**Тренинг «Идём в школу с радостью»**

**Цель тренинга** – помочь родителям достойно пройти период начала обучения ребёнка в школе, пополнить необходимыми знаниями, обрести уверенность и снять уровень тревожности при переходе из дошкольного учреждения в начальную школу.

**Задачи**

Развитие коммуникативных умений родителей.

Выработка новых навыков взаи­модействия с ребенком — будущим школьником.

Расширение возможностей понима­ния своего ребенка.

Развитие умения осмысливать свои поступки, взглянуть на себя со стороны.

**Участники** родители.

**Ведущий:** педагог-психолог МДОУ №67.

**Продолжительность:** 1 час 30 минут.

**Необходимые материалы:** мяч, маркер, таблица, чистые листы бумаги.

**Форма работы:** лекция, работа в группах, практические упражнения.

**План тренинга**

**1.** Принятие правил тренинга.

**2.** Опрос самочувствия (участники сразу погружаются в атмосферу "здесь и теперь", рефлексируя свое эмоциональное и физическое состояние, сообщая о своих мыслях и ожиданиях по отношению к предстоящему занятию, иногда рассказывая о снах, увиденных накануне).

**3.** Упражнение « Имя-качество»

**4.** Упражнение «Серьезный момент»

**5.** Игра-ассоциация «Школа»

**6.** Лекция. Что же такое готовность к школе?

**7.** Творческая работа «Как мама и папа в школу ходили» коллаж.

**8.**Упражнение «Школьное буду­щее моего ребенка»

**9.** Игра «Школьные объяснялки»

**Завершение.**

**I. Вводная часть**

**1. Принятие правил тренинга. 5 мин.**

Ведущий знакомит участников с правилами тренинга.

Это доброжелатель­ность друг к другу, взаимное доверие. При выполнении упражнений оценива­ется не личность, а ее деятельность и способы общения.

*Умейте слушать друг друга.*

Это означает не перебивать. Когда кто-то выступает, все остальные хранят молчание.

*Сохраняйте конфиденциальность.*

То, что происходит на тренинге остается между участниками.

*Каждый говорит за себя, от своего имени.*

Стоит говорить не “Все считают, что…”, а “Я считают, что…” и т.п.

**2. (10мин.) Психолог:** Опрос самочувствия (участники сразу погружаются в атмосферу "здесь и теперь", рефлексируя свое эмоциональное и физическое состояние, сообщая о своих мыслях и ожиданиях по отношению к предстоящему занятию, иногда рассказывая о снах, увиденных накануне).

**3. Упражнение « Имя-качество»**

Здравствуйте, уважаемые родители! Давайте познакомимся поближе. (Все родители сидят в кругу.) Каждый из вас сейчас по очереди называет свое имя и какое-то прилагательное (каче­ство), которое начинается на первую букву имени (при затруднении — на вторую). Например, Ирина — ини­циативная (игривая, изобретатель­ная, интеллектуальная, интересная). Второй участник повторяет за первым его имя и качество и называет свое имя и качество, третий называет имя и качество первого и второго, а по­том свое и т. д.

**4. Игра-ассоциация «Школа»**

Итак, к школьной жизни должны быть психологически готовы не только дети, но и родители. Ведь от отноше­ния родителей к школе напрямую за­висят особенности школьной адапта­ции ребенка. Давайте поиграем. По­думайте, с каким словом у вас ас­социируется слово «школа»? Напри­мер, учеба. Следующий участник дол­жен дать свою ассоциацию на слово «учеба» и т. д. (Упражнение выполня­ется по кругу, участники передают мяч друг другу.)

После выполнения упражнения ана­лизируются предъявленные ассоциа­ции. Делается вывод: получена мно­гообразная палитра ощущений, свя­занных с представлениями о школе. Они определяются опытом школьно­го обучения родителей.

**5. Что же такое готовность к школе?** Обычно, когда говорят о готовности к школе, имеют в виду такой уровень физического, психического и социального развития ребёнка, который необходим для успешного усвоения программы без ущерба для его здоровья.

**Психологическая готовность содержит в себе следующие компоненты:**

1. интеллектуальная
2. мотивационная готовность
3. волевая
4. коммуникативная
5. развитие мелкой моторики руки

**Интеллектуальная готовность предполагает** развитость основных психических процессов: восприятия, памяти, внимания, мышления; (ребёнок должен уметь выделять существенное в явлениях окружающей действительности, уметь сравнить их, видеть сходное и отличное, он должен научиться рассуждать, делать выводы).

