«Я, ты, он, она – вместе дружная семья»

Форма проведения: тренинг

Цель: создание эмоционального комфорта, доверительных отношений в группе.

Задачи:

1. Снимать дискомфорт, связанный с результатами учебной деятельности со здоровьем.
2. Формировать навыки совместной деятельности.
3. Помогать в осознании и преодолении негативных эмоций и чувств, внутренних переживаний.

Оборудование: воздушные шары, мячи, бумага, фломастеры.

Возраст детей: младший школьный

**Ход работы**

1. Приветствие, вступление.

Здравствуйте, дети! Поприветствуйте друг друга.

Возьмите друг друга за руки, встаньте в круг. Закройте глаза и мысленно пожелайте себе и окружающим удачи во всех делах.

1. Упражнения

*Упражнение «Джин»*

Участники тренинга получают воздушные шарики. Они должны их надуть. Затем дети пишут записки, в которых описывают всё то плохое. С чем им больше не хотелось бы в своей жизни встречаться.

*Упражнение «Падение»*

Ребята становятся в круг, и по очереди каждый из них становится в центр круга. Его раскручивают, и затем он падает на вытянутые руки всех участников круга. Каждый из детей рассказывает о том, что он испытал во время падения.

*Упражнение «Безмолвный диалог»*

Участники тренинга разбиваются на пары, садятся напротив друг друга, получают листы бумаги и фломастеры. Выполняют следующее задание6 они ведут друг с другом диалог, не разговаривая, а лишь изображая вопросы и ответы на бумаге. После выполнения задания дети делятся впечатлениями и обмениваются мнением по выполненному заданию.

*Упражнение «Ассоциации»*

Ребята играют в мяч. Упражнение выполняется по кругу. Бросая мяч, участник называет слово. Другой игрок, получивший мяч, называет в ответ свою ассоциацию на данное слово.

*Упражнение «Паровозик»*

Участники становятся друг за другом. Они кладут руки друг другу на плечи. В задачу первого участника, который находится в голове паровозика, входит движение таким образом, чтобы воображаемые вагоны разорвались. Задача всех остальных – удержаться любой ценой. При этом ни один участник не должен произносить ни слова. После выполнения упражнения участники обсуждают, получилось ли его выполнить.

1. Заключение

Дети и педагог выходят на улицу, чтобы отпустить в небо воздушные шарики из упражнения «Джин»