**Приложение 1**

**Тренинг №1.**

**Тема: «Я и мой ребенок: учимся играть»**

Цели:

- обогащение знаний, установок и умений, необходимых для воспитания детей;

- гармонизация родительско-детских отношений;

- развитие у родителей навыков самопознания и саморегуляции.

Задачи:

- помогать родителям принятию своего ребенка таким, какой он есть;

- учить родителей разнообразным формам и методам организации совместной игровой деятельности;

- способствовать развитию доверительных отношений между родителями и детьми; повышению самооценки ребенка.

Материалы: мягкая игрушка медведь, ножницы, скотч, бросовый материал (пуговицы, лоскутки ткани, бумага цветная, т.п.), мешочек с резиновыми игрушками, мяч, повязка на глаза.

Ход занятия:

1. Приветствие. Ритуал «Комплимент».

Цель: настрой на совместную деятельность.

- Уважаемые взрослые и ваши дети, давайте встанем в круг и познакомимся. Но мы договоримся о том, что мама представляет ребенка, а ребенок – маму. Как ее зовут и какая она? (умная, добрая, т.п.)

Во время ритуала ведущий находится в круге вместе с участниками, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает участников.

II. Основная часть.

1. Игра «Узнай свою маму».

Цель: развитие навыков общения и взаимодействия с взрослым и сверстниками.

Ребенок с завязанными глазами должен по голосу узнать свою маму. Ребенка зовут по имени сразу все мамы.

1. Игра «Опиши игрушку».

Цель: обогащение словарного запаса.

Участники стоят в круге. Ведущий в центре с мешочком, в котором лежат маленькие резиновые игрушки. Каждый ребенок вслепую вытаскивает игрушку и они вместе с мамой описывают ее – какая она?

1. «Игрушка».

Цель: формирование готовности у взрослого к совместной деятельностис ребенком, ее осуществление.

Игрушка, которую достал ребенок из мешочка, изготавливается с помощью бросового материала совместно с родителем.

1. 1. «Сказка» (взрослые).

Цель: формирование позитивной установки к творчеству.

Родители должны придумать сказку с помощью совместно сделанных игрушек. На обсуждение и постановку отводится 5-7 минут.

* 1. «Играем в слова» (дети).

 Цель: обогащение словаря, развитие коммуникативных навыков.

Дети в круге. Ведущий в центре. Бросает мяч ребенку – называет предмет – ребенок подбирает к нему определения (как можно больше).

III.Заключительная часть.

- Что было сложным на этом занятии?

- Что далось легко?

- Что нового вы открыли для себя?

- Напишите, как вам работалось, что вы сейчас чувствуете, с какими мыслями уходите домой?

**Тренинг №2.**

**Тема: «Я и мой ребенок: учимся понимать друг друга»**

Цели:

- обогащение знаний, установок и умений, необходимых для воспитания детей;

- гармонизация родительско - детских отношений;

- развитие у родителей навыков самопознания и саморегуляции.

Задачи:

- помогать родителям принятию своего ребенка таким, какой он есть;

- учить родителей разнообразным формам и методам организации совместной игровой деятельности;

- способствовать развитию доверительных отношений между родителями и детьми; повышению самооценки ребенка;

- развитие коммуникативных навыков в процессе взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками.

Материалы: мягкая игрушка медведь, карточки с изображением различных явлений и предметов, карточки с изображением клякс, пластилин, цветные карандаши, ножницы, клей, альбомные листы.

Ход занятия:

1. Приветствие. Ритуал «Комплимент».

Цель: настрой на совместную деятельность.

- Уважаемые взрослые и ваши дети, давайте встанем в круг и познакомимся. Но мы договоримся о том, что мама представляет ребенка, а ребенок – маму. Как ее зовут и какая она? (умная, добрая, т.п.)

Во время ритуала ведущий находится в круге вместе с участниками, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает участников.

1. Основная часть.
2. Игра «Ассоциации».

Цель: формирование готовности у взрослого к совместной деятельности с ребенком, ее осуществление, развитие ассоциативного мышления.

Из колоды карточек ребенок выбирает одну и выстраивает ассоциативный ряд. Родители активно участвуют в игре, помогают своему ребенку в подборе ассоциаций.

* 1. «Кляскы».

