

Практикум для батьків

«У вихованні не існує дрібниць»

Мета: сформувати мотивацію батьків на роботу в групі, сприяти згуртованості групи батьків, збагатити досвід батьків з проблем виховання дошкільника, підвищити настрій учасників.

1. Привітання учасників

2. Вправа «Сімейне коло»

Мета: сприяти згуртованості групи, познайомити батьків між собою.

Психолог роздає вирізані з паперу фігурки хлопчиків та дівчаток відповідно до статі батьків. На фігурці учасники пишуть своє ім'я та найяскравіші риси характеру. Після цього учасники презентують себе, а свою фігурку приклеюють на великий аркуш паперу таким чином, щоб утворилося символічне «сімейне коло» учасників.

3. Мозкова атака «Що таке виховання?»

Учасникам пропонують відповісти на це запитання. Усі варіанти відповідей занотовують на великому аркуші паперу і потім разом обговорюють їх.

Рефлексія

Обговорення вражень батьків щодо всього міні-тренінгу.

4. Вправа «Ми — батьки»

Мета: показати батькам, що саме любов до дітей є основою виховання і батьківства.

Психолог пропонує батькам попрацювати у двох підгрупах. Заздалегідь підгрупи отримують завдання: 1-ша група зображує батьків, 2-га — зображує дітей. Відповідно до своєї ролі в парах потрібно обіграти ситуацію, коли дитина хвора чи просто втомлена, чи з інших причин вередує, а учасники (батьки) мають побудувати з ними в такому стані спілкування. Потім учасники міняються ролями. Виконавши вправу, учасники обговорюють свої враження і почуття в різних ролях.

5. Вправа «Вінок побажання»

Мета: підбиття підсумків заняття.

Учасники стають у коло і по черзі висловлюють одне одному побажання щодо виховання дитини і стосунків із нею.

Практикум для батьків дітей старших груп **«Адаптація дітей до шкільного навчання»**

Мета: розширити знання батьків з питання підготовки дитини до шкільного навчання та проблем адаптації дітей до школи з метою профілактики їхньої дезадаптації; визначити позицію батьків з цієї проблеми та звернути їхню увагу на впливове значення дорослих в успішній адаптації дітей до школи.

Шановні батьки! Вашим дітям скоро виповниться 6 років. Закінчиться дошкільне дитинство, і почнеться новий важливий етап у житті вашого малюка. Першого вересня наступного року ваші діти разом зі своїми однолітками і першою вчителькою переступлять поріг школи, де на них чекатимуть нові випробування і перші екзамени, які ви, батьки, складаєте вже шість років у вихованні і відповідальності за своїх малюків.

Зараз визначимо ваш власний внутрішній стан і ваше ставлення до того, що ваша дитина скоро піде до школи. Перед вами лежать картки синього, зеленого і чорного кольорів. Зараз виберіть той колір, який відповідає вашому внутрішньому стану (зелений — «Я не хвилююсь через те, що моя дитина піде до школи», синій — «Певне хвилювання є», чорний — «Я дуже хвилююсь»).

Ви визначили власне ставлення до того, що ваші діти підуть до школи. А як ви вважаєте, чи вплине ваше хвилювання на процес адаптації дитини? (Відповіді батьків.) Так, діти пізнають навколишній світ через нас, дорослих. Вони розуміють, що відбудеться щось неприємне, бо тато і мама так хвилюються.

Крім цього на успішність адаптації дитини впливають і стереотипи, що «живуть» у наших головах і нашій підсвідомості. Як вони впливають на дитину — ми можемо відчутти саме зараз. Пропоную вам гру.

Гра «Як звертатися до дитини»

Мета: розвивати комунікативні уміння батьків.

Час проведення: 20 хв.

Матеріал: картки зі стереотипними висловами.

Хід гри

Батьки отримують картки і уявляють, що вони зараз діти, яким говорять те, що написано в картках. Вони по черзі зачитують написане і говорять, які почуття викликає в них таке звернення до них як до дітей (наприклад: «Ось підеш до школи, там тебе навчать розуму», «Знаєш, як ми тебе будемо любити, якщо ти станеш відмінником» тощо).

Гру обговорюють.

Який складний період життя не проживала б дитина, чи була б вона маленькою, чи підлітком, чи вже дорослою людиною, але в будь-якому віці вона потребує підтримки близьких. Ця підтримка має бути не настановами, не обвинуваченнями, не виконанням усього замість дитини. Підтримка — це те, що викликає в людини, яку підтримують, вдячність, психологічний комфорт, упевненість у своїх силах. Як же її відчувати?

Гра «Батьківська підтримка»

Мета: розвивати комунікативні уміння батьків.

Час проведення: 5–7 хв.

Матеріал: мотузка.

Хід гри

Один з батьків грає роль дитини, а психолог — батьків. «Дитина» має із заплющеними очима пройти по умовній доріжці — мотузці — три рази. Першого разу психолог супроводжує рух «дитини» словами: «Як ти йдеш? Став ноги рівно. Чого ти весь згорбився?» Другого разу: «Ти добре йдеш, молодець!». Третього разу психолог мовчить.

Гру обговорюють.

Семінар-практикум для батьків

«Виховуємо хлопчика, виховуємо дівчинку»

Мета: сприяти усвідомленню основних засад психічного розвитку дівчат і хлопців у дошкільному віці, сприяти критичному осмисленню стійких стереотипів у сімейному вихованні, розвивати вміння будувати діалогічну взаємодію під час розв'язання проблемних сімейних ситуацій.

Інформація «Виховуємо хлопчика, виховуємо дівчинку»

Дівчинці необхідно почуватись дівчинкою. Деякі батьки, які бажали сина, прагнуть прищеплювати хлопчачі риси доньці. Це руйнує її подальше життя і заважає нормальному розвитку жіночого організму.

Жінка потребує підтвердження того, що її люблять, чути про це від рідних. Виховуючи дівчинку, уникайте таких схвалень, як «добре зробила», «розумниця».

Такі слова заохочення примушують дівчинку уподібнюватися хлопчикові і прагнути досягати успіхів, щоб дістати схвалення. Багато жінок, неправильно вихованих, прагнуть досягнень, кар'єри, великого заробітку, але ще більше відчувають себе знедоленими і позбавленими любові. Найкращі звернення до дочки:

- Я тебе так люблю.
- Ти в мене просто диво, подарунок долі.
- Ти найдивовижніша, найпрекрасніша.
- Ти прикрашаєш моє життя.

Пам'ятайте, що дівчинка доглядає за оселею не для того, щоб діставати схвалення, а тільки тому, що вона переживає радість, коли підтримує гармонію вдома. Жінка завжди відчуває радість і щастя, коли навколо неї панує гармонія. Жіноча енергія дає дівчинці здібність до співчуття, співпереживання.

Для хлопчиків життя приготувало інші завдання, тому вони зазвичай приховують свою чутливу душу і здібність до співпереживання глибоко всередині. Хлопцям потрібно вирости чоловіками, а отже, бути зовні сильними і захищеними, дещо жорсткими.

Чим більше батьки вимагають від дівчинки чоловічої реалізації і поведінки, тим жорсткішою, різкою і стриманою вона стає.

З 5–6 років у хлопчика з'являється інша потреба — створювати щось своє. Чоловікам дуже важливо бачити і отримувати задоволення від того реального, що вони створили на цьому світі. Це суто чоловіча риса. Що б не створювала жінка, вона хоче отримати за це любов. Тому будь-яка реалізація в соціумі, досягнення для жінки пов'язані з очікуванням отримання любові за це. Для чоловіка головне — власне досягнення, він прагне бути першим і найкращим.

Потреба в захопленні виявляється в хлопчика ще з раннього віку, хоча він не завжди усвідомлює це. Коли батьки захоплюються рисами сина, властивими чоловічій статі, він набуває упевненості, яка допомагає йому реалізувати чоловічий потенціал, закладений у ньому. Водночас його охоплює відчуття подяки до батьків, і між ними встановлюються міцні узи любові.

Практикум «Мнемотехніка»

Мета: надати можливість батькам за допомогою тренінгових вправ виразити свої «негативні» почуття у конструктивній формі, визначити свій стиль спілкування з іншими людьми та місце власної відповідальності за його ефективність; сприяти створенню позитивної психологічної атмосфери в групі, знизити емоційне напруження батьків.

1. Психогімнастика «Вирази гнів»

Мета: виразити почуття невдоволеності, з якими батьки прийшли на заняття.

Психолог пропонує батькам уявити свій гнів чи образу, чи поганий настрій, з яким вони прийшли на тренінг, відчути це почуття у своєму тілі, а потім спробувати перемістити його зовні будь-яким зручним для кожного з них способом (прокричати, голосно видихнути, прокашляти, вибити руками з себе тощо).

1. Вправа «Розтисни кулаки»

Мета: звернути увагу батьків на їх власний звичний спосіб взаємодії з іншими людьми та його вплив на формування взаємовідносин з дітьми.

Батьки об'єднуються в пари і стають одне навпроти одного. Один учасник з пари отримує завдання стиснути кулак, а інший — розтиснути його. Потім гравці міняються ролями. Після закінчення вправу обговорюють:

- Чи вдалося вам розтиснути кулак?
- Яким засобом ви цього досягли (проханням чи грубою силою)?
- Чи дозволили ви розтиснути свій кулак?
- За допомогою якого засобу ваш партнер досягнув того, що ви розтиснули свій кулак?

