структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы «Образовательный центр» с. Утевка муниципального района Нефтегорский Самарской области – детский сад «Чайка» с. Утевка

**Тренинг для родителей**

**«Мой ребенок – будущий первоклассник»**

Педагог- психолог:

Пирожкова С.Б.

Утевка 2019г.

Тренинг для родителей «Мой ребенок – будущий первоклассник»

Программа тренинга «Мой ребенок – будущий первоклассник» предназначена для родителей детей подготовительной к школе группы. Тренинг рассчитан на 7 встреч продолжительностью 1-1,5 часа каждая с очередностью 1 раз в неделю. Первые 3 встречи проводятся для родителей, последующие 4 встречи - совместны с родителями и детьми.

Условно программа тренинга разбита на 2 блока. Первый блок направлен на осознание родителями своей воспитательной стратегии, формированию эффективных способов общения с детьми и повышение грамотности родителей в области психологии детей старшего дошкольного – младшего школьного возраста. Второй блок направлен на гармонизацию отношений между родителями и детьми, формированию эффективных способов взаимодействия. При необходимости данные блоки можно использовать отдельно друг от друга в зависимости от поставленных задач.

Целью данного тренинга является профилактика дисгармоничных отношений в семье и формирование навыков сотрудничества взрослого с ребенком на основе подготовки детей к обучению в школе.

Структура занятий:

1. Разминка – включает в себя упражнения на знакомство, а так же энергоповышающие упражнения, снижающие эмоциональное напряжение участников и настраивающие их на дальнейшую совместную работу.

2. Основная часть – включает в себя лекционный материал, а так же игры и упражнения на получение и закрепление нового опыта.

3. Заключение – включает в себя игры и упражнения на сближение, а так же рефлексию полученного опыта.

Блок 1.

Цель: повышение уровня родительской компетентности в вопросах готовности ребенка к обучению в школе и возрастных особенностей детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Задачи:

1. Познакомить родителей с основными понятиями «готовность к обучению в школе», «кризис семи лет», «адаптация к школе».

2. Помочь родителям осознать свои неэффективные способы общения и взаимодействия с детьми.

3. Помочь родителям выработать новые эффективные способы общения с детьми.

4. Помочь родителям осознать и отреагировать свою тревогу и переживания, связанные с поступлением в школу ребенка.

Занятие №1 «Готов ли мой ребенок к школе?»

Цель занятия: знакомство родителей с понятием «готовность к школе»

Задачи:

1. Познакомить участников тренинга друг с другом;

2. Снять эмоциональное и психологическое напряжение;

3. Познакомить с понятием «готовность к обучению в школе».

Оборудование: мяч, ватман, цветные маркеры.

Время: 45-60 минут

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте, уважаемые участники! Сегодня мы начинаем серию занятий для родителей будущих первоклассников. Уже сейчас вы задумываетесь над многими вопросами – в какую школу отдать своего ребенка? Достаточно ли он развит, чтобы справляться со школьными нагрузками и усваивать обучающий материал? Сможет ли он легко и просто влиться в новый коллектив и найти себе друзей? Понравится ли ему учиться? Эти и многие вопросы волнуют родителей на пороге школы.

В течение наших занятий мы попытаемся найти ответы на волнующие нас вопросы.

Упражнение №1 «Мяч»

Цель: запомнить имена участников тренинга и снять напряжение в группе.

Материал: мячик.

Все участники становятся в круг. Ведущий бросает мячик одному из участников, при этом он называет свое имя и имя того, кому адресован мячик. Игра продолжается до тех пор, пока участники не перестанут переспрашивать друг у друга имя и не начнут быстро передавать мяч.

Упражнение №2 «Здравствуй друг»

Здравствуй друг, - здороваться за руку

как ты тут – трогаем плечо

где ты был - за ушко

я скучал - за грудь

ты пришел - руки в стороны

хорошо – обнялись.