Цель: осуществление совместной деятельности взрослого и ребенка; развитие воображения, образного мышления, мелкой моторики.

Детям раздаются карточки с изображением клякс.

Детям разъясняется, что перед ними находятся незаконченные рисунки. В них не хватает многих деталей, они грустные и бесцветные. Ведущий предлагает дорисовать то, что необходимо, чтобы получился какой-то персонаж и раскрасить его. Дети «превращают» кляксы в предметы или персонажи, родители наблюдают, но при затруднениях помогают. Задача родителей – отгадать замысел своего ребенка. Готовые персонажи вырезаются.

* 1. «Моя волшебная страна».

Цель: формирование позитивной установки к творчеству.

На альбомном листе, совместно с родителем, придумывается история и создается «волшебная страна». «Жителями» которой являются персонажи-кляксы. Затем происходит презентация придуманной истории.

* 1. «Подарок».

Цель: формирование доверительных отношений между ребенком и родителем.

Взрослые с детьми стоят в круге. На центр круга выходит по очереди каждый ребенок и мимикой и жестами объясняет, что бы он хотел получить на день рождения. Его родитель отгадывает, все окружающие аплодируют, если возникли сложности - помогают.

III. Заключительная часть.

- Что было сложным на этом занятии?

- Что далось легко?

- Что нового вы открыли для себя?

- Напишите, как вам работалось, что вы сейчас чувствуете, с какими мыслями уходите домой?

**Тренинг №3.**

**Тема: «Заколдованный ребенок»**

Цели:

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам эмоционального развития детей, профилактике агрессивного поведения;

- гармонизация родительско - детских отношений;

- развитие у родителей навыков самопознания и саморегуляции.

Задачи:

- обучение родителей практическим приемам и упражнениям выражения гнева социально приемлемыми способами;

- акцентировать внимание родителей на взаимосвязи родительской установки с эмоциональным благополучием и личностным развитием ребенка;

- развитие коммуникативных навыков в процессе взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками;

- стимулировать рефлексию родителей над собственными воспитательными установками;

- снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы: мягкая игрушка медведь, цветная бумага, цветные карандаши, ножницы, клей, альбомные листы.

Ход занятия:

1. Приветствие. Ритуал «Комплимент».

Цель: настрой на совместную деятельность.

- Уважаемые взрослые и ваши дети, давайте встанем в круг и познакомимся. Но мы договоримся о том, что мама представляет ребенка, а ребенок – маму. Как ее зовут и какая она? (умная, добрая, т.п.)

Во время ритуала ведущий находится в круге вместе с участниками, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает участников.

1. Основная часть.
2. Разминка «Моя любимая песенка».

Цель: обучение методам стабилизации своего эмоционального состояния.

- Сейчас вы подумаете и назовете свою самую любимую песенку. Ту, слова которой вы знаете.

- А теперь ваша задача как можно ГРОМЧЕ спеть любимую песенку.

2. Игра «Зеркало».

Цель: развитие способности эмоционального осознания своего поведения; формирование умения выполнять требования другого, развитие произвольного контроля.

- Встаньте напротив друг друга. Мама превращается в зеркало и как можно точнее воспроизводит движения своего ребенка – «как в зеркале».

- А ты (имя ребенка), изображаешь веселого доброго героя сказок (медведя косолапого, лисичку – сестричку, зайку – побегайку, лягушку – квакушку и т.д.)

- Хорошо. Теперь все наоборот. Мама изображает злого героя (Кощея Бесмертного, Бабу Ягу, серого волка, Змея Горыныча и т.д.), а ребенок – зеркало.

- Что сложнее: изобразить или повторить?

3. «Мой любимый сказочный герой».

Цель: практическим путем показать возможность регулировать эмоциональное состояние своего ребенка.

- Садимся за столы. Сейчас ваш ребенок подумает т назовет своего любимого сказочного персонажа или того, кого понравилось изображать.

- Дальше вы помогаете ребенку выбрать те цветные листы бумаги, которые вам понадобятся для создания сказочного героя. А создавать Вы его будете с помощью цветной бумаги, порванной на МЕЛКИЕ кусочки (кусочки заготавливает ребенок).

- Выходим в круг. Давайте познакомимся с вашими сказочными героями (придумайте имя, расскажите какой он).

