**Занятие по теме «Прогулка по лесу»**

**Цель**: развитие воображения, гармонизация настроения.

**Материалы**: бумага, краски, карандаши, кисточки.

**Задание:** прочитай маленькую историю «Прогулка по лесу». Мысленно воображай то, что будешь читать.

«Прогулка по лесу»

Представь, что ты в лесу. Это не просто Зеленый Лес, а Поющий Лес. Березы там поют нежные песни берез, дубы – стародавние песни дубов. Поёт речка, поёт родничок, но звонче всех поют, конечно, птицы. Ты идешь по лесу и глубоко вдыхаешь свежий воздух, чувствуешь запах деревьев, запах цветов. Вокруг тебя летают красивые бабочки, поют птицы. Тебе нравится находиться в этом лесу. Тебе хочется улыбаться, и ты улыбаешься. Дует лёгкий ветерок, играя с твоими волосами. Солнышко улыбается тебе сквозь ветви деревьев, сияет на твоих щечках.

Ты слышишь, как неподалёку журчит ручей. Ты подходишь к ручью и видишь, как вода поблескивает на солнце. Ты опускаешь свои руки в воду и чувствуешь прохладу. Ты плескаешься руками в ручье, набираешь в руки воду, а потом выливаешь её обратно в ручей. Тебе легко и свободно.

Побыв у ручья, ты отправляешься дальше гулять по лесу. Тебе нравится гулять по этому лесу, ты чувствуешь себя в безопасности. Прогуливаясь, тебе захотелось снять свою обувь и побродить босиком. Ты ощущаешь мягкость зелёной травы под своими ногами.

Тебе нравится в лесу, нравится смотреть на голубое небо, ощущать на себе игривые лучики солнышка, слушать пение птиц, вдыхать аромат травы и цветов, слышать журчание воды. Всё это наполняет тебя добротой и любовью.

**2 задание:** Вопросы для обсуждения:

* Как ты себя чувствуешь после прочтения истории «Прогулка по лесу»?
* Какие чувства и ощущения ты испытал во время воображаемой про гулки по лесу?
* Хотелось бы тебе, чтобы кто-нибудь еще был с тобой в лесу? Представь кто это?

**Рабочий лист по теме «Прогулка по лесу»**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_\_\_ дата\_\_\_\_\_\_\_\_

 **Задание**: нарисуй воображаемый лес

|  |
| --- |
|  |