Упражнение №3 Принятие правил группы

Прежде чем мы перейдем к упражнению необходимо принять правила

«Этот круг, в котором мы сидим, является пространством нашей группы. В этом пространстве нет ничего и никого кроме нас самих, кроме того, что мы принесли сюда в себе. Это и есть самое главное. Чтобы наше общение было эффективным, чтобы оно помогло каждому решить те задачи, которые он перед собой поставил, необходимо правила, которые будут соблюдаться всеми:

1. активность

2. доброжелательность и уважение

3. правило «СТОП»

4. правило «Я-высказывания»

5. правило на запрет давать оценку

Анализ упражнения:

1 В какой степени предложенные правила ясны участникам?

2 Какие из новых правил оказались полезными, а какие обременительными?

3 Стоит ли принимать дополнительные правила или следует ограничиться традиционными?

Упражнение №4 «Ассоциации»

Цель: подготовка группы к предстоящей совместной работе и создать соответствующей обстановки и настроя.

Материалы: ватман, маркер, мяч.

Психолог предлагает участникам тренинга назвать первые ассоциации на слово «школа».

Участники быстро передают друг другу мяч и называют свои ассоциации. Ведущий в этот момент фиксирует их на доске.

Игра заканчивается, когда темп выполнения задания замедлился, или участники стали повторяться. Ведущий обращает внимание на доску и предлагает участникам проанализировать собранный материал.

Упражнение №5.

Цель: знакомство с понятием «готовность к школе».

Материалы: Ватман с нарисованным домом. У дома прорисован фундамент, стены и крыша. Карточки-блоки с заранее написанными качествами, входящих в определение «готовность к школе». Несколько пустых карточек блоков для самостоятельной работы родителей.

Психолог предлагает родителям определить понятие готовности к школе, рассказать, как они понимают это определение. Ответы родителей записываются на ранее приготовленных заготовках. Психолог читает мини-лекцию о трех составляющих готовности к обучению в школе (физической, интеллектуальной, социальной) и добавляет свои карточки к ответам родителей. Обратная связь родителей.

Психолог сравнивает готовность к школе с домом, у которого есть фундамент, стены и основания и предлагает распределить качества в соответствии с частями дома, с учетом того, что фундамент – это основное развитие и обучение, которое ребенок получил в дошкольном детстве. Стены – это мотивация к обучению в школе и умение учиться. Крыша – это умение родителей поддержать своего ребенка.

Родители выполняют задание. Обсуждение упражнения.

Рефлексия на выходе

- Чем полезна именно для вас данная встреча?

- Что является самым важным из того, чему вы научились в группе?

- Ваши пожелания.

Ритуал прощания

Мы завершаем наше тренинговое занятие. А сейчас будем передавать мяч по кругу и говорить теплые слова. Спасибо, мне было приятно с Вами заниматься. До следующей встречи.

Занятие №2 «Адаптация к школе. Что это такое?»

Цель занятия: знакомство родителей с понятием «адаптация к обучению в школе»

Задачи:

1. Закрепить знания, полученные на первой встрече»

2. Снять эмоциональное и психологическое напряжение;

3. Познакомить с понятием «адаптация к обучению в школе».

Оборудование: мяч, ватман, цветные маркеры.

Время: 45-60 минут

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте, уважаемые участники! Сегодня у нас вторая встреча. На прошлом занятии мы говорили о том, что такое готовность к школе и как определить готов ли ваш ребенок к школе. Давайте вспомним, в чем же заключается готовность к школе? Ответы родителей.

Сегодня мы продолжаем наши встречи и тема занятия «Адаптация к школе. Что это такое?»

Упражнение №1 «Снежный ком»

Цель: запомнить имена участников тренинга и снять напряжение в группе.

Материал: мячик.

Все участники становятся в круг. Ведущий передает по кругу мяч, называя свое имя. Второй участник называет имя предыдущего и свое. Третий участник называет имя двух первых и свое. И так далее по кругу. Последний участник круга должен повторить имена всех участников.

Упражнение №2. Мозговой штурм.

Цель: активизировать мыслительную деятельность участников тренинга, обратиться к их опыту.

