

Коммуникативный тренинг в подготовительной группе

«Если бы я был волшебником...»

Цель: коррекция межличностных взаимоотношений со сверстниками.

Задачи:

1. развитие навыков конструктивного общения;
2. преодоление барьеров в общении;
3. развитие лучшего понимания себя и других;
4. снятие психического и эмоционального напряжения;
5. профилактика и психокоррекция агрессивности, конфликтности, замкнутости, тревожности;
6. создание возможностей для самовыражения, что способствует становлению самооценки и образа «Я».

Оборудование: косынка, сундучок с конфетами, коробочка с очками. Разноцветные фишки нескольких цветов на каждого ребёнка.

Ход:

Психолог:

Я вас приветствую! Входите!

И не стеснясь, проходите!

Здравствуйте, дорогие мои друзья, умные, весёлые и находчивые мальчики и девочки! Сегодня я предлагаю вам пройти обучение в Школе волшебников. Согласны? Кто такие волшебники? Какие они бывают? А вы какими хотите быть волшебниками? Но для начала мы поприветствуем друг друга так, как приветствуют волшебники. В городе волшебников на центральной площади есть волшебные часы. Как только часы бьют один раз, все жители этого города здороваются друг с другом за руку, если часы бьют два раза – здороваются плечиками, если часы бьют три раза – прикасаются спинками. *(Ведущий даёт команду и все дети начинают ходить по комнате в свободном порядке. Ведущий издаёт какой-нибудь звук, например, хлопает в ладоши, или звонит в звонок, или стучит по столу один, два или три раза, и дети начинают здороваться условным способом.)*

Психолог: в начале обучения нам необходимо сделать разминку:

Вы готовы, глазки? (поглаживание век) Да!

Вы готовы, ушки? (поглаживание ушей) Да! (прикладывание ладоней к ушам)

Вы готовы, ручки? (поглаживание кистей рук) Да! (хлопки в ладоши)

Вы готовы, ножки? (поглаживание ног) Да! (притопывание)

Вы готовы? (развести руки в стороны) Да! (обнять себя руками)

Психолог: Вот теперь можно приступать.

Упражнение «Волшебный сундучок».

Посмотрите, что передал мне главный волшебник. Это сундучок. Но он не пустой, там что-то есть (Трясу сундучок, дети пытаются отгадать, что там лежит). Это конфетки. Но не простые. Как только вы их съедите, вы превратитесь в волшебников и сможете пожелать всем людям что-нибудь такое, отчего они смогут стать радостными. Давайте подумаем, что можно пожелать всем людям, живущим на Земле. Придумали? Теперь каждый из вас берёт волшебную конфетку и говорит пожелание.

Психолог: Но это ещё не все сюрпризы от волшебника.

Игра «Волшебные очки».

Показываю красивую коробочку) Сейчас мы узнаем, что в ней. (Достаю очки) очки эти тоже волшебные. Тот, кто их надевает, видит в окружающих людях только хорошее. (Надеваю очки) Ой, какие вы все красивые, весёлые. Но вы, конечно, тоже хотите примерить эти очки? Пожалуйста. Кто желает первым? Одеваем очки и смотрим на своего соседа и замечаем в нём что-нибудь хорошее.

Психолог: Но волшебники могут не только говорить волшебные слова. Они должны с закрытыми глазами отгадывать детей.

Игра «Узнай по голосу».

Дети встают в круг, держась за руки. Один ребёнок в центре. Дети водят хоровод и поют песенку. А ребёнок в центре внимательно её слушает и делает то, о чём его просят.

Вася, ты сейчас в лесу

Мы зовём тебя: «Ау! ».

Ну-ка глазки закрывай, не робей,

Кто зовёт тебя – узнай поскорей.

Теперь ребёнок закрывает глаза, а тот, до кого дотронется психолог, сделает шаг вперёд и позовёт: «Вася! Ау! ». А ребёнок попытается угадать, кто его позвал.)

Психолог: волшебники могут и на ощупь узнать детей. Сейчас проверим, можем ли мы это делать.

Игра «Водяной».

Дети становятся в круг и выбирают ведущего – Водяного. Водяной садится в центр круга, ему завязывают глаза. Дети идут по кругу со словами:

Водяной, Водяной, не сиди ты под водой,

Мы по берегу идём, хоровод большой ведём.

Будешь с нами ты играть, если сможешь отгадать, кто стоит перед тобой.

Отвечай же, водяной!

Водяной подходит к детям и с помощью рук пытается определить, кто стоит перед ним. Если он правильно называет имя ребёнка, то, тот, кого узнали, становится Водяным и игра повторяется.

Обсуждение:

- Вам трудно было узнать своих друзей с завязанными глазами?

- Что помогло вам определить, кто стоит перед вами?

- А что общего есть у всех вас?

Психолог: Очень часто мы попадаем в такие ситуации, когда начинаем нервничать, у нас появляется неуверенность, обижаемся на кого-то. Без этого не обойтись, такова наша жизнь. Чтобы легче было пережить такие моменты, я предлагаю вам использовать в таких случаях *психологическое упражнение «Лифт»*. Положите ладонь на живот. Представьте, что живот это первый этаж дома. Немного выше находится желудок – это второй этаж дома. Теперь положите ладонь на грудь и представьте, что это третий этаж дома. Приготовьтесь, мы начинаем «поездку на лифте».

Вдохните ртом медленно и глубоко так, чтобы воздух дошёл до первого этажа – до живота. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните так, чтобы воздух поднялся на этаж выше – до желудка. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните – и «поднимите лифт» ещё на один этаж - до груди. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Во время выдоха вы ощущаете, что напряжение и волнение выходят из тела, словно из дверей лифта».

Психолог: Волшебники любят делать подарки. Вот и вам они приготовили подарок - подарить то качество, которое они попросят.

Упражнение «В гостях у волшебника»

На тарелочке разложены разноцветные фишки: розовый цвет означает умение любить, зелёный – доброту, голубой – смелость, жёлтый – щедрость, оранжевый – ум. Вы можете выбрать любые фишки, по желанию объясняя свой выбор.

Психолог: Дорогие ребята! Поздравляю вас, вы успешно прошли обучение в Школе волшебников. Теперь каждый из вас – немножко волшебник. Всем вам даётся свидетельство о том, что вы закончили Школу волшебников и маленький подарок ученика Школы волшебника – блокнотики и ручки для записей «волшебных заклинаний». Встанем в круг и дружно скажем:

Мы стоим рука в руке, Вместе мы - большая лента.

Можем мы большими быть (подняли ладони вверх), можем маленькими быть (руки вниз),

Но никто один не будет (киваем соседям и пожимаем руки).

Психолог: Мы с вами стали добрыми волшебниками, поэтому давайте часть своей доброты, теплоты передадим нашим гостям. Пошлём им волшебный поцелуй.