

## **Совместный игровой тренинг для родителей и детей старшего дошкольного возраста «Мы вместе!»**

**Цель:** оптимизация детско-родительских отношений, установление атмосферы доверия и взаимопонимания между родителями и детьми.

### **Задачи:**

- формирование у родителей уверенности в собственных педагогических возможностях, умение занять и понимать своих детей;
- создать условия для эмоционального сближения членов семьи;
- обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций; научить участников тренинга способам снятия эмоционального напряжения;
- формировать у каждого из участников тренинга чувства эмпатии;
- формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей.

**Участники:** Группа родителей с детьми старшего дошкольного возраста.

### **Материалы и оборудование:**

Листы цветного картона формата А4; листы цветной бумаги формата А4; ножницы; фломастеры, карандаши, мяч, платки (шарфы) для упражнения «Кокон», коробка, корбочки с надписями «Позитив» и «Негатив», сердечки из бумаги, ноутбук.

**Время:** 40 минут – 1 час.

### **Предварительная работа:**

Беседа с дошкольниками об организации игровой деятельности в семье (запись на диктофон или видеозаписи).

### **Ход занятия-тренинга:**

#### **Ритуал приветствия.**

##### **Педагог-психолог:**

Добрый вечер, уважаемые родители. Я очень рада вас видеть сегодня здесь. Были ли вы когда-нибудь маленькими? Ну, конечно же, были. Помните себя в детском саду, или дома с мамой, а может быть на улице, а песочнице. И наверняка были любимые игрушки, которые вы помните и сейчас. Интересно, что с ними стало сейчас?

У каждого из вас уже есть дети. И вы стремитесь, чтобы они выросли веселыми и счастливыми. Самостоятельными и веселыми. Помогающими и любознательными. Уверенными в себе и открытыми. Но всегда ли у вас это получается? Давайте рассмотрим ситуацию, которая происходит во многих семьях.

**Упражнение «Кокон».** Для участия приглашается родитель.

Вы приходите домой, и ребенок хочет с вами поделиться впечатлениями о прошедшем дне. Вы говорите «не сейчас» (Завязывается рот «Ребенку»). Ребенок хочет помочь, Вы отказываетесь (Завязываются руки). Не зная, чем заняться, ребенок начинает бегать по комнате. Вы ругаете его за топот (Завязываются ноги). Ребенку ничего не остается делать, как сидеть и слушать разговор взрослых. Вы опять за это его ругаете (Завязываются уши). Ребенок начинает смотреть в телевизор или берет в руки гаджет. Вы заходите и говорите, что уже пора спать (Завязываются глаза).

Анализ: Посмотрите, на что похож ребенок - на «кокон». Гусеница в коконе развивается, превращается в красивую бабочку, а ваш малыш развивается? Подумайте. Как часто вы говорите ребенку слово «нет»?

А сейчас я предлагаю вам немного поиграть.

#### **Игра «Продолжить фразу...».**

Говорит мама потом ребенок: «Я не люблю когда.....» «Я люблю когда.....»

Просмотр видеозаписи (аудиозаписи) «Для вас родители» (ответы детей родителям).

А теперь настало время пригласить наших ребят, встречайте вот и они. (выход детей)

### **Совместное приветствие.**

Прошу всех встать в круг друзей. Давайте поприветствуем, друг друга необычным способом: скажем «Здравствуйте» сначала шепотом, затем обычным голосом и очень громко.

**Педагог-психолог:** А теперь отгадайте загадку:

Круглый я, как шар земной,

Все гоняются за мной.

Стукнешь о стенку —

А я отскочу,

Бросишь на землю, -

А я подскочу.

Я из ладоней в ладони лечу, -

Смирно лежать я никак не хочу!

Правильно, это мячик.

Приглашайте своих мам в кружок. Давайте поиграем.

### **Знакомство.**

Передавая мяч, ребята говорят, как зовут маму, и сказать какая она, чем вы с ней занимаетесь. Например: Я Саша, мою маму зовут Наташа, она самая лучшая и добрая...

Родители, получив мяч, называют своего ребенка и хвалят его.

### **Упражнение «Как живете?»**

С помощью слов "Вот так!" и жестов участники отвечают на вопросы:

- Как вы живете?
- Как вы отдыхаете с членами своей семьи?
- Как вы в семье отмечаете праздники (дни рождения)?

**Педагог-психолог:** А теперь давайте разбудим наши ладошки.

### **Упражнение – разминка “Ладочки”.**

А сейчас мы поиграем с нашими ладошками. Встаньте напротив друг друга в паре или сядьте удобно так, чтобы ваши руки могли встретиться. Закройте глаза. По моей команде пусть ваши руки сначала найдут (1) друг друга, затем (2) познакомятся, (3) подружатся, (4) потанцуют, (5) подерутся, (6) помирятся, (7) попрощаются.

Что вам больше понравилось, когда ваши ручки дружили, танцевали или когда они дрались?

**Педагог-психолог:**

А теперь родители встают на одну сторону, а дети на другую.

### **Игра “Угадай, чьи руки”**

А теперь мы посмотрим, как хорошо вы знаете своих близких. Сейчас мы по очереди завяжем глаза ребятам. Вам нужно по рукам узнать, где ваша мама.