**Мотивационная готовность предполагает** у школьника желание принять новую социальную роль – роль ученика. Для этого важно, чтобы школа привлекала своей главной деятельностью – учёбой.

**Волевая готовность предполагает**, что ребёнок способен поставить цель, принять решение, наметить план действий, исполнить его, проявить определённые усилия, оценить результат своего усилия; а так же уметь слушать и выполнять указания взрослого.

**Коммуникативная готовность предполагает** потребность ребёнка в общении, в том числе в общении с взрослым на новом уровне, умение войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться.

**Развитие мелкой моторики рук** означает сформированность пальцев рук к осуществлению графических и механических операций, таких как рисование, письмо, лепка, выстригание и т.д.

**Психолог:** всем участникам, я предлагаю взять кружок любого цвета(синий и жёлтый) у кого синий цвет в одну команду, у кого жёлтый в другую.

У каждой команды по две жизненных ситуации. Определите к какому из компонентов готовности относится ваша ситуация и разработайте общие рекомендации для родителей по формированию данного компонента. Время работы 10 минут. По окончанию обсуждения представитель команды отвечает на вопрос, зачитывает рекомендации по развитию одного из компонентов школьной готовности. ***Участники других команд могут дополнить.***

***Ведущий делает вывод.***

А что же произойдёт, если ребёнок в момент поступления в школу не будет психологически готов к такому серьёзному и ответственному моменту?

Ребёнка ждут трудности в усвоении и выполнении предъявляемых требований, низкая школьная успеваемость, нарушение норм поведения и так далее.

Всё это внешние проявления дезадаптации (первичные проявления). По этим причинам пропадает желание ходить в школу, возникает отказ от учёбы, плаксивость, болезненность, что приводит к состоянию эмоционального дискомфорта и соматическим нарушениям. Часто школьные учителя, психологи говорят о «психогенной школьной дезадаптации», которая может выражаться в школьных страхах, неврозах. К школьным неврозам могут приводить на первый взгляд безобидные стереотипы родительского поведения.

**6. Творческая работа «Как мама и папа в школу ходили»**

Поступление в первый класс — важ­ное событие в жизни ребенка. И в этот период он особо нуждается в вашей помощи и поддержке. Давайте при­готовим сюрприз для будущих перво­клашек: оформим стенгазету, а ребя­та среди множества фотографий смо­гут отыскать знакомое лицо мамы или папы, познакомиться со школьной жиз­нью родителей.

Родители приклеивают фото­графии из своего школьного прошло­го, предварительно отсканирован­ные или отксерокопированные; под­писывают их.

**8.Упражнение «Школьное буду­щее моего ребенка»**

Главный совет, который могут дать психологи родителям будущих перво­классников, — любите своего ребен­ка таким, какой он есть, уважайте его индивидуальность, будьте вниматель­ными к его жизни, к его настроению, желаниям. Я предлагаю вашему вни­манию следующее упражнение, кото­рое поможет приоткрыть завесу школь­ного будущего вашего ребенка. Я за­читаю несколько незаконченных пред­ложений, которые вам необходимо за­вершить. Основное условие — закан­чивать предложение необходимо сра­зу, долго не задумываясь. Здесь нет правильных или неправильных ответов, потому что любой из них позволит вам еще раз глубже взглянуть на отноше­ния с ребенком и осознать свою роль в его жизни.

1.Я всегда мечтал(а), чтобы в шко­ле мой ребенок...

2.Когда ребенок оказывается не на высоте, я...

3.Когда моего ребенка хвалят, я...

4.Когда ребенок пойдет в первый класс...

5.Когда он получит двойку или за­мечание, я...

6.Я думаю, что в школе мой сын (дочь)...

Теперь перечитайте каждое предло­жение еще раз и задумайтесь, совпада­ют ли ваши предположения с возмож­ностями вашего ребенка, какое значе­ние именно для вас имеют различные аспекты школьной жизни ребенка и ка­кие ожидания вы связываете с его по­ступлением в школу.

**9. Игра «Школьные объяснялки»**

**Уважаемые родители**, наверняка, вернувшись из школы, малыш захочет вам многое рассказать. Но поймете ли вы его — вот вопрос! Ваши дети от­вечали на вопросы о школе. Эти от­веты я вам сейчас зачитаю. Ваша за­дача — назвать объясняемое детьми понятие (**см. Приложение 2**).

Вызывает унижение, заниженную самооценку – может привести к комплексу неполноценности. У ребёнка, которому постоянно угрожают, могут возникнуть враждебные чувства к родителям.

Мы – родители, педагоги должны поддержать ребёнка в этот сложный период.