3. Вправа «Відповідальність»

Мета: звернути увагу батьків на те, що власна відповідальність має значний вплив на побудову наших стосунків з іншими людьми; за допомогою

технік НЛП перебудувати фрази, які заперечують відповідальність на фрази, які її приймають.

Психолог пропонує батькам записати на аркушах по три фрази на кожен вислів, який би починався на:

1. «Я повинен...»
2. «Я не можу...»
3. «Я боюсь...»

Після цього, залишаючи продовження фраз незмінними, необхідно замінити їх початок, а потім зачитати:

1. «Я повинен...» на «Я хочу...»
2. «Я не можу...» на «Я не хочу...»
3. «Я боюсь...» на «Я хотів би...».

Обговорення вправи.

1. Вправа-релаксація «Зняття втоми» (10 – 15 хвилин)

Під музичний супровід батьки виконують релаксаційну вправу, відстежуючи напруження в частинах тіла та ритм, тривалість і глибину дихання.

Психогімнастика для батьків

«Малі форми активного розслаблення»

Мета: проінформувати батьків про особливості використання психогімнастики в спілкуванні з дітьми дошкільного віку, про її роль у розвитку особистісної та емоційної сфери дітей; продемонструвати батькам на власному прикладі вплив психогімнастичних вправ на психічний стан людини.

Завданням психогімнастики є збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у дитини шляхом зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості.

Більшість психогімнастичних завдань побудовані на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Решта передбачає відтворення дітьми дій та вчинків уявних героїв. Опанування виразних рухів, що закріпилися у процесі еволюції за будь-якими відчуттями і станами людини, дає змогу малюкам не тільки більш адекватно спілкуватися, тонше розуміти почуття інших, а й створює умови для формування їхньої власної емоційної сфери: виховання емоцій та вищих почуттів. Уже в чоритирічних дітей моторика обличчя досить розвинена. Навіть трирічні малюки розуміють значення жестів і вміють жестикулювати. Більшість трирічних дошкільників легко імітують голос злого вовка або зайчика-боягузика. П'ятирічні діти можуть прийняти умовні пози, коли їх просять зобразити, ніби їм холодно або в них болить живіт.

Відставання розвитку виразної моторики нерідко зустрічається у психологічно неблагополучних дітей. Малюки з бідною експресією не повністю розуміють значення слів, звернених до них, хибно оцінюють ставлення людей

до себе, що у свою чергу може спричиняти розвиток у них астенічних рис характеру.

Психологічні вправи корисні не тільки емоційно загальмованим дошкільникам, а й малюкам з добре розвиненою експресією, а також надто чутливим та реактивним. Це зумовлено тим, що вплив психогімнастики на емоційно особистісну сферу дитини забезпечується цілою низкою як формувальних, так і корекційних механізмів.

Наведемо приклади психогімнастичних вправ, які ви можете використовувати під час взаємодії з дітьми.

Вправа «Метафоричний танок»

Мета: розвивати вміння батьків застосовувати творчий підхід до виховання дітей, створити позитивний емоційний фон у групі батьків.

Хід вправи

Кожен з батьків отримує роль людини певної національності. По черзі у парах батьки зображують свої ролі в таночку під власний спів самостійно дібраної мелодії. Інші батьки підтанцювують їм і намагаються здогадатися, яку національність зображують.

Національності для ролей: італієць, африканець, росіянин, німець, українець, араб, індіанка, грузин, циган, француз тощо.

Вправа «Австралійський дощ»

Мета: забезпечити психоемоційне розвантаження учасників і сприяти створенню позитивної психологічної атмосфери в групі.

Хід вправи

Учасники стають у коло. Педагог пропонує їм виконувати певні рухи, пов'язані з розповіддю про австралійський дощ.

В Австралії піднявся вітер (труть долоні).

Починає накрапати дощ (клацають пальцями).

Дощ посилюється (по черзі ляскають долонями по грудях).

Починається справжня злива (ляскають обома руками по стегнах).

А ось і град пішов (тупають ногами).

Що це? Буря стихає (ляскають двома руками по стегнах).

Дощ вже не такий сильний (по черзі ляскають долонями по грудях).

Рідкі краплі падають на землю (клацають пальцями).

Тихо шелестить вітер (труть долоні).

Розійшлися хмари (руки в сторони).

Вийшло сонечко (руки піднімають угору).

Гра «Сонечко і хмаринка»

Мета: зняти сильне психічне напруження, навчити регулювати емоційний стан.

Інструкція: Сонечко швидко сховалося за хмаринку, всім стало прохолодно, тому потрібно згорнутися клубочком (нагнутися і обійняти руками гомілки). Так ми зможемо зігрітися і ненадовго затримати дихання. Раптом сонечко

вийшло з-за темної хмаринки, і всім стало спекотно, всіх розморило на сонечку, тож усім треба розслаблятися під час видиху (руки вздовж тулуба у вільній позі).

Гра «Зайчики і слоники»

Мета: дати можливість дорослому почуватись сміливим, сильним, підвищити самооцінку.

Хід гри

Психолог пропонує батькам спершу зобразити несміливих зайчиків. Що робить зайчик, коли навколо небезпека? Так, правильно, він тремтить. Покажіть це. А що відчуває заєць, коли раптом чує кроки людини? Так, правильно, він тікає. А зараз можна побути слонами. Сміливими, сильними. Покажіть, як легко, безстрашно ходять слони. Що слони роблять, коли бачать людей. Боятися? Звичайно, ні. Вони просто дружать з людиною. Зобразьте це.

Семінар-практикум для батьків дітей середніх груп

«Допитливість — шлях до пізнання»

Мета: ознайомити батьків з особливостями розумового розвитку дітей віком від 4 до 5 років, а також методами і умовами розвитку їхньої пізнавальної активності; розвивати у батьків навички розумового виховання дітей.

1. Вправа «Інтонації»

Мета: познайомити батьків одна з одним, сприяти покращенню їхнього емоційного настрою, створити ситуацію розкнутості під час спілкування учасників.

Матеріал: картки, на яких написані різні види інтонацій.

Хід вправи:

Кожен учасник бере по одній картці і представляється групі, промовляючи своє ім'я з тією інтонацією, яка написана в його картці.

1. Інформація «Що таке пізнавальна активність та способи її розвитку»

Щоб правильно організувати розумове виховання дошкільників, потрібно знати закономірності та можливості їхнього інтелектуального розвитку. До кінця дошкільного віку в дітей накопичується великий запас елементарних знань про навколишнє, вони володіють основними мисленнєвими операціями (порівнянням, узагальненням та ін.), здатні виділити істотні й неістотні ознаки предметів та явищ, встановлювати деякі причиново-наслідкові зв'язки, у них формуються основи навчальної діяльності. Повноцінний розумовий розвиток відбувається тільки в процесі організованої діяльності — розумового виховання. Воно охоплює знання про навколишній світ, їх систематизацію, формування пізнавальних інтересів, інтелектуальних навичок і вмінь, розвиток

пізнавальних здібностей. Особливо велику роль розумове виховання відіграє в підготовці дітей до школи.

Дошкільники щодня мають справу з новими для себе предметами і явищами. Однак накопичення знань і уявлень без відповідного керівництва відбувається безсистемно: вони можуть бути поверховими, нерідко помилковими. Малюк вважає, що хмара — це вата, а зорі — електричні ліхтарики. Спостерігаючи навколишнє життя, він самостійно намагається робити висновки. Завдання дорослого полягає в послідовному збільшенні у малят обсягу знань, їх упорядкуванні, уточненні, систематизації. Дитина має дістати чіткі уявлення про навколишні предмети, їх призначення, деякі ознаки (колір, величину, форму) і властивості (б'ється, ламається, рветься, ллється та ін.), про матеріали, з яких вони виготовлені. Малюк набуває також знань про деякі природні явища, їх взаємозв'язки та закономірності (характерні ознаки пір року і взаємозв'язки між ними, типові особливості деяких тварин і зв'язок з образом їхнього життя та ін.).

Велике значення має розвиток уяви, адже вона необхідна для будь-якої творчої діяльності. У перші дошкільні роки це відтворювальна уява, на основі якої завдяки накопиченню життєвого досвіду і розвитку мислення формується творча уява. Для молодшого дошкільника характерним є наочно-дієве і наочно-образне мислення. На цій основі розвивається словесно-логічне, понятійне мислення.

Допитливість — риса, притаманна дитині. Вона виражається в активному інтересі до навколишнього світу, у прагненні все розглянути, до всього доторкнутись, привести в дію. Про допитливість свідчать і численні запитання. Вихователь підтримує допитливість дошкільників, організовуючи спостереження, намагаючись своєчасно відповісти на запитання, що виникли в них, спрямовуючи їхню думку на самостійний пошук відповіді.

Завдання розумового виховання — розвивати дитячу цікавість, допитливість і формувати на їх основі стійкі пізнавальні інтереси.

