

Тренинг «Давайте жить дружно!»

Задачи: сплочение детского коллектива; воспитание чуткости, доброты, отзывчивости по отношению друг к другу, умения находить общий язык с окружающими; снятие агрессии, тревожности, мышечного напряжения; развитие самоконтроля и саморегуляции.

Ход тренинга

1. Организационный момент.

Ребята, тема нашего сегодняшнего занятия «Давайте жить дружно! ». Мы сегодня поговорим с вами о дружбе, доброте и отзывчивости, то есть о тех человеческих качествах, которые помогают людям обрести друзей, найти взаимопонимание, стать настоящим Человеком.

Но всегда ли это получается? Чего нам не хватает для взаимопонимания? Каких детей чаще всего не любят в группе, во дворе? Почему дружба не складывается? Что мешает? Сегодня мы с вами постараемся ответить на эти вопросы.

2. Приветствие – разминка «Давайте поздороваемся»

Здороваться надо определенным образом:

- 1-хлопок – здороваемся за руки;
- 2-хлопка – здороваемся плечиками;
- 3-хлопка – здороваемся спинками;
- Улыбнулись друг другу.

(звучит песня «Улыбка»)

3. Упражнение «Пресс-конференция»

Каждый из ребят по очереди становится «гостем», садится на стул в центре зала, остальные задают ему вопросы по сказке.

Вопросы для обсуждения

Почему поссорились Васильки с Ромашками?

Как они себя чувствовали, когда были в ссоре?

Что помогло им помириться?

Что же главное в дружбе?

Вывод: Не ссорьтесь по пустякам. Если твой друг попал в беду, помоги, чем можешь.

4. Упражнение «Разозлились – одумались»

(работа в парах)

По сигналу «Разозлились! » дети напрягают тело, сжимают кулаки, по сигналу «Одумались! » - расслабляются и улыбаются.

Вывод: Если ты поступил плохо, не бойся признать свою ошибку.

5. Упражнение «Поменяемся местами те, кто... »

Мы все очень разные, но в то же время все чем-то друг на друга похожи. А сейчас, чтобы нам еще лучше друг друга узнать поиграем в игру «Поменяемся местами те, кто... ».

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, который встает и выносит свой стул за круг, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем

играющих. Далее ведущий говорит: «Меняются местами те, кто любит конфеты... играть на компьютере. плавать в реке... гулять на улице... слушать сказки... убирать игрушки... ходить в детский сад...». После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим. Вывод: В игре соблюдай правила, старайся выигрывать честно.

6. Игра «Гусеница»

Все встают в затылок друг другу, берут впереди, стоящего за пояс и двигаются в разных направлениях. Задача – следить за тем, чтобы тело гусеницы не разорвалось. Можно добавлять на пути следования препятствия: пролезть через обруч, перепрыгнуть через ручеек (веревочки) .

Как чувствовали вы себя во время игры?

Все ли ребята были внимательны друг другу?

Кому было легче двигаться, тому, кто стоял первым или тому, кто стоял последним?

Вывод: Нужно всегда помнить о тех, кто идет за тобой.

7. Упражнение «Танец дружбы»

Дети разделяются на пары. Они становятся лицом друг к другу, соединяются лбами, между ними зажимается цветок. Руки за спиной. Звучит музыка. Дети должны танцевать в таком положении, не роняя предмета. Пара, которая не удержит его, выбывает из игры. Побеждают самые стойкие.

Вывод: Помогать друг другу

8. Упражнение «Ладонка дружбы»

Ребята, а теперь давайте нарисуем цветными карандашами ладонку вашего друга.

Посмотрите, какие красивые у вас получились ладонки.

Вывод: Цените друг друга

9. Упражнение – прощание «До свидания».

Дети, взявшись за руки, плотно собираются в круг. Затем, проговаривая по слогам «До сви – да – ни - я», расходятся, делая круг шире, и в конце опускают руки.