

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

Тренинг для родителей и детей с ОВЗ «Ты и Я, и мы с тобой»

Подготовила: Косых Е.В

Цель: гармонизация отношений родителей и детей с ОВЗ, повышение педагогической компетентности родителей, помочь родителям и детям ощутить удовольствие от совместной деятельности, помощь семьям по адаптации и включению детей с ОВЗ в общество.

Задачи:

- Повысить жизненный тонус родителей и детей.
- Научить родителей эффективным способам взаимодействия с ребёнком.
- Сформировать адекватную самооценку у родителей и детей.
- Развить у детей навыки социального общения.
- Научить родителей и детей действовать согласованно.
- Развить у детей координацию движений.

Материалы: листы бумаги формата А4, художественные принадлежности (краски, фломастеры, карандаши и т. д., листы бумаги для записей, ручки и чистые кисти, игрушка, маски сказочных персонажей.

Ход:

Воспитатель:

Здравствуйте уважаемые родители. Мы пригласили Вас поучаствовать в тренинге «Я и ты, и мы с тобой». Хотим научить вас лучше понимать друг друга, радоваться совместной деятельности и успехам. Дети и родители упражнения будут выполнять вместе.

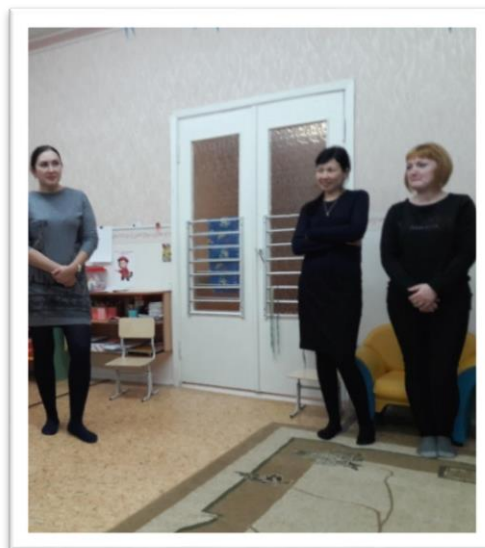
Упражнение «Моё имя»

Цель упражнения: создание доброжелательного микроклимата в группе.

Первый участник берет в руки медвежонка и называет себя так, как бы ему хотелось, чтобы его называли участники на протяжении всего занятия. И так все по очереди, начинает воспитатель.

Упражнение «Надежное плечо»

Цель упражнения: формирование чувства доверия в группе, снятие нервного напряжения. Участникам тренинга предлагается встать в круг. Положить руки друг другу на плечи. Затем закрыть глаза и медленно раскачиваться, сначала влево, затем вправо, делать упражнение нужно аккуратно, чтобы не толкнуть своих соседей, стоящих по левую и правую стороны. В каждую сторону сделать по два-три раскачивания. Воспитатель выполняет задание вместе с участниками. Затем открываем глаза и улыбаемся друг другу.



Упражнение «Мой прекрасный ребенок»

Цель упражнения: формирование у родителей положительного настроя на занятия по детско-родительским отношениям, повышение самооценки родителей, умение проявлять чувство принятия и любви к ребенку. Каждый родитель получает чистый бланк, на котором ему необходимо записать несколько положительных характеристик своего ребенка, а затем по очереди каждый представляет своего ребенка. Начиная каждую характеристику со слов: «Мой ребенок прекрасен потому что...».

После того, как каждый родитель презентует своего ребенка. Начинается рефлексия упражнения. Было ли сложно отыскать положительные характеристики в своём ребенке? Как Вы можете объяснить трудности, которые возникли во время выполнения этого упражнения? Искренние ли Ваши характеристики, или же вы включили в список характеристики, которые Вы скорее хотели бы видеть в своём ребенке? Спасибо за ответы.

Упражнение «Портрет»

Цель упражнения: активизация эмоционально-телесных связей, релаксация. Под приятную и спокойную музыку родитель и ребенок садятся друг напротив друга. Начинают по очереди «рисовать» лицо. Начинает взрослый, осторожно обводит черты



лица ребенка сначала пальцем. Затем чистой кисточкой. Затем ребенок также «рисует» мамин (папин) портрет.

Упражнение «Свет мой зеркальце»

Цель упражнения: снять эмоциональное напряжение. Поочередно участник тренинга выходит в центр группы и начинает показывать окружающим разного рода движения (два-три движения, остальные участники должны за ним повторять). Затем выходит следующий участник и так по очереди. Молодцы! Спасибо.

