

*Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №42»
Изобильненского городского округа Ставропольского края*

Детско-родительский игровой тренинг «Мы счастливы, когда мы вместе!»



Подготовила:
педагог-психолог
Н.А. Иванова
1 квалификационная категория

с. Московское, 2020 год

Цель: оптимизация детско-родительских взаимоотношений, гармонизация эмоциональных связей в семье.

Задачи:

-развивать умение прислушиваться друг к другу, понимать друг друга, учитывать различные точки зрения, договариваться, видеть положительные стороны и качества ребенка, уметь сосредотачивать на них внимание, говорить друг другу комплименты;

- помочь осознанию важной роли семьи в жизни каждого человека, особенно ребенка;

- способствовать формированию благоприятного психологического климата в семье, сплочению членов семьи, повысить уровень взаимодействия членов семьи, дать возможность проявить творческие способности.

Здоровьесберегающие технологии: элементы танцевально-двигательной терапии, элементы арт-терапии.

Группа: подготовительная группа

Психолог: Здравствуйте, уважаемые родители и дети! Я рада видеть Вас сегодня, я пригласила всех Вас поучаствовать в увлекательном мероприятии, окунуться в мир детства, игры и хорошего настроения. И конечно, нашу встречу, мы начнем с приветствия.

1.Упражнение «Давайте поздороваемся». Я предлагаю нам поздороваться друг с другом, но необычным способом, я предлагаю поздороваться разными частями своего тела. Итак, давайте поздороваемся ладошками, спинками, локтями, пяточками.



2.Упражнение-разминка «Как живете?» Я предлагаю нам встать в круг, замечательно! Слушаем внимательно музыку и отвечаем на вопросы. Готовы, тогда начали! Замечательно отлично!



Психолог: Все мы знаем, что хорошее настроение часто сменяется грустным и тогда нам хочется, чтобы рядом с нами был близкий человек, который бы поддержал, успокоил, вселил уверенность.

3. Телесно-ориентированное упражнение. Дорогие родители и дети я предлагаю вам побывать в таких ситуациях. Детки давайте представим как-будто вам грустно, присядьте на попу и обхватите руками свои колени. А мамы должны проявить свое тепло и заботу. Для этого присядьте на корточки сзади и обнимите своих деток, согревая своим теплом и любовью. Отлично, молодцы! А теперь давайте поменяемся местами. Давайте теперь родители будут грустить, а дети будут щекотить своих мам до тех пор, пока они не перестанут грустить и рассмеются. Молодцы, отлично! Вот мы друг

другу помогли, развеселили друг друга и показали, как любим друг друга!!! Ну и закончить данное упражнение я предлагаю "обнимашками". Ведь они способствуют улучшению физического и психологического состояния, повышают стрессоустойчивость. При объятиях выделяются эндорфины – гормоны счастья, которые снимают боль и вызывают эйфорию. Обнимайте друг друга почаще!



Психолог: Мне нравится сравнивать ребенка с рекой – веселой, стремительной и бурной или глубокой и медленной. Она плывет себе, куда ей вздумается, движется свободно и непринужденно. И каждое движение реки определяет ее русло, берега, которые мы называем родителями. Они всегда будто впереди, определяют основное направление ее движения. Если родители имеют свои устойчивые ценностные установки, знают, как воспитывать ребенка, понимают, что важно для него, – это берега прочные и надежные. Тогда и река чувствует себя защищенной и более уверенной.

И сейчас я предлагаю выполнить такое упражнение.

4. Упражнение «Река». Родители будут берегами, встанут в две шеренги друг напротив друга, а дети будут рекой, проплывающей между этими берегами. Берега мягкими прикосновениями помогают реке: гладят, говорят ласковые слова.



5. Игра «Обнималочки». Родители Вы будете стоять во внешнем кругу, а дети во внутреннем кругу, под музыку ходим противходом, а на слова «Раз, два, три, маму свою обними, дети подходят к своим мамам и обнимают их.



6. Упражнение «Кенгуру и кенгуренок»

В следующем упражнении мы постараемся чувствовать друг друга, согласовывать темп и движения. Родители – кенгуру, а дети – кенгурята. Дети встают спиной к маме и приседают, ребенок и родитель берутся за руки и доходят до кегли, обходят ее и возвращаются назад не расцепив руки и постараются, чтобы кенгуренок не упал.



Умение взаимодействовать мы проверим в следующем задании **«Кто больше соберет шаров»**, родители и дети держат друг друга за руку, а свободными руками собирают шарики. И мы посмотрим, кто больше соберет шаров

Замечательно! Молодцы!



7. Игра «Найди свою пару». Давайте мы с вами разделимся на две группы (или команды). Каждый из вас получит изображение животного. По команде начали, каждый участник издает звук своего животного и пытается найти свою пару. То есть участники первой команды будут искать свою пару среди участников второй команды. Как только вы находите свою пару, вы подходите друг к другу.



А теперь я приглашаю Вас пройти за столы. Сейчас мы с вами перенесемся в песочную страну.

8. Упражнение «Угадай картинку». Дети рисуют пальчиками на песке 4 предложенные им картинки: дом, елка, солнце, человек, а родители отгадывают.



Психолог: А теперь я предлагаю Вам выложить с помощью различных мелких предметов то место, в котором вы счастливы вместе.





Наше занятие подходит к завершению, надеюсь, Вы получили массу положительных эмоций и хорошее настроение. Спасибо за участие!!!