**Психологический тренинг**

**для родителей и учащихся 1-х классов «Семейное тепло»**

**Педагог-психолог:** *Хасенова Анара Булатовна*

**Цель:**  способствовать  эмоциональному сближению родителей и детей.

**Задачи**:

* укрепление и улучшение межличностных отношений в семье;
* развитие эмоционально-положительного фона ребенка и семьи,
* формирование целостности и ценностей семьи.

**Продолжительность:** 1 час

**Оборудование**: карандаши или восковые мелки, листы бумаги А 4, видеоролик, повязки на глаза, «маленькие золотые рыбки» и рисунок большой золотой рыбки, старые газеты.

**Вводное слово педагога-психолога.** (3 мин)

«Поиграй со мной!» - как часто нам приходится слышать эту просьбу от своих детей. И сколько радости они получают, когда мы, преодолевая усталость и отодвигая домашние дела, соглашаемся хоть на несколько минут побыть «ребёнком». Чаще всего, играя с ребёнком, взрослые следуют за его желанием: он сам рассказывает нам, что надо делать. А мы, если уж решили доставить ему удовольствие, послушно выполняем все его требования.

Однако игра не только доставляет удовольствие и радость ребёнку, в игре ребёнок проявляет то, чем он уже овладел, те качества, которые у него уже сформировались. В игре развиваются важнейшие стороны его психике.

Сегодня мы поиграем в коммуникативные игры, которые направлены на развитие умения устанавливать определённые взаимоотношения друг с другом, умение работать в паре, умение уступать другому, помогать, поддерживать.

**Ход занятия:**

**1. Упражнение «Знакомство» (5 мин)**

Участники сидят в кругу и каждый должен представить своего соседа маму (папу) и сына (дочь). Например, каждый начинает предложение:

«Разрешите представить моего папу (маму) ... и она очень ...» (комплимент) и «Разрешите представить моего сына (сына) … и он(а) очень …» (комплимент).

**2.Игра-разминка «Поменяйтесь местами…» (3 мин)**

Цель: настроить на активное взаимодействие.

Ведущий. Поменяйтесь местами те, у кого карие глаза… кудрявые волосы… у кого есть синий (или другой цвет) в одежде… кто любит свою семью… и т.д.

**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.**

**3.Игра “Жмурки” (7 мин)**

Цель: активизация взаимодействия на эмоционально-телесном уровне.

Дети образуют круг, родители стоят в центре круга с закрытыми глазами. Под весёлую музыку дети идут по кругу, а мамы должны на ощупь найти своего ребёнка. Образовавшиеся детско-родительские пары рассаживаются на места.

**4.Просмотр мультфильма "Сказка о барашке" (7 мин)**

**Ссылка:** [**https://youtu.be/zAlN-O2jZDo**](https://youtu.be/zAlN-O2jZDo)

Обсуждение.

**Вывод**: дети и родители осознают, что любые трудности преодолимы, если они будут друг друга понимать и поддерживать.

**5. «Весёлые художники» (10 мин)**

Описание: каждой семье даётся небольшое стихотворение. Необходимо изобразить иллюстрацию к стихотворению.

**Рисунки выставляются.** (Приложение 1)

**6. Упражнение «Остров» (10 мин)**

Все вы сейчас будете жителями чудесного острова. Вы будете плавать, играть, веселиться по всей комнате, то есть по морю, а как только я крикну: «Акула!» — все сразу заскочат на остров, чтоб спастись. Как только я скажу: «Акула ушла!» — вы все опять начинаете плавать и веселиться.

*Информация для ведущего*: в начале игры газета свободно вмещает всех участников. После того, как группа легко разместилась на газете, ведущий говорит: "Очень хорошо! Но произошло наводнение, и островок уменьшился – газета складывается пополам. Как вы поступите теперь? Ни рвать, ни раздвигать газету нельзя". Затем газета складывается вчетверо, и т.д.

**7. Упражнение «Водитель» (5 мин)**

Цель: выявить степень доверия и самостоятельности участников друг другу.

Дети - это водители, а родители пассажиры, которые с завязанными глазами следуют за своими водителями. Задача водителей без столкновений с другими машинами проехать до своего пункта назначения (стула). Затем меняются ролями.

**8.Упражнение “Золотая рыбка” (3 мин)**

Участники приглашаются на праздник Золотой рыбки, которая готова исполнить любое ваше желание под звуки морского прибоя. Для этого каждой семье нужно загадать заветное желание и приклеить на большую золотую рыбку в виде золотой чешуйки и желание обязательно сбудется.