Упражнение называется «Игрушка»

Цель упражнения: развитие интереса друг к другу у родителей и детей. Участникам предлагается выбрать для себя «Игрушку» и рассказать почему он сделал такой выбор.



Упражнение называется «Диковинные цветы»

Цель упражнения: активизация механизма самопознание. Звучит музыка «Звуки природы» (например, звуки леса, звуки цветочной поляны и т. д.). Воспитатель предлагает участникам сесть поудобнее, расслабиться и закрыть глаза. Себя необходимо представить на волшебной полянке, на которой растут самые разнообразные цветы – от самых экзотических (волшебных из сказок и не только) и до самых обычных комнатных и полевых растений, которые просто радуют глаз. Необходимо присмотреться и выбрать тот цветок, который больше всего вам понравится. Этот цветок нужно повнимательнее рассмотреть: какие у него лепестки, какого они цвета, какой у него стебель, один ли у него цветок или же это соцветие. Нужно почувствовать аромат этого цветка. Внимательно оглядеться и посмотреть, что произрастает вокруг этого цветка. Затем после выполнения задания необходимо рассказать участникам группы о том, что удалось увидеть на цветочной поляне.

Упражнение называется «Ручки-художницы»

Мы с вами побывали в месте, где растут диковинные цветы. А теперь давайте еще немного пофантазируем и порисуем. Для выполнения следующего упражнения, необходимо всем объединиться в пары – «мама-ребенок» или «папа-ребенок».

Цель упражнения: сплочение родителей и ребенка, раскрытие творческого потенциала, эмоциональное самораскрытие через приемы арт-терапии. Каждой семейной паре предлагается сесть за один стол, родитель и ребенок получают по листу бумаги формата А4, краски, принадлежности для работы с красками. Дается тема рисунка: «Волшебная полянка». Каждая пара с помощью красок, кистей рук и пальцев (без использования кисточек) рисует волшебную полянку. После того, как все в группе закончат работу, каждая пара должна рассказать о том, что изображено на их картине. После презентации работ, идет обсуждение упражнения. Какие ощущения пара испытала от совместной работы? Были ли какие-то сложности во время работы? Всем спасибо.

Упражнение «Послушный – непослушный»

Цель упражнения: психоэмоциональная разрядка. Взрослый сидит на ковре, дети – спиной к нему, между ногами.

Воспитатель: «Дети представьте, что вы котята. Котята, как и детки, бывают послушными и непослушными. Когда котенок непослушный, он стучит ногами, машет руками – тогда мама его крепко держит, обняв сзади. Когда котенок послушный, тогда мама его гладит по головке, обнимает. Давайте, когда я буду говорить «послушный» вы **будете вести себя**, как ведут себя послушные котята, когда говорить «непослушный», **будете вести себя**, как ведут себя непослушные котята. А теперь крепко крепко обнимите своих близких.

Упражнение называется «Море волнуется»

Цель упражнения: научить детей волевым усилием контролировать свои действия, развить координацию движений у детей, развитие согласованности действий родителей и детей. Упражнение выполняется в парах. Воспитатель:

Море волнуется – раз!

Море волнуется – два!

Море волнуется – три!

Морская фигура, на месте замри!

Участники, держась за руки (*родитель-ребенок*) двигаются, изображают руками «волны». При слове «замри!» участники должны остановиться и застыть в том положении, в каком их застало это слово. Пара в которой хотя бы один участник улыбнулся или пошевелился, выходит из игры.

Упражнение, называется «Цветок единения»

Цель упражнения: закрепление групповой работы, сплочение коллектива. Предлагается родителям и детям сделать лепестки цветка из бумаги. Дети и родители, приложив свои ладони на лист бумаги, обводят кисти своих рук, раскрашивают обведенную форму руки, в центре формы нужно каждому красиво написать своё имя. Когда каждый подпишет свое имя, эти рисунки аккуратно вырезаются. Затем, совместными усилиями рисунки-ладони крепятся на лист ватмана, который заранее был закреплен на доске. На листке нарисована сердцевина цветка, к этой сердцевине крепятся ладошки, они будут импровизированными лепестками. Получился замечательный цветок.

Используемая литература:

1. Истратова О. Н. Диагностика и коррекция детско-родительских отношений: практикум. – Ростов н/Д. : Феникс, 2017. – 316 с. : ил. – (Психология).
2. Светланова И. А. Психологические игры для детей. – Р н/Д. : Феникс, 2014. – Изд. 2-е. – 188 с. – (Мир вашего ребенка).
3. Фопель К. Энергия пузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем. – Изд. 3-е. – М. : Генезис, 2011. – 240 с.