Одним із завдань розумового виховання дошкільників є розвиток інтелектуальних умінь і навичок, тобто формування найпростіших способів розумової діяльності: обстеження предметів, виділення в них істотних і неістотних ознак, порівняння з іншими предметами та ін. Ці вміння і навички є складовими пізнавальної діяльності, що допомагають дитині успішно опановувати знання.

1. Майстер-клас «Виховуємо чомусиків»

Мета: сформувати у батьків навички розумового виховання дошкільників.

Хід заходу

Педагог пропонує батькам виконати декілька вправ, які вони можуть проводити разом зі своїми дітьми з метою їх пізнавального розвитку.

1. Вправа «Назви одним словом»

Мета: навчити дитину узагальнювати, вживати узагальнювальні слова.

Хід вправи

Педагог називає батькам по три слова, які належать до певної групи, а батькам пропонує назвати ці слова одним або двома узагальнювальними словами.

Наприклад:

- каша, картопля, котлета (їжа);
- сік, кава, чай (напої);
- миска, ложка, чашка (посуд);
- стіл, крісло, шафа (меблі);
- береза, дуб, верба (дерева);
- троянда, ромашка, тюльпан (квіти).

2. Вправа «Живе — неживе»

Мета: розвивати мислення, уміння дитини порівнювати предмети.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам кілька предметів або їх зображень. Батьки мають розділити ці предмети на дві групи — живе і неживе.

3. Вправа «Четверте зайве»

Мета : розвивати логічне мислення.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам чотири зображення, одне з яких зайве. Батьки мають визначити зайве зображення.

Наприклад, такі малюнки:

- собака, кінь, кішка, *горобець*;
- шафа, стіл, стілець, *плац*;
- ромашка, троянда, тюльпан, *буряк*;
- чашка, ложка, миска, *яблуко*;
- шапка, шуба, рукавички, *шорти*.

Рефлексія

Висновки, запитання батьків.

Семінар-практикум для батьків дітей груп раннього віку «Здрастуй, дитячий садок!»

Мета: ознайомити батьків з віковими і психологічними особливостями дітей раннього віку, з характером протікання адаптаційного процесу в нових умовах ДНЗ та засобами його поліпшення.

1. Ознайомлення батьків з психологічними особливостями дітей раннього віку

Умови сучасного суспільства потребують розвитку самодостатніх, всебічно розвинених, активних і самостійних особистостей, які вміють ставити цілі, розумно розв'язувати завдання, що виникають, долати життєві перешкоди у своєму розвитку. Саме дошкільне виховання набуває особливого значення, бо

фундамент гармонійної особистості закладається в перші роки життя. Процес становлення особистості надзвичайно складний, і неможливо ефективно управляти ним, не знаючи закономірностей психічного розвитку дитини.

Отже, розглянемо детальніше закономірності психічного розвитку дітей раннього віку (від 1 року до 3 років).

Вирішальними досягненнями дітей раннього віку є опанування ходьби і мовлення.

Фізичні сили і маніпулятивний досвід, накопичені за перший рік життя, викликають у дитини величезну потребу в активній дії. Коли дитина засвоює ходьбу і пов'язані з нею нові різноманітні дії з предметами, вона отримує можливість задовольняти постійно зростаючу в неї потребу в практичному пізнанні навколишніх речей. Успіх дії — найбільш вагоме підкріплення докладених дитиною зусиль. У малюка виникає жадання активної дії. Півторорічна дитина не може ні на хвилину залишатися спокійною і дуже радіє, коли їй вдається самостійно досягти якогось результату.

У результативних діях удосконалюється весь сенсомоторний апарат дитини, формуються риси характеру, можливості і нові потреби малюка.

У цей період дитина більш ефективно наслідує дії дорослого, на основі чого починає опанувати елементи трудової та ігрової діяльності. Так формуються численні виконавчі дії. Дитина засвоює перші прості навички, більш вільно і самостійно застосовуючи їх у різноманітних діях з предметами навколишнього світу, дитина опановує первинні форми ініціативної довільної діяльності.

У процесі різноманітного спілкування з дорослими в дитини розвивається вміння слухати мовлення дорослого, розуміти його зміст, зосереджуватися на тому, що говорить дорослий. Підпорядковувавши свої дії словесним вимогам дорослого, дитина вчиться управляти своїми діями. Поступово вони стають довільними, а потім і достовірно вольовими (цілеспрямованими).

Багато обставин і умови, що несподівано виникають на шляху до досягнення бажаного, ускладнюють оточення дитини, і вона починає шукати шляхи для розв'язання таких проблемних ситуацій. Так виникають умови для розвитку в дитини нових форм орієнтовної діяльності, елементарних форм практичного, дієвого мислення.

Навчившись ходити, дитина продовжує пізнавати навколишній світ речей, дізнається про їхні властивості і зв'язки, що існують між ними.

Пізнаючи простір, дитина раннього віку засвоює віддаленість, напрямок, відстань тільки практично — за допомогою рухів.

Удосконалення рухів і накопичуваний дитиною практичний досвід стимулюють виникнення в неї власних ініціативних, а пізніше творчих дій. Дитина починає грати, будувати, намагається малювати, викладати візерунок з мозаїки. В ході цієї перебудови змінюються орієнтовні дії дітей; вони набувають яскраво вираженого пошукового, проблемного характеру.

Опанування рухів має велике значення для розвитку самосвідомості дитини. Досягнення очікуваного і бажаного результату приводять дворічну дитину до радісного відкриття себе як діяча: «Я можу», «Я можу сам». Це формує нові потреби і нову форму самосвідомості — ініціативну: «Я хочу», «Я не хочу».

Саме до кінця третього року життя в дитини формується, неслухняність, упертість.

1. Міні-практикум «До дитячого садочка з радістю»

Мета: сформувати у батьків навички підтримки дитини під час складного етапу її адаптації до нових умов ДНЗ.

1. Вправа «Інтерв'ю»

Мета: познайомити учасників, сприяти згуртованості групи та створенню комфортної атмосфери для успішної роботи.

Хід вправи

Учасники об'єднуються в пари і по черзі беруть одне в одного інтерв'ю за такими запитаннями: ім'я, відомості про сім'ю, три речі, які ви найбільше любите у житті, життєве кредо, найцікавіший спогад з дитинства (відповіді можна записувати). Після цього кожен з учасників презентує свого співрозмовника. Вправу обговорюють (враження від знайомства).

2. Вправа «Дитячий ранок»

Мета: звернути увагу батьків на психологічні особливості їх спілкування з дітьми вранці та особливості розтавання батьків з дітьми в дитячому садку, визначити позитивні та негативні сторони.

Матеріал: аркуші паперу, ручки для кожного з батьків.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам згадати, як вони збираються вранці разом з дітьми. Для цього вони письмово продовжують такі речення:

- Щоранку я...
- Щоранку моя дитина...
- Коли ми йдемо до дитячого садочка, я...
- Коли ми йдемо до дитячого садочка, моя дитина...
- Коли ми заходимо до групи, ми...
- Коли мені вже час йти з групи, я...
- Коли моя дитина починає плакати, я...

Вправу обговорюють у групі.

3. Рефлексія

Висновки, запитання батьків.

Практикум для батьків «Етичні бесіди»

Мета: звернути увагу батьків на проблему гендерного виховання в дошкільних навчальних закладах, показати важливість виховного впливу дорослих на подальший гендерний розвиток дошкільників та необхідність початкового формування усвідомлення дошкільниками своєї статевої приналежності та адекватного образу чоловіка і жінки через відповідний формат в усвідомленні самого дорослого.

1.Вправа «Що таке хлопчик, що таке дівчинка?»

Мета: закріплення уявлень вихователів про взаємодію хлопчиків і дівчаток.

Хід вправи

Група вихователів об'єднує у дві підгрупи: перша — дівчата, друга — уявні хлопці. Кожна підгрупа протягом 7 хвилин обговорює відповіді на запитання: «Що таке дівчина?» — запитання до підгрупи дівчат; «Що таке хлопець?» — запитання до підгрупи уявних хлопців. Потім кожна підгрупа відповідає, після чого відбувається обговорення відповідей всіма учасниками разом.

1. Вправа «Два світи»

Мета: закріплення усвідомлення вихователями особливостей «чоловічого» і «жіночого» культурних світів.

Хід вправи

Група вихователів об'єднує у дві підгрупи: перша — це дівчата, друга — уявні хлопці (підгрупи міняються ролями відповідно до ролей першої вправи). Підгрупи стають одна напроти одної і по черзі говорять одна одній відповідно до ролі, продовжуючи речення:

- Мені подобається бути чоловіком (жінкою), тому що...
- Мені хочеться бути чоловіком (жінкою), тому що...
- Мені важко бути чоловіком (жінкою), тому що...
- Я пишаюсь тим, що я чоловік (жінка), тому що...
- Я заздрю чоловікам (жінкам), тому що...
- Мені не подобається в чоловіках (жінках) те, що...
- Добре бути чоловіком (жінкою), тому що...
- Погано бути чоловіком (жінкою), тому що...

Вправу обговорюють.

1. Рефлексія

Міні-тренінг спілкування для батьків

«Я тебе розумію»

Мета: провести психологічну просвітницьку роботу батьків щодо питань взаємодії дорослого з дитиною дошкільного віку; визначити основні проблеми спілкування з дітьми та шляхи їх розв'язання за допомогою тренінгових завдань.