А теперь наоборот, мамы будут угадывать, где их дети!

Вопрос родителям: «Что вы чувствовали, когда пытались определить по рукам, где ваш ребёнок?»

Эта игра проводится с завязанными глазами. Сначала дети пытаются на ощупь угадать руки своей мамы. Затем родители пытаются угадать руки своего ребенка.

**Педагог-психолог:**

присаживайтесь за свои столики.

### **Упражнение «Коробка».** (для родителей).

Приглашается три участника. Один стоит в центре. Ставит ноги в коробки, участники, стоящие слева и справа от него ставят ногу в коробку игроку в центре. В таком положении им предлагается пересечь комнату. По окончании проводится обсуждение: удобно ли было двигаться? Кому из участников наиболее сложно перемещаться? В каком случае игроку в центре двигаться легче, увереннее: когда участники сбоку помогают ему двигаться и двигаются в одном направлении, или когда каждый участник двигается отдельно.

*Анализ:* Так и в жизни: в положении человека, стоявшего в центре, находится ребенок. С одной стороны располагается детский сад со своими методами воспитания, требованиями, задачами, ожиданиями, а с другой стороны - семья, родители со своими методами воспитания, взглядами, ожиданиями. Ему необходимо соответствовать ожиданиям детского сада и семьи, выполнять требования и родителей и педагогов. Успешность воспитания и обучения ребенка зависит от взаимопонимания и сотрудничества родителей и педагогов.

### **Упражнение «Держи мяч».**

Игра проводится в парах родитель – ребенок. Сначала необходимо, держа мяч двумя руками, донести его до цели. Затем задания усложняются: по команде присесть с мячом, прыгать на одной ножке, держать одной рукой, спинами.

### **Упражнение «Обнималочки».**

Родители стоят во внешнем кругу, дети во внутреннем. Под музыку все ходят противоходом. Когда ведущий произносит слова: «Раз, два, три – маму (папу) обними», ребята бегут к своим родителям и обнимают их.

### **Упражнение "Рисование живых ладошек".**

#### ***Педагог-психолог:***

Вы все сегодня хорошо потрудились. А теперь я хочу вам предложить поработать всем вместе. У меня есть большой лист настроения, но он пока пустой. Чтобы он не оставался пустым я предлагаю вам оставить на нем отпечатки своих ладошек, но не просто нарисовать, а ещё и оживить их! Сначала мамы обведут ладошки своих детей, а потом свои. А ребята раскрасят их и оживят (нарисуют глазки, ротик, носик). Родители помогают своим детям.

### **Релаксационное упражнение «Из семечка — в дерево».**

Дети стоят в кругу. Ведущий стоит в центре и предлагает детям превратиться в маленькое сморщенное семечко (сжаться в комочек на полу, убрать голову и закрыть ее руками). Взрослый – садовник – очень бережно относиться к семенам, поливает их (гладит по голове и телу), ухаживает. С теплым весенним солнышком семечко начинает, медленно расти (дети – семечки медленно поднимаются). У него раскрываются листочки, (руки поднимаются), растет стебелек (вытягивается тело), появляются веточки с бутонами (руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент – бутоны лопаются (резко разжимаются кулачки), и росток превращается в прекрасный сильный цветок. Наступает лето, цветок хорошеет, любит себя (осмотреть себя), улыбается цветами - соседям, кланяется им, слегка дотрагивается до них своими лепестками (кончиками пальцев дотянуться до соседней). Но вот подул ветер, пришла осень. Цветок качается в разные стороны, борется с непогодой (раскачивания руками, головой, телом), сгибается, клониться к земле и ложится на нее. Ему грустно. Но вот пошел зимний снежок. Цветок опять превратился в маленькое семечко (свернуться на полу). Снег укутал семечко, ему тепло и спокойно. Скоро

опять наступит весна, и оно оживет. Ведущий ходит между детьми и показывает им движения. После того как дети «сворачиваются» на полу, взрослый подходит к каждому ребенку, гладит его.

**Рефлексия. Заполнение коробочек «Позитива» и «Негатива».**

Участники сердечек высказывают свои ощущения от встречи, положив свое сердечко в одну из коробочек.

Теперь я предлагаю всем опять вернуться на свои места и поделиться впечатлениями о сегодняшнем мероприятии. Сегодня наше мероприятие было посвящено взаимодействию родителей и детей. Родители, приятно вам было играть вместе с детьми?

Ребята, а вам понравилось играть вместе с родителями? Что вы чувствовали, играя вместе?

Давайте же будем играть вместе со своими детьми как можно чаще. Совместная игра ребёнка со взрослым не только основное средство развития маленького человека, но и инструмент, способствующий взаимопониманию разных поколений. Открывайте мир вместе с ребёнком! Совместные игры очень сближают детей и родителей. Играйте дома как можно больше со своими детьми!

Приложение 1

**Вопросы для беседы с детьми.**

Ты любишь играть в игры?

Какие твои самые любимые игры?

В какие игры ты играешь дома?

В какие игры ты играешь с мамой?

А в какие игры ты играешь с папой?

В какую игру, ты бы хотел(а) научить играть маму и папу?

**Литература.**

Журнал «Справочник педагога-психолога. Детский сад»