4. Упражнения на снижение мышечного напряжения.

- Пора поиграть!

- Детям часто свойственны мышечные зажимы в следствие их двигательной и эмоциональной активности. Данные упражнения способствуют ее снижению.

- Представьте себе…

Упражнение «Гора с плеч».

Инструкция (для ребенка): «Когда ты очень устал, тебе тяжело, хочется лечь, а надо еще что-то сделать, сбрось «гору с плеч». Встань, широко расставив ноги, подними плечи, отведи их назад и отпусти. Сделай это упражнение 5-6 раз, и тебе станет легче».

Упражнение «Врасти в землю».

Инструкция: «Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулаки, крепко стисни зубы. Ты могучее, крепкое дерево, у тебя сильные корни и никакие ветры тебе не страшны».

1. Притча «Бабочка в руках».

Жил-был один мудрец, к которому многие люди приходили за советом. И вот однажды завистливый человек решил опорочить мудреца, загадав ему загадку, отгадать которую невозможно. Поймал он бабочку, зажал между ладонями, пришел к мудрецу и спрашивает: «Скажи, что у меня в руках?» Мудрец отвечает: «Бабочка». «Правильно. А какая бабочка – живая или мертвая?» - спрашивает завистник, а сам думает: «Если ответит «мертвая», я открою ладони, и бабочка вылетит. А если скажет «живая», я сожму ладони и раздавлю ее». Мудрец помедлил немного и ответил: «Все в твоих руках».

- Ребята, какой здесь человек, который пришел к мудрецу? (злой)

- А какой мудрец? (он спас бабочку – добрый).

- ПОМНИТЕ, ВАШИ ДЕТИ - В ВАШИХ РУКАХ!

III. Заключительная часть.

- Что было сложным на этом занятии?

- Что далось легко?

- Что нового вы открыли для себя?

- Напишите, как вам работалось, что вы сейчас чувствуете, с какими мыслями уходите домой?

**Тренинг № 4.**

**Тема: «Ладонь полная солнца»**

Цели:

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам инклюзивного образования;

- гармонизация родительско - детских отношений;

- развитие у родителей навыков самопознания и саморегуляции.

Задачи:

- просвещение родителей по вопросам инклюзивного образования;

- акцентировать внимание родителей на взаимосвязи родительской установки с эмоциональным благополучием и личностным развитием ребенка;

- стимулировать рефлексию родителей над собственными воспитательными установками;

- снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы: бумага А4, цветная бумага, ножницы, клей, карандаши, фломастеры, лист ватмана, ноутбук, проектор, экран для демонстрации мультфильма.

Ход занятия:

I. Приветствие. Ритуал «Комплимент».

Цель: настрой на совместную деятельность.

- Уважаемые взрослые и ваши дети, давайте встанем в круг и познакомимся. Но мы договоримся о том, что мама представляет ребенка, а ребенок – маму. Как ее зовут и какая она? (умная, добрая, т.п.)

Во время ритуала ведущий находится в круге вместе с участниками, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает участников.

II. Основная часть.

1. Упражнение в детско - родительских парах

* Представьте себе и нарисуйте (аппликация, коллаж и др.) такое существо, которое никто не понимает.

Как оно выглядит?

Где живет?

Что умеет делать?

Что не умет делать?

Почему оно такое?

* А теперь представьте себе и нарисуйте (аппликация, коллаж и др.) сказочного героя, который сможет ему помочь и подружиться с ним.

В чем может состоять эта помощь?

В какие игры они смогут играть вместе?

Обсуждение работ в группе.

3. Беседа о том, что в жизни мы тоже можем встретиться с людьми, которые странно выглядят и что- то не могут делать, но пугаться их не стоит.

Смотрим мультфильм «Про Диму» <http://neinvalid.ru/multfilm-pro-dimu/>

4. Упражнение «Ладонь полная солнца» (по Хухлаевой)

Ведущий заранее готовит плакат - на большом листе рисует солнце. Дети и взрослые по очереди кладут руки на плакат и обводят их. После этого участники раскрашивают чужую ладошку так, чтобы она была красивой. Когда коллективный рисунок будет готов, ведущий просит участников представить себе. Какие ценности будут находиться в этих ладонях (дружба, любовь, смех и др.)