Материал: мяч, ватман, маркер

Психолог: Придя в школу жизнь ребенка меняется. Как вы думаете, что изменяется в его жизни? С чем новым приходится сталкиваться первокласснику? Ответы родителей фиксируются на ватмане. При необходимости психолог добавляет ключевые моменты (меняется режим дня, требования взрослых, возрастает доля самостоятельности и ответственности, возникает необходимость выстраивать новые социальные связи с одноклассниками и учителями и т.д.)

Психолог: Как мы видим, ребенок сталкивается с серьезными изменениями жизни. Ему приходится приспосабливаться, то есть адаптироваться, к новым условиям жизни. Этот процесс может протекать легко, а может и достаточно болезненно, в силу ряда причин (отсутствие навыка коммуникации, ребенок не был морально подготовлен к изменениям и т.д.)

Психолог: по каким проявлениям (эмоциональным, физиологическим и т.д.) родитель может догадаться, что ребенок тяжело переживает период адаптации? Ответы родителей фиксируются на ватмане.

Упражнение №3

Цель: активизация адаптивных процессов у участников тренинга.

Материал: шарфики по числу участников.

Психолог: В жизни маленького одноклассника на первый взгляд все остается по-прежнему, но его жизнь претерпевает качественные изменения. Я предлагаю вам соприкоснуться с внутренним ощущением ребенка. Для этого посмотрите на нашу комнату, в которой мы занимаемся. Она вам хорошо знакома, мы не первый раз встречаемся здесь. А теперь, пожалуйста, завяжите глаза и поисследуйте комнату закрытыми глазами в течение пяти минут. Интересно, что изменится?

В течение 5 минут участники тренинга ходят по комнате с завязанными глазами. Психолог страхует участников только в крайнем случае. Очень хорошо, если родители будут натыкаться друг на друга, на различные предметы. Если кто-то из участников снимет повязку с глаз, попросить его выполнить упражнение до конца, а в период обсуждения поинтересоваться, что заставило его снять повязку.

Обсуждаются чувства и эмоции участников, что изменилось, как они стали воспринимать так хорошо знакомое пространство, когда перестали его видеть и т.д.

При обсуждении психолог подчеркивает, что ребенок сталкивается с похожими ощущениями в период адаптации.

Упражнение №4 «Письма друг к другу»

Цель: активизировать мыслительную деятельность участников тренинга, обратиться к их опыту.

Материал: листы бумаги, ручки.

Психолог предлагает родителям разделиться на две команды. Одна команда – дети, другая – родители. Каждая команда пишет письмо другой. «Дети» пишут «родителям» в письме то, что они ждут от них в период адаптации к школе, «родители» описывают «детям» в письме как они будут помогать им адаптироваться к школе.

Обсуждение упражнения.

Рефлексия на выходе

- Чем полезна именно для вас данная встреча?

- Что является самым важным из того, чему вы научились в группе?

- Ваши пожелания.

Ритуал прощания

Мы завершаем наше тренинговое занятие. А сейчас будем передавать мяч по кругу и говорить теплые слова. Спасибо, мне было приятно с Вами заниматься. До следующей встречи.

Занятие № 3 «Кризис семи лет»

Цель занятия: знакомство родителей с основными симптомами и этапами протекания кризиса семи лет.

Задачи:

1. Закрепить знания, полученные на первых встречах;

2. Снять эмоциональное и психологическое напряжение;

3. Познакомить с понятием «кризис семи лет»;

4. Познакомить с неэффективными и эффективными способами коммуникации.

Оборудование: мяч, ватман, цветные маркеры.

Время: 45-60 минут

Ход занятия:

Психолог: Здравствуйте, уважаемые участники! Сегодня у нас очередная встреча, посвященная не менее интересной теме «Кризис семи лет». Но для начала давайте немного разомнемся и настроимся на встречу.

Упражнение №1 “Вопрос соседу».

Цель: снять психологическое напряжение, повысить интерес участников тренинга друг к другу.

Материал: мячик.

Участники сидят в круге. Передавая мяч соседу, каждый задает любой вопрос. Примерные вопросы: Как Вы себя чувствуете? Что с Вами интересного произошло сегодня (вчера)? Чем порадовал Ваш ребенок?

