МКОУ Черепановская специальная (коррекционная) школа – интернат для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья

Тренинговое занятия- гостиная для заинтересованных родителей «Дружная семья»

Автор: педагог-психолог высшей квалификационной категории Лысова Оксана Федоровна

**Адресная группа**: дети ОВЗ, родители. У данной категории детей отмечаются выраженные отклонения в формировании познавательных процессов, коммуникативных навыков, несформированности самооценки, неуспешности в обучении. Такие дети являются частыми нарушителями дисциплины в школе и вызывают проблемы в семье. Все это свидетельствует о низком уровне социально-психологической адаптации детей.

**Возрастная категория**: дети начальной школы 8-10 лет.

**Цель мероприятия:** Вовлечение родителей в совместную деятельность с детьми в условиях школы-интерната; создание атмосферы тесного сотрудничества и содружества, положительного психологического настроя.

**Задачи мероприятия:**

Формировать интерес взрослых к миру ребенка, стремление помогать ему в индивидуально-личностном развитии.

Развивать умение прислушиваться друг к другу, понимать друг друга, учитывать различные точки зрения, договариваться, принимать особенности каждого члена семьи, видеть положительные стороны и качества родителя и 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.

**Оснащение:** ленты (для повязки на глаза), цветные сердечки для сюрпризного момента, компьютер, подборка музыки для релаксации, клубок пушистых ниток для упражнения «Паутинка», картинки – цветов (Приложение 1), лист бумаги для изготовления коллажа –«Цветочная полянка», клей, ножницы, карандаши цветные, фломастеры. Буклеты (Приложение 2) и раздаточный материал «Влияние родительских установок на развитие детей» (Приложение 3).

**Время проведения:** 40 мин.

**Расположение:** 1 зона (стулья по кругу для беседы); 2 зона релаксации (ковровое покрытие); 3 зона (столы для приготовления коллажа).

**Ожидаемые результаты:**

1. Дети осваивают навык групповой работы, работе в парах со своими родителями. Повышается эмоциональный фон настроения ребёнка, самооценка. Появляется чувство уверенности в своих силах. Дети учатся доверию. Происходит тренировка и активизация памяти, логического мышления, воображения. Дети овладевают коммуникативными навыками. Учатся межличностному общению. Происходит успешная социализация. Снимается мышечное напряжение и зажатость.

2. Родители учатся технологиям совместной деятельности: игры, которые способствуют повышению уровня социальной адаптации ребёнка, сплочению детско-родительских отношений. Упражнения для развития речи, памяти, мышления, внимания, воображения, восприятия. Способам перевода негативных установок в позитивные. Приемам «психогимнастики» для расслабления после уроков.

На занятии сочетались как коррегирующие, развивающие так и психопрофилактические приемы и методы работы.  Использование мультимедийного оформления помогло сделать образовательную деятельность разнообразной, эмоционально-приятной, динамичной, не утомительной, что позволяет эффективно корригировать нарушения у детей. В деятельность с детьми с нарушениями в развитии включены игры, игровые упражнения, которые повышают умственную активность, совершенствует речевые навыки, способствующие развитию психических процессов, повышают эмоциональную активность детей.

Данное занятие имеет отличительную особенность, оно активно насыщено здоровьесберегающей технологией, а именно различными заданиями, направленными на развитие общей и мелкой моторики, упражнений направленных на развитие навыков саморегуляции (упражнения с правилами).

Основной идеей этого конспекта, стала возможность показать детям и родителям что взаимопонимание, внимание, любовь просто необходимы и являются основой любой семьи.

При подготовке мероприятия использовала следующие интернет-ресурсы:

1.<https://multiurok.ru/files/buklet-dlia-roditelei-detsko-roditelskie-otnosheni.html>

2.<https://urok.1sept.ru/articles/657671>

3.<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2017/12/11/trening-dlya-roditeley-na-splochenie>

**Конспект занятия**

**1. Ритуал-приветствие «Подари тепло своего сердца»**

*Под мелодию (Песня «Улыбка» из м/ф «Крошка енот»). Дети и родители заходят в кабинет, садятся в круг на стулья. При входе в кабинет, каждый выбирает себе сердечко из сундучка.*

**Психолог:**Ребята и уважаемые взрослые, давайте положим руки на сердечко, закроем глаза, и представим, что, мы кладем все тепло, радость, дружбу, любовь, и хорошее настроение в свои ладошки, а теперь откроем глаза, и подарим друг другу наши бесценные подарки!