1. Вступне слово

Слово «спілкування» є одним з найголовніших у житті кожної людини. Для розвитку дитини воно також має величезне значення. В процесі спілкування дитини з близькими дорослими формується її особистість. Дитина не тільки вчиться розмовляти, не тільки засвоює мову, але і вчиться розуміти світ навколо себе, відрізняти і називати різні його живі і неживі предмети, спілкуватись з дорослими та однолітками.

Спостерігаючи за тим, як спілкуються між собою найголовніші в житті дошкільника люди — мати і батько, дитина навчається поведінки у своєму

майбутньому дорослому житті. Такою поведінкою вона, ймовірно, і керуватиметься у своїх стосунках з майбутньою дружиною або чоловіком. І те, як ми, дорослі, ставимося до своїх стареньких батьків, також є зразком для ставлення наших дітей до нас самих, у майбутньому.

Отже, в процесі спілкування дитини з дорослим формується її розуміння світу, у якому вона народилась, та вміння орієнтуватись і жити в ньому.

1. Вправа «Як тобі краще?»

Мета: показати батькам на власному прикладі, які позиції спілкування є найбільш ефективними, а які — навпаки; спонукати батьків замислитись щодо власного ставлення до дітей.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам об'єднатись у пари і кожній парі пройти коротку дистанцію по лаві. Умови проходження такі: один учасник проходить по лаві, а інший у цей час супроводжує його рух спочатку словами: «Іди, я тобі сказав, негайно, іди правильно, як я тобі кажу», потім: «Може, ти не підеш? А раптом впадеш, ще заб'єшся», і останнє: «Усе гаразд, я йду поряд з тобою, ти молодець, добре йдеш, вперед». Потім батьки міняються місцями в парах.

Виконавши вправу, батьки всі разом обговорюють, як вони почувалися в ролі того, хто йшов, і того, хто супроводжував. Які слова їм заважали йти, які, навпаки, допомагали?

1. Рефлексія

Тренінг для батьків

«Коли в сім'ї «важкі» батьки»

Мета: сприяти становленню батьківської компетентності шляхом усвідомлення і осмислення механізмів діалогічного спілкування та формування вмінь і навичок конструктивної взаємодії з дітьми у сім'ї.

1.Привітання та знайомство психолога з батьками

1. Дискусія «Що виховує в наших дітях добро, а що зло?»

Мета: визначити батьками самостійно помилки і пріоритети з їхньої практики виховання своїх дітей.

Психолог записує на бланку (ватмані) відповіді батьків на запитання, що виховує в дітях добро, а що зло, у відповідних стовпцях.

Бланк для групової дискусії

ЗЛО	ДОБРО

Рефлексія

3.Вправа «Спільний малюнок добра»

Мета: підвести підсумки міні-тренінгу, згуртувати батьків, створити позитивний емоційний настрій у групі.

Хід вправи

Батьки разом малюють на ватмані добро таким, яким вони його собі уявляють.

Рефлексія.

4. Вправа «Як зняти стрес»

Мета: допомогти батькам у пошуку різних методів психологічного розвантаження.

Матеріал: повітряні кульки.

Хід вправи

Кожен з батьків отримує по повітряній кульці. Психолог пропонує батькам пригадати ті ситуації у стосунках з дитиною, які викликають у них роздратування, гнів, розпач, незадоволення, безсилля. У колі кожен учасник по черзі описує ситуацію, після чого один раз надуває свою кульку.

Учасники, які у стосунках з дитиною відчують такі ж труднощі, надувають свої кульки.

Коли всі учасники опишуть ситуації, психолог просить усіх звернути увагу на свою кульку і порівняти її зі стресом, який виникає через накопичення різних негативних емоцій.

— Які саме методи психологічного розвантаження ви застосовуєте, щоб зняти напруження? Що ви могли б запропонувати?

Психолог пропонує кожному з учасників назвати свій метод, здуваючи кульку. Якщо інші учасники використовують такий же метод або могли б його використовувати в майбутньому, також поступово здувають свою кульку.

Психолог підбиває підсумки.

5. Рефлексія

Семінар-практикум для батьків дітей старших груп

«Психологічно здорова дитина»

Мета: ознайомити батьків із поняттям «психологічне здоров'я», формувати навички збереження і зміцнення власного психологічного здоров'я і здоров'я дитини.

1. Інформація «Психологічне здоров'я старшого дошкільника»

Терміном «психологічне здоров'я» позначають стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам дійсності регуляцію поведінки й діяльності.

Психологічно здорова людина — це людина творча, оптимістична, життєрадісна й весела, яка пізнає навколишній світ розумом, почуттями й

інтуїцією. Вона цілком сприймає саму себе і при цьому визнає цінність та унікальність людей довкола, бере відповідальність за своє життя, наповнене сенсом. Можна сказати, що «стрижневим» поняттям для опису психологічного здоров'я є гармонія між різними складовими самої людини: тілесними і психічними, інтелектуальними й емоційними.

Психологічно здорова дитина характеризується достатнім рівнем загального і пізнавального розвитку, сформованістю певних інтелектуальних умінь, адекватною самооцінкою; володіє властивим своєму віку логічним мисленням. Для психічно здорової дитини характерна також соціальна і емоційна компетентність — здатність до формування і підтримки стійких відносин з оточенням. Здорові діти мають емоційно-вольові риси, у них досить інтенсивно формуються моральні почуття, самоконтроль та цілеспрямованість.

Нормальний психічний розвиток дитини, а відтак її психічне здоров'я, у більшій мірі залежать від того, як реалізуються в дошкільному закладі і в сім'ї засоби психогігієни. Основи психологічного підходу до виховання дитини мають здійснюватися вже в ранньому віці, оскільки в цей період її нервово-психічний розвиток відбувається найбільш інтенсивно і динамічно.

Для охорони нервової системи і психічного здоров'я дитини важливо не допускати по відношенню до неї в процесі виховання «репресивних» заходів.

1. Вправи для саморегуляції дорослого

Мета: сформувані у батьків навички саморегуляції з метою оптимізації дитячо-батьківських взаємостосунків.

Хід вправи

Психолог звертається до батьків:

— Шановні батьки, як ви вважаєте, чи впливає психологічна атмосфера сім'ї на психологічне здоров'я дитини дошкільного віку? (Відповіді батьків.)

— Як саме відбувається цей вплив? (Відповіді батьків.)

— Дійсно, на загальний стан дитини значно впливає атмосфера, у якій вона зростає (стосунки з батьками і вихователем, стосунки між батьками тощо). Часто можна почути від батьків, що так нелегко знайти час для того, щоб пограти та поспілкуватись з дитиною. Про те, що дитина докоряє своєю нав'язливістю і вимогливістю уваги до себе. Знервовані батьки час від часу «виплюскують» своє нервово напруження на дитину: підвищують голос, шльопають, поведуться агресивно. Для того, щоб такі випадки траплялися рідше, сучасному дорослому варто використовувати різні вправи для регуляції свого психічного стану.

Отже, спробуймо деякі з них.

1. Звукова вправа.

Інструкція: «Промовте на видиху спочатку тихо, а потім голосніше звук [а-а-а], уявляючи, що він виходить з тьмяної ділянки вашої голови. Тепер звук [о-о-о] і звук [і-і-і]».

2. Дихальна вправа.

Інструкція: «Покладіть одну руку на живіт. Глибоко вдихніть через ніс, затримайте трішки дихання та видихніть через рот. За допомогою руки стежте

за тим, щоб у диханні брав участь ваш живіт. Поступово намагайтеся робити видих більш тривалим за часом, ніж вдих».

3. Вправа з чергуванням напруження і розслаблення.

Інструкція: «Уявіть, що в обох руках Ви тримаєте по лимону. Спробуйте вичавити з них сік — сильно стисніть кулаки» (вдих, 5–10 секунд), а потім розслабтесь (видих).

3. Підсумки анкетування батьків щодо їх ставлення до фізичного виховання та зміцнення здоров'я дітей

Аналітичний звіт психологічного вивчення додається.

4. Рефлексія

Висновки, запитання батьків.

Тренінг для батьків дітей раннього віку

«Поспілкуймося!»

Мета: відкоригувати емоційне реагування та стереотипи поведінки батьків, формувати комунікативні навички батьків, сприяти покращенню їх взаємовідносин з дітьми.

1. Інформація на тему «Психологічні потреби дитини раннього віку»

Від 1 до 2 років. На цьому віковому етапі розвивається фактор соціальної взаємодії. Позитивний полюс — це довіра, негативний — недовіра.

Дуже важливий рік, коли є необхідність у тілесному та емоційному контакті з мамою. Тому так важливо, щоб мама була поряд з малюком хоча б до року, а няня допомагала б їй.

Ступінь довіри до навколишнього світу, до інших людей і до самої себе значно залежить від прояву до дитини опіки. Дитина, отримуючи тепло, увагу, ласку від близьких, відчуває, що світ — затишне місце, а люди — чуйні створіння.

