь погулять. Только не забудь об уроках.*

2.Беседа по вопросам*.*

*-Как вёл себя Федя? Какое у него было настроение?*

*-Изменилось ли у него настроение после разговора с бабушкой?*

*Быть хмурым нехорошо. Человек должен быть всегда в хорошем настроении, а его лицо милым и приятным.*

*5.*Оздоровительная минутка.

«Сотвори солнце в себе»

Постарайтесь ежедневно 1-3 минутки посвящать добрым словам. Каждое доброе слово несёт силу, энергию, прежде всего тому человеку, кто сказал его, а затем и тому, в адрес кому эти слова сказаны.Важно не только сказать доброе слово, но и вложить в него душу. Без тепла, без искренности сказанное слово- неживое.

*Грубых слов не говорите,*

*Только добрые дарите.*

**6.Работа с пословицами.**

-Что делает человека хорошими  и красивыми? Только ли внешность? Обратимся к народной мудрости.

* · Лицом хорош, да душой непригож.
* · Кудри завивай, да про дело не забывай.
* · Родилась пригожа, да по нраву негожа.

- Как вы понимаете эти пословицы?

- Приведите примеры, которые подтверждают эти пословицы из сказок, фильмов, жизни.

**7.Игра «Закончи рассказ»**

**-**Вы пришли на улицу. Навстречу бежал мальчик из соседнего дома. « Доброе утро», - крикнул он и улыбнулся. Вам захотелось…

**-** Подошёл автобус. Вы хотите войти, но всех отталкивает подросток и грубо говорит: «Куда лезешь?» Настроение ваше…

**-** Друг поделился с вами радостью. Вы…

8.Анализ ситуации

**-**Почему иногда старушки у подъезда называют маленьких детей хулиганами?

*- Как надо вести себя после уроков?*

***9.Итог урока****.*

*-Какой доктор помогает нам сохранить хорошее настроение?*

*(Любовь)*

*-Что он  нам советует? (Следите за своей речью, не произносите плохих слов, любите своих близких, учитесь прощать обиды)*