III. Заключительная часть.

- Что было сложным на этом занятии?

- Что далось легко?

- Что нового вы открыли для себя?

- Напишите, как вам работалось, что вы сейчас чувствуете, с какими мыслями уходите домой?

**Тренинг № 5.**

**Тема: «Путешествие в страну Знаний».**

Цели:

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам формирования психологической готовности детей старшего дошкольного возраста к поступлению в 1-й класс: развитие познавательной, волевой, мотивационной и социально-психологической готовности.

- гармонизация родительско - детских отношений;

- развитие у родителей навыков самопознания и саморегуляции.

Задачи:

- ознакомление родителей с основными аспектами понятия «психологическая готовность к школе»;

- обучение родителей практическим приемам и упражнениям развития произвольной деятельности: умения следовать правилу, инструкции, соблюдать заданные требования к работе; развития познавательной сферы: произвольного внимания, памяти, зрительного восприятия, логического мышления через тренировку навыков сравнения, обобщения, нахождения общего и отличий; зрительно-моторной координации;

- ознакомление с играми, развивающими познавательные психические процессы;

- акцентировать внимание родителей на взаимосвязи родительской установки с эмоциональным благополучием и личностным развитием ребенка;

- развитие коммуникативных навыков в процессе взаимодействия ребенка со взрослым и сверстниками;

- стимулировать рефлексию родителей над собственными воспитательными установками;

Материалы: мягкая игрушка медведь, мяч, игра «Геометрическая мозаика», цветные карандаши, листы бумаги в клетку, варежки, клубок шерстяных ниток, сюжетные картинки.

Ход занятия:

1. Приветствие «Давайте поздороваемся».

Цель: настрой на совместную деятельность.

- Уважаемые взрослые и ваши дети, давайте встанем в круг и поздороваемся. Будем здороваться необычным способом. Когда я хлопну в ладоши один раз, вам нужно пожать друг другу руку, когда два раза – потереться носами, когда три раза – обняться. Будьте внимательны!

Во время ритуала ведущий находится в круге вместе с участниками, подсказывает, подбадривает, настраивает участников.

1. Основная часть.

1.Мини-лекция педагога-психолога и учителя-дефектолога.

- Я хочу начать наш практикум словами выдающегося детского психолога Леонида Абрамовича Венгера. «Быть готовым к школе уже сегодня – не значит уметь читать, писать, считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться». В чем же суть «готовности»?

Часто под готовностью к обучению подразумевают только определенный уровень знаний, умений, навыков ребенка, но для успешной работы этого недостаточно. Надо не обучать ребенка тому, чему его будут учить в школе, а развивать предпосылки к обучению. Детские психологи выделяют несколько критериев готовности детей к обучению к школе:

а) интеллектуальная готовность – ориентировка ребенка в окружающем мире, запас его знаний, усвоенных в системе, способность к концентрации внимания, развитие памяти, воображения, мелкой моторики, речи и мышления, умение строить логические связи, развитие образных представлений. Оценка готовности к школе по уровню интеллектуального развития – наиболее распространенная ошибка. Усилия родителей направляются на «впихивание» в ребенка всевозможной информации. Но важен не столько объем знаний, сколько их качество, степень осознанности, четкость представлений;

б) волевая готовность – управление своими эмоциями, поведением, умение организовать свое рабочее место и поддерживать порядок на нем, положительное отношение к целям деятельности, принятие их, стремление преодолевать трудности, стремление к достижению результата своей деятельности. Волевая готовность необходима для нормальной адаптации к школе. Речь идет не столько об умении слушаться, хотя это тоже важно, но это больше относится к вопросам избалованности, вседозволенности, а сейчас мы говорим об умении слушать, вникать в содержание того, о чем говорит взрослый;

в) мотивационная готовность – принятие позиции школьника, положительное отношение к школе, к учебной деятельности. Мотивационная готовность – это наличие у детей желания учиться. Большинство родителей почти сразу ответят, что их дети хотят идти в школу, следовательно, мотивационная готовность у них есть. Однако это совсем не так. Желание пойти в школу и желание учиться существенно отличаются друг от друга. Ребенок может хотеть в школу потому, что все его сверстники туда пойдут, потому что слышал дома, что попасть в школу очень важно, наконец, потому, что в школе он получит новый красивый ранец, пенал и другие подарки. Существует огромная пропасть между «хочу в школу» и «надо учиться работать», без осознания этого «надо» ребенок не сможет хорошо учиться, даже если он уже умеет хорошо читать, писать и считать;

г) социально-психологическая готовность – потребность в общении, умение общаться со взрослыми, со сверстниками, войти в детское общество.