Психологический смысл поддержки другого человека состоит в том, чтобы, общаясь с ним, давать ему понять, что вы видите позитивные стороны его личности, на которые он может опереться при ошибках и неудачах. Это значит и то, что следует любить ребёнка не за то, что он красивый, умный, а просто так, за то, что он есть.

**Мы поможем нашим детям, если наше отношение к ним будет включать:**

1. Принятие
2. Внимание
3. Признание (уважение)
4. Одобрение
5. Теплые чувства

**Приложение 1**

**Карточки с ситуациями**

1. Бабушка говорит о своей внучке: «Она у нас тихая, спокойная, не бегает как другие, сидит с куклой и что-то шепчет ей. Прямо «золотой ребёнок». Воспитатели же отмечают, что девочка не знает многое из того, что знают её сверстники. После объяснения не может выполнить аналогичное задание.

Нужно ли активировать интерес ребёнка к окружающему миру?

1. Мама Вани считает, что её сын имеет необходимый запас знаний, умений и навыков для обучения в школе. Но в беседе она узнала, что у него нет желания идти в школу.

        Будет ли успешным обучение ребёнка в школе? Что необходимо предпринять?

1. Серёжа был довольно развитым мальчиком. К моменту поступления в школу он мог читать, считать, знал много стихов. Но не смотря на то, что он пошёл в школу с большой радостью, с первых дней учёбы он стал нарушать школьную дисциплину: вертелся на уроках, не слушал объяснений учителя, делал много ошибок.

          Что послужило причиной неуспеха в школе?

1. Мама рассказывает: «С двух лет Маша находится в обществе детей, но всё равно очень робкая, несмелая, застенчивая. На занятиях активности не проявляет. От сверстников старается держаться подальше. Думаю, что в школьном коллективе ей может быть не легко.

Права ли мама в волнениях?

1. Славик очень хочет научиться писать. Он берёт карандаш двумя пальцами, сильно их сжимает, лицо при этом напряжённо краснеет, он пыхтит, губа нижняя закушена. Слава пытается нарисовать маленькую машинку. Вижу, что трудно, до ужаса! А вот здоровенного кота он умеет рисовать хорошо, усы так и разлетаются в разные стороны. Но ведь буквы-то маленькие, как же он будет в школе?

         Можно ли учить ребёнка писать письменным шрифтом до школы?

**Приложение 2**

**Школьные объяснялки**

К кому в школе обращаются (**к учителю** ).

Хорошо, но бывает — плохо.

Ласково, вежливо.

На «вы» и по имени-отчеству.

Чтобы это получилось на уроке (**привлечь к себе внимание**), нужно

Сделать что-то хорошее.

Подтолкнуть соседа.

Спросить тихо, а не кричать с места.

Поднять руку и быть умным уче­ником.

Что это? (**Урок**)

Когда делаешь в школе и зада­ют домой.

Где учатся, сколько считать, сколь­ко равняется, «плюс» или «минус».

Дети занимаются, что им учитель­ница говорит.

Там, где учитель тебя учит.

Это (**перемена**) нужно, что­бы:

Был на второй день урок.

Дети могли уйти домой, а потом возвратиться.

Переменять урок.

Чтобы есть и отдыхать от уроков.

Приготовиться к следующе­му уроку, сходить в туалет и раз­мяться.

Что это такое? (**Оценка**)

Когда ставят номера.

За всю школу отмечают: кому «кол», кому «два».

Учительница ставит в тетра­ди: 1, 2, 3, 4, 5.

Детям ставят то, что они за­служили.

Если сделал хорошо, тебе «5», а если плохо — «2».

Этот предмет необходим каждому ученику (**дневник**)

Где достают тетради, учеб­ники, ручки.

Тетрадь, в которой нужно пи­сать прописные буквы.

Там пишут разные меропри­ятия и рассказывают рассказы.

Тетрадка, где все уже на­писано.

Где пишут уроки, что зада­ет учитель, записывают оценки.

Что это? (**Каникулы**)

Когда можно получить ма­шину и права за хорошую учебу.

Вообще дома сидишь.

Школа не работает и люди отдыхают.

Дети не ходят в школу и уез­жают отдыхать.

**Упражнение «Серьезный момент»**

О том, что начало обучения ребен­ка в школе — один из самых серьез­ных моментов в его жизни, знают все. Но что значит «серьезный момент»? На этот вопрос я попрошу ответить вас.

Родители выполняют задание, пе­редавая друг другу мяч.

**Например:** новый коллектив, но­вые знания, новая учительница, мно­го новых впечатлений, новые обязан­ности, большие нагрузки.