(Приложение 2)

**Рефлексия. (7 мин)**

– Что больше всего понравилось, и чем полезна была эта встреча?

– Что оказалось трудным? Как вы думаете, почему?

– Что хотелось бы себе пожелать?

*Приложение 1*

1.Динозаврик – малышок

Улыбается спросонок:

Мама рядом, папа рядом –

Что ещё для счастья надо?

2.На опушке две букашки

Поиграть решили в шашки.

Крошечные шашечки

Тащат две букашечки.

3.Сына папа-осьминог

Целый час догнать не мог.

Еле-еле осьминожка

Успокоился немножко.

4.Две совы сидят в беседке,

И беседуют соседки

О погоде, о нарядах,

О птенцах своих совятах.

5.На полянке есть пенек,

Он не низок, не высок.

Посмотрите-ка, ребятки,

Что растёт на нем? Опятки!

6.Присмотритесь-ка получше.

Это кактус. Он колючий,

А когда дожди пойдут,

Все колючки расцветут.

7.По земле ползёт змея.

За змеёй ползёт семья.

Змей, змея и два змеёнка

По земле ползут тихонько.

8.Где ночует червячок?

- В куче веточек прилёг,

Ночничок включил поярче,

И ночует, как на даче.

9.Медвежонок неуклюжий

Лапой шлёпает по луже.

Медвежонок кружится,

Ловит лучик в лужице.

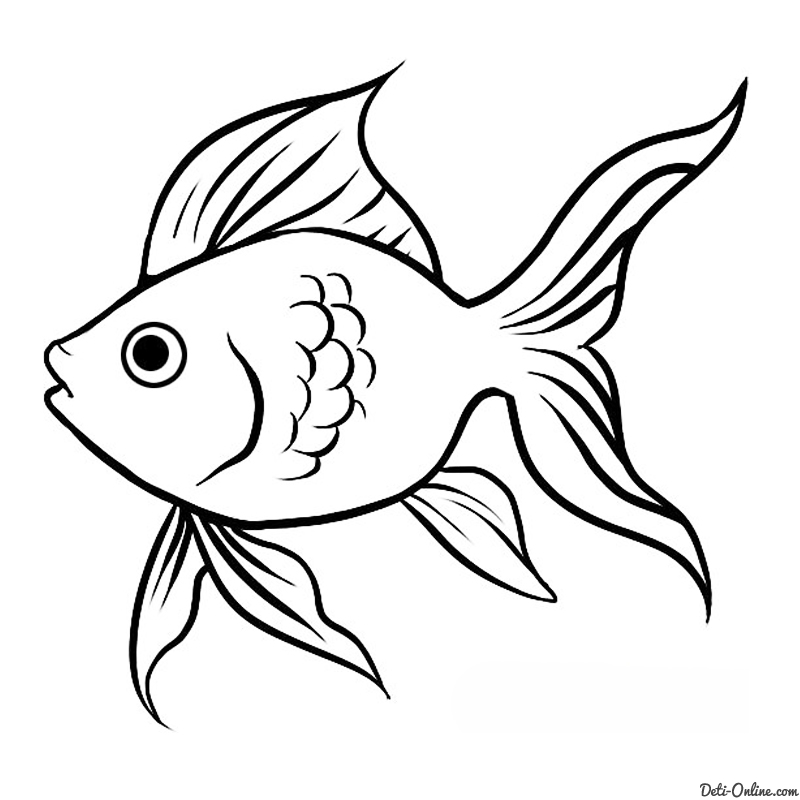
10.Гусеница цепко

Цепляется за ветку.

От скворцов скрывается,

Ей скворцы не нравятся.

*Приложение 2*



**Список литературы**

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? — 2-е изд., испр. и доп. —— М.: ЧеРо, 2004.
2. Ждакаева Е. И. Тропинка к счастливой семье. Коррекция детско-родительских отношений через сказку, игру, рисунок / Е. И. Ждакаева. – СПб. : Речь, 2011.
3. Кипнис М.Ш. Тренинг семейных отношений (2 часть) - М. Ось-89, 2006.
4. Малкина-Пых И.Г. Семейная терапия. Изд-во: ЭКСМО., 2005.
5. Монина Г.Б., Лютова Е.К. Тренинг общения с ребенком. Период раннего детства. СПб.: Речь, 2006.

6.Мультфильм Disney – Барашек ссылка:  https://youtu.be/zAlN-O2jZDo