Подготавливая ребенка к школе, необходимо научить его слушать, видеть, наблюдать, запоминать, перерабатывать полученную информацию.

ВАЖНО ПОНЯТЬ, ЧТО ДЛЯ РЕБЕНКА ЛУЧШАЯ ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ \_ ЭТО ЕСТЕСТВЕННОЕ ЖЕЛАНИЕ ИГРАТЬ, А НЕ СЕРЬЕЗНЫЕ ЗАНЯТИЯ НА ЗАДАННУЮ ТЕМУ.

1. Разминка «Кто это, что это?».

- Сейчас мы будем тренировать внимание. Я прошу вас осмотреть все-все вокруг: и наш зал, и всех окружающих. Теперь я буду быстро бросать мяч кому-то из вас и задавать вопрос. Тот, у кого мяч, должен как можно быстрее ответить на мой вопрос. Понятно? Начинаем!

Назови и покажи мне:

- что-то в кабинете, имеющее красный цвет;

- мальчика, у кого серые глаза;

- что-то из стекла;

- мальчика, у кого на одежде есть пуговицы;

- что-то тяжелое;

- то, что может закрываться и открываться;

- то, чего не бывает в обычной квартире;

- то, что можно легко передвинуть на другое место;

- то, что белого цвета;

- девочку с косичкой.

3. Игра «Геометрическая мозаика».

- Для этого задания вам нужно сесть за столы. По предложенному образцу из геометрических фигур необходимо выложить узор. Сейчас мы потренируемся (взрослый и ребенок выполняют тренировочное упражнение – каждый свой узор).

- А теперь выполнить задание необходимо на время. Кто в каждой паре справиться быстрее, а главное правильнее, тот и победил.

- Работа по образцу способствует развитию внимания, зрительно-моторной координации.

4. Упражнение «Графический диктант».

- Для выполнения следующего задания вам понадобятся листок в клетку, простой карандаш и внимательность. Будем выполнять графический диктант и посмотрим, какое животное у нас получится. Для этого нужно внимательно слушать меня – я буду говорить, на сколько клеточек и в какую сторону вы должны провести линию.

- Взрослые выполняют это задание, надев на руку рукавичку. Она создаст ручную неловкость, тем самым станет видно насколько трудно детям выполнять такие упражнения.

- Графические диктанты способствуют развитию слухового внимания, умения работать по правилу, развитию зрительно-моторной координации.

5. Игра «Что сначала, что потом».

- Правильно сформированная речь – лексически богатая, с четкой фонетикой. Ребенок с хорошо развитой речью легко вступает в общение с окружающими, может понятно выразить свои мысли, желания, задать вопросы, договориться со сверстниками о совместной игре.

- Так же эта игра способствует развитию мышления, умению устанавливать прчинно-следственные связи.

- Сейчас вашим детям предстоит совместно организованная работа. По сюжетным картинкам необходимо составить рассказ, придумать ему название, выбрать выступающего. А вы, уважаемые взрослые, выступите в роли зрителей.

III. Заключительная часть.

1. Упражнение «Связующая нить» (упражнение проводится в круге).

- Передавая друг другу клубок ниток, дети заканчивают фразу «Когда я стану первоклассником, хочу, чтобы мама и папа…», а родители – фразу «Когда (имя ребенка) станет первоклассником, я буду…»

Упражнение выполняется одновременно родителями и детьми: сначала фразу продолжает ребенок, затем его родитель. Таким образом, взрослые получают возможность услышать потребности и ожидания своих детей, а дети – эмоциональную поддержку от родителей.

2. Рефлексия с родителями.

- Ваше настроение, чувства после участия в практикуме?

- Что нового, интересного узнали для себя?

- Когда у вашего ребенка что-то не получалось, как вы реагировали, какие чувства испытывали?

- Какие упражнения запомнились?

- Напишите, как вам работалось, что вы сейчас чувствуете, с какими мыслями уходите домой?