

Тренинг детско – родительских отношений **«День семьи»** (старшая группа)

Цель: Способствовать гармонизации детско – родительских отношений. Создавать условия для формирования у родителей и детей общих способностей (планирование, анализ, рефлексии). Способствовать развитию умений и навыков в сфере общения.

Родители входят в зал под весёлую музыку.

Педагог – психолог: Здравствуйте ребята, родители, наши гости. Сегодня у нас в детском саду проводится замечательный праздник «День семьи».

Конечно, очень важно, когда в семье царит мир, лад и покой. Когда родители и дети понимают друг друга. Очень важно, чтобы время, проведённое вместе с детьми, было не только интересным, но и полезным. Сегодня мы покажем вам интересные игры, упражнения, которые помогут вам вырастить ваших детей крепкими, здоровыми, счастливыми.

Семья – это мы. Семья – это я.

Семья – это папа и мама моя.

Семья – это праздник за круглым столом,

Семья – это счастье, семья – это дом.

Ритуал приветствия

Давайте поприветствуем друг друга рукопожатием. Встаньте все в круг, возьмитесь за руки. Пожимайте руки друг другу осторожно, бережно. Замечательно, когда в семье все любят друг друга, у всех хорошее настроение. Настроение родителей, всегда передаётся их детям. Давайте покажем какими добрыми, весёлыми мы можем быть. Как ласково улыбаемся друг другу (мимическая гимнастика). Вот такими весёлыми, счастливыми идём мы в детский сад по утрам. И солнышко радуется, глядя на нас. **Психогимнастика «Солнечный лучик»**

Инструктор по физической культуре: Настроение у нас хорошее. А давайте зарядим бодростью, энергией наш организм. Что мы делаем по утрам? Уважаемые мамы, сегодня я покажу вам комплекс утренней гимнастики, который вы сможете выполнять вместе со своими детьми.

Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна.

От лени и болезней спасает нас она!

Комплекс «Парной гимнастики»

Наступает тёплое время года, и вы часто выезжаете с детьми на природу. Чем же занять детей? Подвижная игра – незаменимое средство для развития смекалки, ловкости, сноровки. Ваше участие в игре просто необходимо. А как играть, мы вас научим.

Игра «Бумажные мячики»

Эта игра развивает моторику, отрабатывается техника броска мяча. Море положительных эмоций.

Следующая игра «Весёлый поварёнок»

1. Гимнастика для глаз
2. дыхательная гимнастика
3. Самомассаж
4. Гимнастика для ног
5. Дорожка здоровья

А на природе вы можете пройти по песку, гальке, можно поплескаться в воде.

Педагог – психолог: Я познакомлю вас с игрой «**Волшебное озеро**». Эта игра развивает воображение, внимание, способствует тесному сотрудничеству всех, кто в ней участвует.

Сядьте, пожалуйста, вокруг ткани. Перед вами волшебное озеро, которое будет всё время меняться. Нам нужно будет перебраться через озеро на другой берег.

Как только я скажу слово «ШАИ», нужно натянуть ткань так, чтобы она была гладкой.

Шаи! Озеро твёрдое, как лёд, но покрыто слоем липкого мёда.

Держите ткань туго натянутой на полу. Кто хочет показать, как он перебирается через клейкое озеро?

Шаи! Озеро с горячей водой, из которой поднимаются воздушные пузырьки. Двигайте ткань вверх и вниз, чтобы можно было увидеть, как бурлит вода в озере.

Шаи! На озере сильный шторм. По нему идут гигантские волны. Двигайте ткань так, чтобы можно было увидеть волны.

Шаи! Озеро покрылось толстыми льдинами. Тот, кто хочет перебраться через озеро, должен перепрыгивать с льдины на льдину большими прыжками. Двигайте ткань медленно, чтобы было видно, как покачиваются льдины.

Шаи! А теперь поверхность озера из гладкого железа, как сковородка. Держите ткань ровно натянутой. Железо горячее, поэтому нельзя задерживаться на одном месте.

Наконец, мы увидим, как волшебное озеро исчезнет. Встаньте, натяните ткань, А теперь сойдёмся все вместе в центре.

Молодцы, вы все замечательно справились с заданием. Смогли переправиться через волшебное озеро.

Наша встреча подходит к концу. Время пролетело незаметно. Ведь вы играли вместе со своими детьми. А что может быть увлекательнее. Возьмитесь, пожалуйста, за руки. И на прощанье я произнесу слова, а вы мне поможете.

Пусть всё это только игра.

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо – семья,

Дороже её нет на свете!

Обнимите каждый своего ребёнка, скажите друг другу добрые, приятные слова. Мы приготовили вам подборку интересных упражнений, игр, в которые вы сможете играть со своими детьми. Упражнения, которые помогут вам и вашим детям отдохнуть, расслабиться, выплеснуть отрицательные

эмоции, повысить самооценку. Надеемся, что наши рекомендации вам пригодятся.

Большое спасибо за участие!