Якщо за малюком не доглядають так, як треба і він не отримує достатньо уваги, у нього зароджується боязливість, підозрювальність, страх і недовіра. Цю недовіру дитина переносить на інші стадії свого розвитку. Це можливо змінити в майбутньому, але на кожній наступній стадії зробити це дедалі складніше.

Запитання батьків.

2. Вправа «Привітання»

Мета: познайомити батьків, сприяти зниженню емоційного напруження, покращити настрій.

Хід вправи

Вправу виконують у парах. Батьки вітають одне одного за допомогою рухів тіла та міміки, не користуючись словами.

Вправу обговорюють.

3. Вправа «Стакани»

Мета: за допомогою метафори звернути увагу батьків на необхідність гуманного ставлення до виховання дитини.

Матеріал: три стакани з водою, чайна ложка, золотий порошок, грудка землі.

Хід вправи

Психолог звертається до батьків із проханням узяти участь в експерименті, який за допомогою прикладу в природі нагадує нам про приклади виховання маленьких дітей.

«Перед вами три стакани з чистою водою. Уявімо, що кожен з них — це дитина, яка народилася з чистими почуттями, у якої ще не сформувалися погляди на світ і життя в ньому.

Отже, візьмемо перший такий стакан і залишимо його незмінним, що відбуватиметься в цьому стакані? Ми не знаємо напевно, що може в нього потрапити без нашої уваги.

У другий стакан кинемо шматочок землі і розмішаємо його. Що відбулося в стакані? Вода стала брудною, темною.

У третій стакан додамо золотий порошок. Що відбулося в цьому стакані? Вода заграла золотими іскорками.

Так відбувається й у вихованні маленької дитини. Коли ми залишаємо її без уваги і нагляду, вона може розвиватись і далі, але в якому напрямку?.. Коли ми вкладаємо в дитину тільки «бруд» — крик, дорікання, невдоволення нею та інше, то дитина починає так само відповідати нам. Коли ж ми вкладаємо в дитину уважність, любов, повагу, то і дитина відповідає нам доброзичливістю, нормальним розвитком».

Вправу обговорюють.

4. Вправа «Похвалили»

Мета: нагадати батькам про потребу дітей почуватись потрібними батькам і чути від них приємні слова.

Хід вправи

Психолог нагадує батькам про те, що кожна дитина обов'язково потребує уважного ставлення своїх батьків до себе. Дитина сприймає батьківську любов і прийняття через побачене, відчуте та почуте нею піклування батьків.

Кожному з батьків педагог пропонує пригадати, як ласкаво вони називають своїх малюків, та по черзі вимовити ці ласкаві імена в колі інших батьків.

Вправу обговорюють.

5. Вправа «Без слів»

Мета: дати можливість батькам замислитись над проблемами їхнього спілкування з дітьми.

Хід вправи

Батьки розподіляються на підгрупи. Протягом декількох хвилин кожна підгрупа намагається виділити 3–4 риси, необхідні дорослому для того, щоб успішно взаємодіяти з дитиною раннього віку. Кожна підгрупа по черзі намагається зобразити ці риси за допомогою пантоміми так, щоб батьки всієї підгрупи були задіяні в цьому. Інші підгрупи батьків відгадують зображені пантоміми.

Вправу обговорюють.

6. Вправа «Моя дитина»

Мета: звернути увагу батьків на значення їхньої оцінки власної дитини в дитячому розвитку і самосприйнятті, розвивати навички самоаналізу.

Матеріал: аркуші паперу та ручки чи олівці для кожного учасника.

Хід вправи

Психолог пропонує батькам написати три маленьких твори на теми:

- «Якою я бачу свою дитину?»;
- «Якою бачать мою дитину інші?»;
- «Якою мені хочеться бачити свою дитину?».

Вправу обговорюють.

7. Рефлексія

Тренінг для батьків дітей молодшого дошкільного віку

(молодші та середні групи)

«Скринька батьківської мудрості»

Мета: відпрацювати навички спілкування батьків з дітьми, знизити психологічне напруження, покращити настрій та підвищити рівень згуртованості батьків.

1. Інформація на тему «Психологічні потреби дитини молодшого дошкільного віку»

2–4 роки. У цей період у дитини розвивається самостійність на основі вдосконалення її моторних і психічних здібностей.

Дитина засвоює багато рухів (вчиться повзати, ходити, тримати предмети, відпускати, кидати). Вона пишається своїми досягненнями і намагається все робити самостійно.

Якщо батьки дозволяють дитині все робити самій і не підганяють її, то в дитини розвивається самостійність, упевненість у собі і вміння володіти собою, вона вчиться управляти своїм життєвим простором. Але якщо батьки і вихователі регулярно виражають роздратування і поспіх, то в дитини розвивається сором'язливість і нерішучість.

Нестійка психіка дитини реагує на докори за забруднені штани чи розбиту чашку, що призводить до невпевненості у своїх здібностях і впевненості в невмінні взаємодіяти із самим собою та своїм оточенням.

Якщо ця стадія минула для дитини напружено, то в майбутньому всі негативні моменти позначаються на її впевненості в собі і її самостійності.

Запитання батьків.

2. Вправа «Очікування»

Мета: познайомити батьків, сприяти зниженню емоційного напруження, покращити настрій, налаштувати на роботу в групі.

Хід вправи

Батьки по черзі називають своє ім'я та свої очікування від тренінгу.

3. Вправа «Проблемні ситуації»

Мета: надати можливість батькам пережити досвід взаємодії з дитиною в складних ситуаціях спілкування.

Хід вправи

Батьки розподіляються на пари, у яких один з батьків гратиме роль дитини, а другий — батька (матері). Кожній парі психолог пропонує розв'язати певні проблемні ситуації. Під час виконання вправи батьки обов'язково міняються ролями та обговорюють у парах свої враження від програвання кожної ролі.

Проблемні ситуації:

1. Ввечері батько (мати) помітив, що дитина дуже сумна.
2. Вранці дитина відмовляється вставати з ліжка, вмиватися, снідати та одягатися. На все вона відповідає: «Не хочу!»
3. Вихователь повідомила вас (тата чи маму) про те, що ваша дитина сьогодні побилася з дитиною в групі.
4. Дівчинка хотіла допомогти мамі помити посуд і раптом з рук вислизнула тарілка і розбилась. Дівчинка розплакалась.
5. Дитина намагається виконати певне завдання, але в неї не виходить. Вона відмовляється виконувати завдання.

Вправу обговорюють.

4. Вправа-релаксація «Дихання і образи»

Мета: навчити батьків методів розслаблення та зняття психологічного напруження.

Хід вправи

Психолог пропонує батькам зручно влаштуватись та закрити очі. Під спокійний музичний супровід він зачитує текст вправи:

А. «Уявіть собі, що ви лежите на пляжі. Над вами плывуть маленькі білі хмари, іноді пролітають чайки. Ви чуєте, як шумлять хвилі. З незапам'ятних часів вони б'ються об берег і відкатуються назад. Ви зарилися в пісок. Ваші кінцівки відчувають тепло і важкість. Намагайтеся відчути своє тіло теплим і розслабленим».

Б. «Зосередьтеся на диханні животом, поклавши на нього руку. Поволі і глибоко вдихайте через ніс. Спокійно видихайте повітря розслабленим ротом».

В. «Продовжуйте уявляти собі пляж і пісок, дихайте глибоко і спокійно. Відчуйте тепло піску і повторюйте слово «тепло», вдихаючи. Відчуйте важкість піску і повторюйте слово «важкий» на видиху. Одночасно розслабте м'язи, і нехай стрес і напруження підуть від вас. Робіть так, принаймні, протягом п'яти хвилин».

Рефлексія вправи (батьки обговорюють свої почуття і враження від вправи).

5. Рефлексія

Тренінг для батьків дітей старшого дошкільного віку

«Розуміємо одне одного»

Мета: розвивати навички позитивного спілкування батьків з дітьми, встановити емоційний контакт між батьками, розвивати їхні здібності до

емпатії, формувати розуміння поведінки дітей, пов'язаної з основними віковими потребами.

1. Інформація на тему «Психологічні потреби дитини молодшого дошкільного віку»

4–6 років. У цей віковий період дитина набула вже багатьох навичок. Вона придумує собі заняття, відповідає на дії інших людей або наслідую їх.

Дитина проявляє себе не тільки в мовленні, але й у фантазіях.

З одного боку, розвивається заповзятість, а з іншого — почуття провини.

Діти, яким батьки надають право обирати моторну діяльність, бігають з м'ячем, катаються на велосипеді, грають у «схованки» тощо. У цих дітей розвивається і закріплюється винахідливість і активність.

Щоб сприяти подальшому розвитку цих якостей, необхідно відповідати на запитання дітей, які вони ставлять батькам, не скупитися на пояснення.

Іноді батьки осмикують дитину. Запитання, які вона ставить, здаються їм настирливими і недоречними, а ігри — нерозумними. У результаті в дитини формується почуття провини, яке проявляється на подальших стадіях розвитку особистості.

Запитання батьків.

2. Вправа «Знайомство»

Мета: познайомити батьків, сприяти зниженню емоційного напруження, покращити настрій, налаштувати на роботу в групі.

Хід вправи

Батьки по черзі вітаються, називають своє ім'я, ім'я своєї дитини, а потім предмет, тварину, на яких вона схожа. Пояснюють, чому саме на них?