Упражнение №2. Заполнение анкеты.

Участникам тренинга предлагается ответить на вопросы анкеты «Оценка особенностей поведения ребенка 6—7-летнего возраста (анкета для родителей)».

Оцените особенности поведения их ребенка за последние полгода — год. Если данная особенность поведения свойственна ребенку и появилась недавно, соответствующий пункт оценивается в 2 балла; Если указанные особенности появляются время от времени независимо от возраста — 1 балл; При их отсутствии ставится 0. 1. В последнее время (полгода — год) очень сильно изменился, стал совершенно другим. 2. Часто грубит, старается «переговорить» взрослого. 3. Забросил свои любимые игрушки и занятия, постоянно пропадает во дворе с другими ребятами. 4. Потерял интерес к детскому саду, стал ходить туда с большой неохотой. 5. Много спрашивает о школе, просит поиграть с ним в школу. 6. Предпочитает общение с более старшими детьми и взрослыми играм с малышами. 7. Стал упрямым, во всем отстаивает свое мнение. 8. Кривляется, паясничает, говорит писклявым голосом. 9. Постоянно ссорится с родителями по любому, даже незначительному поводу. 10. Стремится подражать взрослым, охотно выполняет их обязанности. Анализ результатов: 20-11 баллов — скорее всего, трудности в воспитании ребенка обусловлены кризисом развития, необходимо пересмотреть свое отношение к нему и систему требований, иначе негативные симптомы кризиса могут стать устойчивыми чертами характера; 10-6 баллов — негативные реакции ребенка являются, скорее всего, проявлением индивидуальных особенностей и/или резуль¬татом неправильного воспитания, а не возрастного кризиса; 5-0 баллов — для этого возраста ребенок слишком спокоен, необходимо приглядеться к нему повнимательней, может быть он отстает от сверстников в своем развитии.

Участники заполняют анкеты, анализируют полученные результаты.

Психолог: Возрастные кризисы – закономерные и необходимые этапы развития ребенка. Кризис – это этап качественного изменения личности ребенка и характеризуется формированием нового образования. На этапе кризиса семи лет происходит изменение типа отношения со взрослыми и сверстниками, смена одного вида деятельности другим (игра, которая является основным видом деятельности в дошкольном возрасте, сменяется стремлением учиться, узнавать новое в 7-8 лет).

Кризисы занимают относительно короткое время: несколько месяцев, год, редко два года.

Негативная симптоматика кризиса: негативизм, упрямство, строптивость и др. Наряду с этим появляются специфические для данного возраста особенности: нарочитость, нелепость, искусственность поведения; паясничанье, вертлявость, клоунада. Ребенок ходит вертлявой походкой, говорит писклявым голосом, корчит рожицы, строит из себя шута. Конечно, детям любого возраста (да порою и взрослым) свойственно говорить глупости, шутить, передразнивать, подражать животным и людям — это не удивляет окружающих и кажется смешным. Напротив, поведение ребенка в период кризиса семи лет имеет нарочитый, шутовской характер, вызывает не улыбку, а осуждение.

Какие выводы мы должны сделать?

Первое. Кризисы развития неизбежны и в определенное время возникают у всех детей, только у одних кризис протекает почти незаметно, сглаженно, а у других бурно и очень болезненно. Второе. Независимо от характера протекания кризиса, появление его симптомов говорит о том, что ребенок стал старше и готов к более серьезной деятельности и более «взрослым» отношениям с окружающими.

Третье. Главное в кризисе развития не его негативный характер (как уже говорилось, трудности в воспитании могут быть почти незаметны), а изменения в детском самосознании — формирование внутренней социальной позиции.

Четвертое. Проявление кризиса в 6-7-летнем возрасте говорит о социальной готовности ребенка к обучению в школе.

Обратная связь родителей. Упражнение №3 “Что радует и что огорчает меня в моем ребенке”

Цель: осознать не эффективные способы коммуникации.

|  |  |
| --- | --- |
| Каждый участник составляет таблицу  Что радует в поведении ребенка | Что огорчает в поведении ребенка |