**Тренинг для родителей с детьми**

«Мамы и дети»

**Провела**

**педагог-психолог:**

**Чулаева Х.Б.**

**2018г.**

**Цель**: оптимизация и гармонизация внутрисемейных отношений по средствам игры.

**Задачи:**

* способствовать созданию положительных эмоций детей и родителей во взаимодействии друг с другом;
* воспитывать у детей чувство доверия, уверенности в себе;

улучшить взаимодействие родителей и детей.

**Ход мероприятия:**

**Педагог**: Дорогие дети и родители, я очень рада видеть вас всех здесь, тем более что встреча наша сегодня интересная. В рамках недели психологии в нашем саду проходят мероприятия на тему: «Главное в жизни –семья»

Семья - один из самых древних социальных институтов. Она возникла намного раньше религии, государства, армии, образования, рынка.

Современные и отечественные социологи определяют брак как исторически изменяющуюся социальную форму отношений между женщиной и мужчиной, посредством которой общество упорядочивает и санкционирует их совместную жизнь и устанавливает их супружеские и родительские права и обязанности.

Семья же представляет собой сложную систему отношений, чем брак, поскольку она, как правило, объединяет не только супругов, но и их детей, а также других близких родственников.

Но основным связующим звеном между всеми членами семьи являются родители. И сегодня мы поразмышляем над тем, какие мы родители, умеем ли мы проводить время со своими детьми, умеем ли мы любить своих детей? Постараемся выделить слагаемые вашей родительской любви.

Я надеюсь, что сегодня благодаря моим и вашим стараниям вы с детьми станете еще немного ближе друг другу, станете еще лучше понимать друг друга.  И для начала, так как возможно еще не все хорошо знают друг друга, я предлагаю вам:  
1)    Игру-знакомство, которая называется «Красивые слова».

Цель этой игры произнести и услышать имена всех участников, по возможности сразу же запомнить.  
Правила проведения: первый участник представляется, называя свое имя и какой-нибудь эпитет-прилагательное, (например: «Я- веселая Хава»). Следующий повторяет услышанное имя вместе с прилагательным, затем называет себя («это – весёлая Хава ,а я приветливая Амина»). Третий участник повторяет оба услышанных имени с прилагательными и добавляет к ним свое, и так далее по кругу. Для удобства одновременно мы будем передавать мячик. .

Мы друг с другом познакомились, теперь прошу вас рассказать о своем ребенке. Предлагаю вам вспомнить несколько качеств своего ребенка, названия которых начинаются с той самой буквы, что и имя ребенка (например Самира-скромная, самостоятельная и т.д.)

Дорогие родители, хочу вас спросить часто ли вы играете дома с со своими детьми? Играя вместе с родителями,дети легче проживают возрастные кризисы. Воспитательное значение игры, её влияние на развитие личности ребёнка трудно переоценить. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение детей ко всему. Игра может сплотить детский коллектив, включить в активную деятельность детей замкнутых и застенчивых, воспитать в игре сознательную дисциплину. Так как в каждодневных бытовых делах, мы редко находим время для игр с детьми, я предлагаю вам поиграть вместе здесь.

***Игра «Бусы для мамочки»***

***Материал для игры:****макароны с большими отверстием, разноцветные шнурки.*

*Описание игры:**ребёнок нанизывает макаронины на шнурок, затем получившиеся бусы надевает маме.*

***Игра «Узнай своего ребенка»*** а теперь посмотрим как хорошо вы знаете своего ребенка. Игра

«Узнай своего ребенка» закрытыми глазами.

***Игра «Обнималочка»***

Чтобы начать эту подвижную игру с родителями, дети образуют малый (внутренний) круг, а их мамы – большой (внешний). Участники каждого круга держатся за руки. Когда начинает звучать музыка, малыши и родительницы идут в противоположных направлениях – по часовой стрелке и против нее. Как только мелодия смолкает, все расцепляют руки. Каждый ребенок должен постараться найти свою маму, подбежать к ней и обнять ее раньше остальных детей.

***Игра «Материнские чувства»***

Мамы с завязанными глазами должны узнать своего ребенка по рукам.

Релаксация.  
1)    Займите удобное положение. Закройте глаза, сделайте глубокий вдох. Почувствуйте, как расслабляются мышцы лица, шеи, приятная расслабленность опускается на плечи, руки. Вы чувствуете тяжесть и полную расслабленность в руках. Расслаблены мышцы спины, груди, живота, ноги неподвижно стоят на полу, они также полностью расслаблены. Во всем теле вы чувствуете приятную расслабленность. Отдыхает каждая клеточка вашего организма. Вы думаете только о приятном. Посторонние звуки для вас как шум дождя создают фон для приятного расслабления и отдыха. Приходит чувство спокойствия и радости от жизни, которая принадлежит вам.  
2)    В каждый последующий день Вы будете ощущать себя все более и более спокойно, уверенно. Внутреннее спокойствие будет помогать Вам взаимодействовать с Вашим ребенком, а если возникнут проблемы, то Вы будете спокойно и взвешенно решать их. Появится желание действовать и это желание появится прямо сейчас. Вы чувствуете, как от вас исходит энергия жизнелюбия, появляются новые желания, радость от самой жизни. Это чувство всегда будет с вами. Медленно открываем глаза,возвращаемся в реальность.

— «**Итоги»**  
Я буду передавать вам по кругу эту ароматическую свечу и прошу вдохнув аромат, расслабившись, поделиться своими впечатлениями: какое настроение, что понравилось, что полезного узнали для себя, пожелания и т. д.. я предлагаю всем по очереди поделиться впечатлениями о сегодняшнем мероприятии. Сегодня наше мероприятие было посвящено взаимодействию родителей и детей. Родители, приятно вам было играть вместе с детьми?Ребята, а вам понравилось играть вместе с мамами? Что вы чувствовали, играя вместе?Давайте же будем играть вместе со своими детьми как можно чаще. Помните, игра – прекрасный источник укрепления физического, духовного и эмоционального самочувствия ребёнка. Совместная игра ребёнка со взрослым не только основное средство развития маленького человека, но и инструмент, способствующий взаимопониманию разных поколений. Открывайте мир вместе с ребёнком! Яркие и увлекательные игрушки созданы специально для того, чтобы поощрять любознательность вашего ребёнка. Совместные игры очень сближают детей и родителей. Играйте дома как можно больше со своими детьми!!! До новых встреч!