3. Вправа «Дитинство»

Мета: звернути увагу батьків на наявність певних батьківських страхів, установок, стереотипів, які формуються в кожній людині з дитинства і впливають на виховання вже власних дітей.

Матеріал: аркуш паперу та ручка чи олівець для кожного з батьків.

Хід вправи

Психолог пропонує батькам продовжити думку:

1. «У дитинстві я, як і моя дитина,...
2. «У дитинстві я, на відміну від моєї дитини,...
3. «У дитинстві мені подобалося, коли мої батьки...
4. «У дитинстві мені не подобалося, коли мої батьки...
5. «Напевно, моїй дитині не подобається, коли я...

Вправу обговорюють.

4. Вправа «"Я" — вислови»

Мета: закріпити вміння батьків висловлювати свої емоції за допомогою «"Я" — вислів», формувати навички безконфліктної взаємодії з дитиною.

Хід вправи

Розділившись на 4 команди, кожна команда батьків отримує картку з двома висловами: «"Я" — вислів» і «"Ти" — вислів». Батьки зачитують їх, вибирають,

у якому з них виражаються почуття батьків, а в якому — тільки осуд дитини, також визначають, який вислів ефективніший.

Вислови для батьків:

1. «Ти ще довго випробовуватимеш мої нерви на міцність?»
2. «Який ти незграбний і неуважний!»
3. «Чому ти досі не склала свої іграшки?»
4. «Негайно припиніть бігати кімнатою!»
5. «Мені не подобається, коли діти бігають кімнатою. Це викликає в мене непокоєння».
6. «Я нервую, коли діти виконують завдання неуважно, постійно відволікаються на щось».
7. «Мені кривдно від того, що мою працю не цінують. І хоча я вже прибрала в хаті, все навколо знову розкидане. Це мене розлючує.
8. «Мене засмучує те, що брати весь час сваряться, мені кривдно від цього і боляче».

Вправу обговорюють.

5. Рефлексія

Практичне заняття для батьків

«Добридень! Я прийшов»

Мета: знайомство учасників, їх об'єднання в групу, формування партнерської позиції у спілкуванні, обговорення основних завдань та правил роботи батьківського клубу, актуалізація проблеми дитячо-батьківських стосунків.

1. Короткий вступ про зміст, мету і завдання практичних занять роботи батьківського клубу (педагог оголошує план, мету і завдання роботи).
Ознайомлення учасників з груповою формою роботи:

1. Принцип «Тут і тепер».
2. Принцип активності і залучення до групової взаємодії.
3. Принцип відкритості, відвертості й творчого спілкування.
4. Принцип конфіденційності.
5. Принцип безконфліктності в роботі.

2. Вправа «Знайомство»

Учасники по черзі називають свої імена і коротко розповідають про свою сім'ю.

3. Вправа «Дерево сподівань»

З метою виявити сподівання учасників психолог роздає білі та червоні аркуші і пропонує записувати свої сподівання:

- «Мені хотілось б...» (червоний аркуш).
- «Мені не хочеться...» (білий аркуш).

Батьки чіпляють аркуші на гілки дерева, намальованого на ватмані.

4. Консультація «Особливості сімейного виховання дошкільників. Виховна функція сім'ї»

Сім'я — джерело продовження роду, української нації. Кожна людина бере початок від сім'ї. Біологічна природа, сутність жінки — бути матір'ю,

берегинею сімейної моралі. Перший свій досвід спілкування з навколишнім світом дитина набуває, безсумнівно, у сім'ї. Від того, який це буде досвід, залежить майбутнє дитини.

Кажуть: «Очі — дзеркало душі», а педагоги можуть сміливо зробити висновок, що дитина — це дзеркало сім'ї, у якій дитина одержує свій перший поведінковий досвід.

Цей досвід є фундаментом для її подальшого розвитку і формування як особистості.

Якщо в сім'ї поважають почуття дитини, то й вона колись поважатиме почуття інших людей;

- якщо дитина живе в умовах толерантності, то вона виробляє в собі вміння терпіти;
- якщо до неї ставляться чесно, то вона буде справедливою;
- якщо в сім'ї не беруть чужих речей без дозволу, дитина теж не братиме чужого. Такий перелік, без сумніву, можна продовжити.

Шановні батьки, пам'ятаймо, що ми виховуємо дітей кожним своїм кроком, своїм вчинком. Перші поняття про добро і зло, честь і безчестя, справедливість і кривду складаються в дітей на підставі того, що вони відкривають у своїх батьків.

Народні прислів'я «Добрий приклад кращий за сто слів», «Бурчання наскучить — приклад научить», «Яблучко від яблуньки далеко не падає», «Яка хата такий тин, який батько — такий син» втілюють велику педагогічну правду, узагальнюють багатовікові спостереження наших предків.

Наслідування — невід'ємна риса людської природи. Дошкільники і молодші школярі сліпо копіюють дорослих, щиро у всьому прагнуть бути схожими на них, наслідують їхню поведінку розмови, не вникаючи в суть явищ.

Часто батьки бачать проблеми дітей, але пропускають власні. Звичайно, у дітей, як у всіх людей, свої складності зростання. Сімейна психологія зазначає, що проблеми дітей, як правило, є симптомом загального неблагополуччя родини.

Будучи «слабкою ланкою», діти більш чуйно сприймають негаразди у стосунках і намагаються «сказати» про це дорослим тими засобами, які для них більш доступні. Це можуть бути хвороби, у тому числі психосоматика, труднощі в навчанні, поведінці, замкненість, агресивність, страхи, підвищена тривожність.

У сім'ї людина народжується, робить перші кроки, пізнає перші радощі, смутки, із сім'ї виходить у великий світ.

— *Що таке сім'я? (Обговорення з батьками)*

Сім'я — це союз людей, пов'язаних між собою духовними, економічними, кровними та іншими зв'язками, а також взаємною відповідальністю.

— Що вона дає людині?

— Які функції вона виконує? (Обговорення з батьками)

Сім'я, з одного боку, є закритим світом зі своїми секретами, таємницями, які захищають її членів від зовнішніх негараздів, а з іншого боку — допомагає людині пізнавати складний і деколи небезпечний світ.

Основними функціями сім'ї є:

- репродуктивна (відтворення життя, тобто народження дітей, продовження людського роду);
- економічна (суспільне виробництво коштів для життя, відновлення витрачених на виробництві сил своїх дорослих членів, ведення свого господарства, наявність свого бюджету, організація споживчої діяльності);
- виховна (формування особистості дитини, систематична виховна дія сімейного колективу на кожного свого члена протягом усього його життя, постійний вплив дітей на батьків та інших дорослих членів сім'ї);
- комунікативна (посередництво сім'ї в контакті своїх членів із засобами масової інформації, літературою і мистецтвом, вплив сім'ї на багатообразні зв'язки своїх членів з навколишнім природним середовищем і на характер її сприйняття, організація внутрішньосімейного спілкування, дозвілля і відпочинку).

Деякі науковці доповнюють основні функції сучасної сім'ї такими: господарчо-побутовою, соціально-статусною, емоційною, сексуальною, сферою первинного соціального контролю, сферою духовного спілкування.

5. Ігрова вправа «Відрекомендуйся»

Мета: за допомогою програвання ролі звернути увагу батьків на основні потреби їхніх дітей.

Психолог пропонує учасникам об'єднатись у пари, у яких один грає роль дитини, а інший — роль будь-кого з батьків. Завдання батьків — виховувати дитину, а завдання дитини — прислуховуватись до своїх почуттів і поводитись так, як їм буде зручно. Через 10 хвилин учасники міняються ролями.

Вправу обговорюють за бажанням.

6. Рефлексія заняття

Що нового відкрили для себе? Які побажання учасникам групи?

Презентація роботи практичного психолога з батьками на тему «Татко може все, що завгодно»

Мета: ознайомити присутніх зі стилями спілкування батька з дітьми; формувати відповідальне ставлення батька до збереження фізичного й психологічного здоров'я дітей; виховувати в дітей почуття гендерної самосвідомості, любові до батьків, родини; формувати естетичні почуття дошкільників.

Ведуча (вихователь)

Добрий день, у добрий час!

Раді, діти, бачить вас

Не самих, а з татусями.

Дорогенькими гостями.

Щоб дізнатися багато,

Треба спілкуватись з татом.

Що сьогодні й зробим ми
Тут з веселими дітьми.

Ведуча. Усім відомо, що саме від татуса залежить, чи сформується в хлопчика правильне ставлення до дівчинки, жінки, чи будуть у його дорослому житті нормальні сімейні стосунки.

Психолог. Отже, про важливу роль батька в сімейному вихованні зараз ми почуємо від вихованців.

Запитання до дітей: «Навіщо дитині тато?». (Відповіді дітей.)

Інформаційне повідомлення

«Для тата поява малюка — подія грандіозна й дуже відповідальна»

Давно доведено, та й зрозуміло без будь-яких доведень, що для нормального розвитку дитини необхідна гармонія, особлива атмосфера, у якій вона почуватиметься, затишно й комфортно, а головне — у безпеці. Ці умови має створити мама, ніжність, ласка, турбота й безумовна любов. Батьки разом — кокон, у якому «дозріватиме» малюк. Без піклування дорослих йому не вижити.

