**Тренинговое занятие в старшей группе**

**''Дружба начинается с улыбки''**

Программное содержание:

* способствовать формированию дружеских взаимоотношений детей в группе, сплочению детского коллектива.
* позитивно настроить детей на совместную работу в группе;
* способствовать развитию у детей умения понимать свое и чужое эмоциональное состояние, выражать при этом сочувствие, сопереживание;
* способствовать формированию у детей уверенности в себе, повысить социальный статус каждого ребенка в группе;
* учить детей находить в своем товарище положительные черты характера, подбирать слова для передачи этих качеств;
* развивать у детей умение понимать друг друга без слов, работать в паре, договариваться между собой;
* способствовать снятию мышечного напряжения у детей.

**Оборудование:** «волшебная коробочка» разрезными картинками на 2 части по количеству детей (машина, коляска, цветок, мяч, самолет, ведерко); парные карточки по количеству детей из серии «Кто, где живет?» (мышь – норка, лиса – нора, собака – будка, медведь – берлога, птица – гнездо, лошадь – конюшня), аудиозапись спокойной музыки для релаксации и веселой музыки.

#### **ХОД ЗАНЯТИЯ:**

**1. Приветствие: «Здравствуй, друг!»**

Дети стоят в кругу, педагог-психолог достает «волшебную коробочку» и просит детей достать по одной карточке. У каждого ребенка в руках оказывается карточка с изображением половины предметной картинки. Задача детей найти вторую половинку и с тем, у кого она находится образовать пару. Когда пары сформированы, дети приступают к приветствию:

Здравствуй, друг! (здороваются за руку)

Как ты тут? (похлопывают друг друга по плечу)

Где ты был? (теребят друг друга за ушко)

Я скучал! (складывают руки на груди в области сердца)

Ты пришел! (разводят руки в сторону)

Хорошо! (обнимаются)

**2. Упражнение «Настроение в кармашке»**

Дети сидят полукругом. Один ребенок выходи и произносит слова:

Утром рано поутру

В детский садик я иду.

И в кармашке я с собой

Настроение несу.

Далее ребенок изображает мимикой и позой свое настроение. Дети отгадывают настроение ребенка, а затем хором произносят:

Из кармашка ты достал

Настроение свое.

Только где его ты взял,

Нам теперь не все равно!

Ребенок после этих слов говорит о том, почему у него сегодня такое настроение, например, «Я сегодня радостный, потому что…» или «Я сегодня злой, потому что…».

**3. Игра «Менялки»**

Игра проводится в кругу. Дети считалкой выбирают водящего – тот выносит свой стул за круг. Получается, что стульев на один меньше, чем играющих. Далее водящий говорит: «Меняются местами те, у кого… (светлые волосы, кто любит мороженое, пришел с мамой и т.п.)». После этого дети, имеющие названный признак, быстро встают и меняются местами, а водящий старается занять свободное место. Ребенок, оставшийся без стула, становится водящим.

**4. Игра «Сороконожка»**

Дети встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде педагога-психолога «сороконожка» начинает двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями и т.д. Главная задача детей – не разорвать цепочку и сохранить «сороконожку».

**5. Игра «Подбери пару»**

Педагог-психолог делит детей на 2 подгруппы. Первой подгруппе раздает карточки с изображением животных, а второй – с изображением места, где эти животные живут. По сигналу педагога-психолога дети должны найти друг друга, при этом им нельзя разговаривать друг с другом. Тот, кто получил карточку с изображением животных, может только изобразить голос или походку животного.

**6. Упражнение «Зеркало»**

Дети по результатам предыдущей игры стоят в парах. Педагог-психолог просит детей договориться между собой о том, кто будет «зеркалом», а кто будет водящим. Задача водящего показывать разные движения, задача «зеркала» - стараться в точности повторить за водящим. Педагог-психолог включает веселую музыку, и дети начинают упражнение. Затем дети меняются ролями.

**7. Релаксация «Тихое озеро»**

Педагог-психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

“Лягте на ковер, закройте глаза и слушайте меня. Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет вас чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотание кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Вы чувствуете себя спокойными счастливыми, вам лень шевелиться. Вы наслаждаетесь покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете…

А теперь открываем глаза. Мы снова в детском саду, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения не покинут нас в течение всего дня”.

**8. Рефлексия.**

Что вам сегодня больше всего понравилось?

Какое у вас сейчас настроение?

Чему вы научились сегодня? Что узнали нового о своих товарищах?

**9. Прощание «До свидания, милый друг!»**

Дети снова встают в пары с тем, с кем они здоровались в начале занятия и прощаются:

До свидания, милый друг!

Очень рад был встрече!