*Звучит спокойная мелодия № 2. Ведущий показывает, как нужно от груди раскрывать руки друг к другу, и принимать обратно тепло и радость наших сердец. И громко говорим: «Всем, всем, здравствуйте!»*

***Упражнение 2. «Знакомство»***

Выберите себе цветок, который вам больше нравится.

Членам группы предлагаются цветы разного цвета. Участники выбирают тот цветок, который им больше понравился, больше соответствует их настроению. На лепестке записывает свое имя в той форме, в которой ему хочется. И свои ожидания от предстоящего тренинга. Этот цветок является эмблемой участника и сохраняется до конца занятия. В конце занятия каждый участник объясняет, почему он выбрал именно этот цветок и оправдались ли его предполагаемые ожидания.

**Упражнение 3. “Волшебный клубочек”**

Часть 1. Участники группы садятся в круг. Ведущий задает вопрос: “Как вы думаете, кто сегодня здесь собрался?” мамы и дети, люди, взрослые и не очень, и т.д. Когда вариантов набирается достаточно много, ведущий предлагает: “Давайте знакомиться!”, и начинается вторая часть упражнения.

Часть 2: игра “Паутинка”. В руках у ведущего – клубочек пушистой пряжи. Начиная знакомство, ведущий называет свое имя, обматывает конец нити вокруг своей ладони и перекатывает клубок кому-нибудь из детей. Каждого ребенка ведущий просит не только назвать свое имя, но и рассказать о своей маме (папе) для того, чтобы по описанию можно было угадать, кто из сидящих в кругу людей – его родитель. Можно задавать разные вопросы, например:

* Какая твоя мама?
* Что она любит делать?
* Что ей нравится, что ей не нравится?

Взрослый, в руках которого оказался клубочек, рассказывает о своем ребенке. Прежде, чем перекатить клубочек следующему рассказчику, каждый член группы обматывает нитью свою ладонь так, чтобы “паутина” была более-менее натянута. Когда клубок возвращается к ведущему, он спрашивает: “На что похоже то, что у нас получилось?”. Ответов бывает много – сеть, паутина, звездочка, грибница и т.д. Ведущий обращает внимание группы на то, что в жизни наши взаимоотношения с близкими и друзьями напоминают подобное переплетение нитей.

В конце упражнения клубок сматывается в обратном порядке, при этом необходимо еще раз повторить все имена, чтобы участники запомнили их.

**4. Принятие групповых правил**

*Оборудование:* большой лист бумаги, фломастеры, скотч или кнопки.

Ведущий говорит о необходимости принятия правил и предлагает каждому участнику выразить свое отношение к правилам: согласен с принимаемым правилом – подними большой палец вверх, не согласен – опусти палец вниз и расскажи, чем, по-твоему, это правило не подходит для тебя или группы.

Примерный перечень правил:

* На занятии может говорить только один человек.
* Говорить можно только в круг, нельзя шептаться с соседом.
* Другим людям, даже близким, можно рассказывать только о том, что делал или чувствовал на тренинге ты сам. Нельзя рассказывать о том, как вели себя или что говорили другие участники группы.
* Старайся участвовать во всех упражнениях.
* Позаботься о себе сам: устал сидеть – тихонько встань, захотел попить – сделай это, не мешая другим, и т.д.

Правила лучше фиксировать в виде рисунков-символов на плакате. Это вполне может сделать кто-либо из участников группы. Плакат крепится к стене на все время работы группы.

**5. Упражнение “Знакомство руками”**

*Оборудование:* повязки на глаза по числу пар, запись спокойной музыки.

Участники садятся на стулья в два круга: внутренний и внешний. Дети во внутреннем кругу сидят спинами друг к другу, перед каждым ребенком лицом к нему садится во внешний круг взрослый. Далее этот способ расстановки участников будем называть “каруселькой”.