Формула «я приношу гроші, ти виховуєш дітей» не має права на існування. *Виховувати свій scarb ви з дружиною маєте разом.* А побутові обов'язки можете ділити, як вам зручно або як домовитесь. Завдяки захищеності дитина набуває довіри до всього світу. У неї не буде підсвідомого страху перед життям, тому вона зможе стати успішною та впевненою в собі людиною. Чи не цього прагнуть усі батьки, даруючи світу нове життя, нову людину?

Звичайно, малюк швидко вибереться з кокону (ви навіть не встигнете оговтатись) і прагнучиме повної самостійності, але відчуття захищеності та комфорту лишиться з ним назавжди. Татусям, урахувуючи їхню зайнятість, необхідно скласти список правил (хоча б орієнтовний) виховання дитини.

Що важливо для тата

1. Не вимагати неможливого, не прагнути недосяжного. Усьому свій час.
2. Любити й поважати малюка, але при цьому бути вимогливим (і до себе також!).
3. Ніжити і на щось заплющувати очі — привілей матусі. А батькові треба виявляти суворість. Проте лише тоді, коли це вкрай необхідно. А в решті випадків — любов та ніжність.
4. Потрібно завжди знаходити час для своїх дітей. Навіть якщо дуже зайняті. Телефонуйте їм із роботи, надсилайте повідомлення — діти мають знати, що вони важливі для свого тата.
5. Бути щирим та послідовним. Якщо щось не вийшло, зірвалися ваші плани, на роботі аврал, необхідно пояснити це дітям. Навіть найменшим.

Вони здатні зрозуміти набагато більше, ніж ви думаєте, і зможуть здивувати вас несподіваною підтримкою.

1. Завжди або майже завжди залишайтеся спокійною, розважливою, авторитетною людиною.

1. Найголовніше — любити і поважати дружину, бути коханим та щасливим.

1. Мама любить за те, що ти є.

1. Тато — за те, який ти є. Це основна відмінність між батьками. Тому тато — важливий стимул для розвитку малюка.

Ведуча. Ну, що ж, ми дійшли згоди: без тата — нікуди! Хто краще за тата допомагатиме у вихованні дітей і зароблятиме гроші на це виховання та на освіту?

Але насамперед потрібно допомагати мамі виховувати дитину. Почнемо спочатку: як сповити немволя?

Гра «Сповий дитину»

Психолог. Малюк підростає, з ним потрібно займатися більше, адже вченими доведено, що немовлята, поряд із якими багато часу перебувають татусі, зростають спокійнішими, плачуть рідше, ніж їхні однолітки, з якими татусі не займаються.

Отже, роль батька на початковому етапі виховання така: частіше бути біля дитини, співати їй пісеньки, брати на руки, щоб малюк відчував тілесний контакт не лише з мамою. Що більше дитина чує татове мовлення, то краще. Присутність і повага татуся позитивно впливають на дитячу психіку.

Ведуча. Татові під силу залучити дитину до гри. Ну ж бо, діти, як ви вважаєте, хто зуміє краще побудувати міцну, високу вежу? Зараз перевіримо!

Гра «Башточка»

Психолог. Кажуть, що тато боїться зробити дитині боляче, тому остерігається брати її на руки. Але якщо малюк уже ходить, починає говорити, роль тата надзвичайна! Він може робити все: гратися з дитиною, читати книжки, купати, просто лежати поруч на дивані, розповідати, що можна робити, а що ні.

Гра «Зроби зачіску»

Ведуча. Донечки попідростали, їх віддали до дитячого садочка, а вранці треба допомогти мамі зробити своїй красуні зачіску.

(Татусі заплітають дочок.)

Ведуча. Ох, і не легка це робота для тата! Діти, нехай татусі відпочинуть трохи, а ми їх розважимо.

(Діти виконують танок, читають вірші й гуморески.)

Татко і матуся

А у мого татка широченні плечі:

Зручно тут сидіти, видно вдаль малечі.
Дужі та міцнющі татко руки має.
Він мене високо вгору підкидає.
А в матусі ручки лагідні й тепленькі.
Пригортають ніжно до свого серденька.
Усмішка ласкава, очі волошкові,
Сповнені терпіння, доброти, любові.
Як візьму за руки татка і матусю,
То нічого в світі з ними не боюся.

Психолог.

Шануйте батьків, любі діти,
Щоб потім не пожаліти.
Допоки є батько і мати,
Старайтесь їм шану віддати.

Дитина

Пошану батькам я складаю
І пісню Любові співаю.
У серці лиш пам'ять про них —
Звичайних, простих, дорогих.
Я дякую Богу за маму,
Що стільки ночей не доспала.
За доброго, вірного тата,
Що вмів людям допомагати.

Гумореска «Коли мама у відрядженні»

Уранці батько встав, розбудив доньку, вдягнув і повів її до дитячого садочка.
До одного привів — не приймають, до другого — не беруть, а дорогою до
третього донька йому й каже:

— Тату, поки ти мене водив по садочках, я вже до школи завітала.

Ведуча. Ну, танцями й жартами ситий не будеш! Треба дітей уранці
погодувати.

Гра-конкурс «Приготуй сніданок»

Психолог. А тепер іще одна проблема для тата — зібрати своїх донечок до
дитячого садка. Адже тато перший оцінює зовнішність дівчинки, здібності, риси
характеру. Згідно з психологічними дослідженнями, у тих дівчаток, яких
виховують лише мами, формується нереалістичне ставлення до чоловіків, а в
дорослому житті виникають проблеми зі створенням власної сім'ї.

Ведуча. Але це не про наших дівчаток, які мають таких чудових, дбайливих
татусів!

Гра «Збери дитину до дитсадка»

Психологи люблять усе класифікувати. Тож вони виділяють декілька типів татусів:

- тато, котрий обожнює;
- тато, котрий завжди сварить;
- тато, котрий усе дозволяє;
- тато, котрий завжди зайнятий;
- тато, котрий не звертає уваги;
- тато, котрий усе купує;
- тато розумний — це той, хто ніколи не замінить іграшкою свою

любов. Він дуже любить свою дитину, але не дозволить їй усе. Він навчить сина забивати цвях і помітить нову доньчину сукню. Він не вдаватиме, що захоплений телевізором чи комп'ютером, а знайде час і поговорить із дитиною про все.

Ведуча. А ще — впізнає свою дитину серед тисячі.

Гра «Знайди свою дитину»

Ведуча. Такими мудrimi, лагідними, чуйними, розумними татусями не народжуються. Ними стають. І не без допомоги мами. Такі татусі, котрі сьогодні брали участь у нашій розвазі.

Прийміть від нас усіх найщиріші побажання здоров'я, успіхів у вихованні своїх діток та щирої пісні від наших вихованців.

Пісня «Наш татусь — молодець!»

Успіхів вам, наші розумні батьки! До нових зустрічей!

Літературний вечір для батьків «У добра очі лагідні»

Мета: продовжувати здійснювати психологічну просвітницьку роботу батьків щодо проблеми виховання дітей дошкільного віку, розвивати навички батьківсько-дитячого спілкування та виховання позитивних рис характеру в дітей.

1. Вправа «Веселий масаж»

Мета: провести емоційну та м'язеву релаксацію батьків.

Хід проведення

Усі учасники стають одне за одним, утворюючи велике коло, та починають повільно рухатися вперед. Психолог робить певні масажні рухи на спині того, хто йде попереду нього. Відчувши це, учасник намагається повторити ці рухи тому, хто йде попереду, тощо. Коли коло замкнеться і психолог відчує масаж на своїй спині, він змінює свої масажні рухи. Те саме послідовно виконують інші учасники. І так декілька разів.

Вправу обговорюють.

2. Метафора „Річка та береги»

Мета: на емоційно-смысловому рівні допомогти учасникам усвідомити роль батьківського впливу на становлення особистості дитини та формування в неї такої риси характеру, як доброта.

Хід проведення

Розповідь психолога:

— Мені подобається порівнювати дитину з водою. Це річка весела та стрімка, бурхлива або ж глибока та повільна. Вона пливе, куди їй заманеться, рухається вільно та невимушено. Але рух кожної річки визначає її русло, ті береги, яких ми називаємо «батьками». Вони завжди ніби попереду, визначають основне спрямування її руху. Якщо батьки знають, як виховувати дитину, мають свої стійкі ціннісні настанови, розуміють, що є важливим для дитини, то ці береги міцні, надійні. Тоді і річка почувається захищеною та більш упевненою.

Де ви бачили такі береги, які тиснули б на річку чи змушували її плисти в інший бік? Річка пливе вільно відповідно до своєї природи, але береги дещо скеровують її рух. Річка, яка не має берегів, розтікається, поступово перетворюючись на болото. Так і дитина, яка не відчуває підтримки, розумного контролю з боку батьків, не має життєвих орієнтирів, чіткого самоусвідомлення своїх справжніх бажань та потреб. Тому часто потрапляє під чужий вплив або тиск оточення.