*Инструкция:* сейчас мы попробуем необычный способ общения – руками. Взрослые, пожалуйста, завяжите детям глаза. Вернитесь на место. Закройте глаза, сделайте три спокойных вдоха и выдоха (включите музыку).    Протяните вперед руки, найдите руки своего партнера. Поздоровайтесь с ними, познакомьтесь, подружитесь (все команды даются неторопливо). А теперь – поборитесь, поссорьтесь… и снова помиритесь, попросите прощения. А теперь – поблагодарите и попрощайтесь. Взрослые, откройте глаза и пересядьте на один стул вправо. Вам предстоит новая встреча. Закройте глаза, протяните вперед руки и т.д.

В конце упражнения ведущий просит детей снять повязки и предлагает всем участникам поделиться чувствами, которые вызвало это упражнение.

 **«Найди маму»** А теперь мы разойдемся в разные стороны. Дети с завязанными глазами должны найти руки своей мамы.

**6. Презентация Эмоции.** Отрабатываем при помощи мимики, жестов выражать свои эмоции. Радость, грусть, печаль, злость. Разыгрывание этюдов.

Этюд «Кто как радуется» (детям предлагается показать без слов, как они радуются при встрече с мамой, когда они встречают гостей в свой день рождения. Выразительные движения: объятия, улыбки, смех, радостные восклицания).

Этюд «Танец радости». Дети становятся в круг, берутся за руки, затем все вместе скачут, как радостные воробушки в солнечную погоду, как радостные котята. А потом прыгают как радостные ребята на прогулке.

**7**. **Упражнение «Гармоничный танец» В** игре участвую 2 человека. Звучит плавная музыка. Игроки встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

**8. Задание для родителей**. **Влияние родительских установок на развитие детей.** Проанализируйте, какие директивы, оценки и установки вы даёте своим детям. Сделайте так, чтобы негативных было очень мало, научитесь трансформировать их в позитивные, развивающие в ребёнке веру в себя, богатство и яркость эмоционального мира. (Приложение 2)

Пока работают родители, мы поиграем с ребятами.

**9.*Упражнение «Сломанная кукла»***

Не редко родителей тревожит несобранность детей, их излишняя активность. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки психоэмоционального напряжения, следствие какой-то детской проблемы, в которой взрослые еще не разобрались. Как помочь ребенку в эти моменты? Самое правильное - научить его помогать самому себе, то есть познакомить его с методами саморегуляции. Выполните следующее упражнение.

Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Изобразите куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, ноги. Она вся разболталась. С ней не хотят играть. Потрясите всеми сломанными частями одновременно. А теперь собирайте, укрепляйте веревочки - медленно, осторожно соедините голову и шею, выпрямите ее. Теперь расправьте плечи и закрепите руки, подышите глубоко. Выпрямите ноги. Все - куклу починили, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть! Предложите дома при необходимости это упражнение своему ребенку.

**10. *Коллаж* «Цветочная полянка»**

**Цель:** коррекция взаимоотношений с окружающими при помощи проекции внутреннего мира человека средствами изобразительного искусства.

**Оборудование:** карандаши, фломастеры, бумага, ластик, клей, цветы, ножницы.

**Этюд «Цветок».** Теплый луч упал на землю и согрел в ней семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из рост­ка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет солнышку лепестки и поворачивает голову за солнышком. Тренер говорит текст, а участники сопровож­дают его выразительными движениями. Вот у нас выросли самые красивые цветы и сейчас мы их зарисуем.

Маме и ребенку выдается один лист бумаги на двоих и карандаши, фломастеры, клей, ножницы и др.

**Инструкция:** «Сейчас вы по­пытаетесь по моему сигналу изготовить цветочную полянку. По окончании обсуждаются результаты и степень удовлетво­ренности совместной работой.

Можно цветок – эмблему приклеить на свой коллаж.

В конце занятия каждый участник объясняет, почему он выбрал именно этот цветок и оправдались ли его предполагаемые ожидания.

 **11**. Пока дети играют в комнате психологической разгрузки, мы с родителями **подводим итоги,** и я вручаю им буклеты. (Приложение 3)

**12. Рефлексия**

Ритуал, который провожу в конце каждого занятия. Прошу всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

* Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?
* Что показалось необычным?
* Что для тебя было особенно трудно выполнить?
* Если тебе было скучно, что в следующий раз ты сможешь сделать по-другому, чтобы изменить это отношение?
* Родители написали свои отзывы о данном мероприятии. (Приложение 4).

**13**. **Итог занятия** групповое фото. (Приложение 5)