Діти наслідують своїх батьків, вони ніби віддзеркалюють їхню поведінку, манери спілкування, головне, — засвоюють саме ті цінності, головні життєві принципи, які сповідують батьки. Тому помиляються ті батьки, які впевнені, що дитина робитиме так, як вони кажуть. Насправді ж вона робитиме так, як вони роблять». Тому батькам важливо бути послідовними у думках, переконаннях та діях.»

Вправу обговорюють.

3. Вправа «Прислів'я про добро»

Мета: з'ясувати, як батьки розуміють поняття «добро» і як вони до нього ставляться.

Хід проведення

Батьки по черзі зачитують різні прислів'я про добро, пояснюють їх та висловлюють свою думку щодо кожного прислів'я.

Прислів'я для батьків:

- Буде добре, як мине зле.
- Будь добрим — бідним станеш.
- Від добра ніхто не тікає.
- Від добра добра не шукають.
- Добре чути далеко, а зле — ще далі.
- Добре ім'я краще за багатство.
- Добре роби — добре й буде.
- Добро треба шукати, а зло саме прийде.
- Добрий, хоч до рани прикладай.
- Доброго і корчма не зіпсує, а злого і церква не направить.
- Доброму всюди добре.
- Добро пушить, а лихо сушить.
- Зі всіма добрий — собі лихий.
- Кого добро нагріє, той дуріє.
- Як не було добра змалку, то не буде до останку.

- Світ не без добрих людей.
- Там добре, де нас нема.
- Усе добре, що добре кінчається.

Вправу обговорюють.

2. Рефлексія

Практикум для батьків

«Без історії немає майбутнього»

Мета: проінформувати батьків про особливості патріотичного виховання дітей дошкільного віку; продемонструвати батькам на власному прикладі важливість цього напрямку виховання для особистості дитини.

— Доброго дня, шановні батьки! Сьогодні ми з вами поговоримо про патріотичне виховання. Скажіть, будь ласка, що ви розумієте під патріотичним вихованням, чи потрібне воно дитині дошкільного віку, для чого воно потрібне? (Обговорення запитань за допомогою методу «мозкова атака»)

Результати анкетування батьків щодо патріотичного виховання дошкільників (аналітичний звіт про результати анкетування додається — 06–09).

Педагогічний міні-тренінг із батьками з проблеми патріотичного виховання

Мета: розвивати розуміння батьками поняття «патріотичне виховання», сприяти згуртованості батьків, створити позитивний клімат у групі батьків.

1. Вправа «Знайомство»

Мета: сприяти підвищенню психо-емоційного тону групи та згуртуванню учасників.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам передавати кульку в колі, називаючи своє ім'я та ім'я своєї дитини.

1. Вправа «Патріотичне виховання»

Мета: акцентувати увагу батьків на значенні патріотичного виховання для дитини дошкільного віку та ролі батьків у ньому.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам об'єднатися в пари: один — дитина, яка має достатній рівень патріотичного виховання, а інший патріотично не вихована дитина. Батьки грають свої ролі, міняються ролями (за бажанням), а потім вправу обговорюють у групі.

3. Вправа «Листопад»

Мета: створити гарний настрій, діагностувати результативність міні-тренінгу.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам створити власний листопад. Без допомоги ножиць «вирізати» листочки і на одній стороні написати свої враження від міні-тренінгу, а на другій стороні — свої побажання учасникам. Учасники стають у коло і підкидають листочки вгору.

4. Рефлексія міні-тренінгу

5. Побажання батькам

— Пам'ятайте! Дитина — це дзеркало життя своїх батьків. Як у краплі води відбивається сонце, так і в дітях відображається духовне багатство мами й тата. Робіть усе, щоб дитинство й майбутнє ваших дітей було прекрасним. Любові та взаєморозуміння, успіхів і щастя вам і вашим дітям!

Міні-тренінг для батьків «Взаємодія родини і дитячого садка»

Мета: сприяти становленню батьківської компетентності шляхом усвідомлення і осмислення механізмів діалогічного спілкування та формування вмінь і навичок конструктивної взаємодії з дітьми у сім'ї.

1. Вправа «Хто Я?»

Мета: активізувати взаємну увагу батьків до особистості кожного з них, сприяти їх згуртованості.

Хід вправи

Батьки по черзі відповідають на запитання «Хто я?», розповідаючи про себе те, що характеризує їх як особистість.

2. Практичні завдання «Правила ввічливості»

Психолог звертається до батьків із різними запитаннями, які вони намагаються розв'язати самі, висловлюючи своїх варіанти.

Запитання:

- Чому кажуть «Діти — дзеркало батьків»?
- Як ви вважаєте, чи необхідно хвалити дітей? За що?
- Як ви вважаєте, які риси формуються в дитини, коли в сім'ї постійно сваряться і не проявляють поваги одне до одного?
- Чи може дитина стати ввічливою в сім'ї, у якій батьки не виховані?
- Як ви вважаєте, чи необхідно пояснювати дитині, за що саме вона покарана, чи вона сама це знає і може сказати вам?

3. Вправа «Моя дитина»

Мета: звернути увагу батьків на значення їхньої оцінки власної дитини в дитячому розвитку і самосприйнятті, розвивати навички самоаналізу.

Матеріал: аркуші паперу та ручки чи олівці для кожного учасника.

Хід вправи

Педагог пропонує батькам написати три маленьких твори на теми:

- «Якою виросте моя дитина, якщо я виховуватиму у неї ввічливість?»;
- «Якою виросте моя дитина, якщо я не виховуватиму в неї ввічливість?»;

— «Якою мені хочеться бачити свою дитину?».

Вправу обговорюють.

1. Рефлексія

2.

Спілкування з батьками з елементами тренінгу

«Взаєморозуміння в родині. Спілкуємось жестами»

Мета: налаштувати батьків на співпрацю з ДНЗ в розв'язанні проблеми виховання і навчання дітей, сприяти формуванню в батьків навичок ефективної взаємодії з дітьми дошкільного віку; здійснювати психологічну просвітницьку роботу батьків.

Вступне слово

Життя малюка сповнене різноманітних, складних для нього ситуацій та перешкод. Дорослі мають навчити знаходити вихід із них, почуватися впевнено й комфортно, бути готовими до труднощів та їх подолання.

Родина відіграє важливу роль у підготовці до життя своєї дитини. Дошкільний заклад є ідеальним помічником батьків у цій важливій справі. Першочергове завдання педагогів і батьків – навчити малюків способів позитивного розв'язання різних проблем.

Рольові ігри, обговорення ситуацій, вправи, тренінги — ось неповний перелік форм роботи ДНЗ з батьками.

Інсценування уривку «Відповідь» (за Василем Сухомлинським)

Одного разу маленьке Курча знайшло великого Півня.

— Чому в чаплі довгий дзьоб, а в мене короткий? — запитало воно.

— Відчепися!

— Чому в зайця довгі вуха, а в мене навіть малесеньких немає?

— Не чіпляйся!

— Чому в кішки м'яка гарна шубка, а в мене якийсь жовтий пух?

— Відійди кажу! Замовкни!

— Чому навіть маленьке цуценя вміє вертіти хвостиком, а в мене взагалі хвостика немає?

— Та відчепися ж ти! — гримнув Півень.

— Чому в цапка є гарні ріжки, а в мене навіть поганеньких немає?

— Припини! Іди геть!

— Досить, відчепися... геть... припини! Чому всім маленьким дорослі відповідають на запитання, а ти — ні? — пропищало Курча.

— Тому що ти не запитуєш, а просто всім заздриш! — сердито відповів Півень. І це була чиста правда.

Робота у підгрупах

Завдання

- Першій підгрупі — посадити уявне жовте курча собі на долоню й спробувати переконати його у своїй неповторності, індивідуальності.
- Другій підгрупі — дати пораду. Наприклад: «Не заздри іншим, а сам намагайся стати кращим»...

Такі ігри допомагають батькам краще зрозуміти себе та інших, спонукають їх до партнерства у реалізації спільних завдань, позитивно налаштовують їх на спільну роботу з педагогами.

Вправа «П'ять добрих слів»

Мета: отримати зворотний зв'язок у групі, підвищити самооцінку дитини, можливість зробити добре іншій людині.

Хід вправи

Робота в одній групі.

Педагог дає кожному учасникові вирізану з паперу дитячу долоньку та олівець. Завдання — написати на долоньці ім'я своєї дитини. Кожен учасник передає долоньку сусідові по колу. На кожному пальці намальованої долоні треба написати будь-яку привабливу, на їхню думку, рису дитини сусіда.

Коли всі закінчили, ведучий збирає роботи, зачитує характеристики, а всі відгадують героя.

Висновок

— Отже, наша співпраця з вами є першою сходинкою на шляху формування ефективних стосунків із дітьми та їхньої позитивної соціалізації. Адже соціалізація — складний і багатогранний процес, який триває все життя людини, а його основи закладаються в дошкільному дитинстві під час спілкування дитини з близькими, з однолітками, з педагогами. Пам'ятайте, що дитина — це дзеркало життя своїх батьків. Як у краплі води відбивається сонце, так і в дітях відображається духовне багатство батька й матері. Робіть усе, щоб дитинство й майбутнє ваших дітей було прекрасним. Любові та взаєморозуміння, успіхів і щастя вам і вашим дітям!