МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 9 «ЧЕБУРАШКА» ГОРОДА ЮЖНО-САХАЛИНСКА

**Мастер-класс**

**«Уроки понимания»**

Составитель: Альбина Геннадьевна Ким

педагог – психолог МБДОУ № 9 «Чебурашка»

г. Южно – Сахалинска

2013 г.

**Мастер-класс по теме: «Уроки понимания»**

**Цель:** научить родителей общаться с детьми, учитывая индивидуальные особенности каждого. Сформировать у них умение управ­лять в критические моменты своими эмоциями и чувствами.

**Оборудование**: фотокарточки с семейного альбома, ватман, листы А4, цветные карандаши, вода, краски, кисточки.

**Ход встречи:**

Ведущий: - Здравствуйте, чтобы научить вас общаться с детьми, учитывая индивидуальные особенности каждого и сформировать у них умение управ­лять в критические моменты своими эмоциями и чувствами. А это вы сами знаете слож­но добиться при высокой загружен­ности, хронической уста­лости. Задача моя как педагога-психолога - научить расслабляться, чтобы не переносить свое раздражение, свя­занное с проблемами на работе или с другими людьми, на от­ношения с ребенком.

**1. Интерактив** (игры – ледоколы, для снятия барьера)

- И как всегда, мы немного разогреемся Игра «Поварята»

Все встают в круг, это кастрюля. Сейчас будем готовить суп (компот, винегрет, салат). Каждый придумывает, чем он будет (мясо, картошка, морковка, лук, капуста, петрушка, соль и т. д.). Ведущий выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя впрыгивает в круг, следующий, прыгнув, берет за руки предыдущего. Пока все «компоненты» не окажутся, в круге, игра про­должается. В результате получается вкусное, красивое блюдо — просто «объедение».

**2. Основная часть**

Ведущий: главным формирующим фактором в развитии эм­патии, является сама жизнь, взаимоотношения в семье и с окружающим миром.

- Вот лишь, несколько упражнений, которые помогут ребенку и вам научиться глубже понимать и чувствовать настроения окружающих.

**«Фотография»**

Рассмотрите с ребенком свой семейный альбом. Показывая фотографии его самого *и* близких. Попросите рассказать, какое настроение было у них при этом, что они чувствовали: удивление, испуг, радость, грусть и т. д. Там, где ребенок затрудняется, помогите ему, расскажите о ситуации, когда была сделана фотография. Упражнение позволяет ребенку развивать понимание чувств и эмоций, укрепляет семейные связи и привязанности.

**«Живая скульптура»**

Участники свободно стоят вместе. Ведущий предлагает одному ребенку, выйти и принять какую-нибудь позу, в которой ему удобно стоять. Следующего участника просят присоединиться к нему какой-нибудь позой в том месте, где много свободного пространства, затем к ним в своей позе присоединяется третий, затем выходит осторожно из скульптуры первый и смотрит на общую композицию, а четвертый занимает любое пустое место в общей скульптуре и так далее.. Тот, кто, давно стоит, отходит, его место занимает следующий.

**замечание:** взрослый выполняет роль скульптора в течение всего, упражнения следит, чтобы участники не застаивались в общей скульптуре и выходя, обязательно смотрели на общую композицию, отслеживая, на что она по­хожа.

**«Зеркало»**

Детям предлагается представить, что они вошли в магазин зеркал. Одна половина группы — зеркала, другая — разные зверушки. Зверушки ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы — зеркала должны точно отражать движения и выражение лиц зверушек.

**« Сиамские близнецы»**

Дети разбиваются на пары, встают плечом к плечу, обнимают друг друга одной рукой за пояс, одну ногу ставят рядом. Теперь они сросшиеся близ­нецы: 2 головы, 3 ноги, одно туловище и 2 руки. Предложите им походить по помещению, присесть, что-то сделать, повернуться, лечь, встать, порисовать и т. д. сонет: Чтобы третья нога была «дружной», ее можно скрепить веревочкой.

**«Рисуем всей семьей»**

Выбрав тему рисунка (сказку, случай из жизни семьи и т. д.), приготовьте большой, мокрый лист, сядьте вокруг него, разрешая подползать к любому месту и рисовать кому что хочется.

**3. Релаксационный этап**

**Игра «На берегу моря»**

**Инструкция.** Взрослым и детям предлагается представить, что они играют на берегу моря, пле­щутся в воде. Вдоволь накупавшись, выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок... Закрывают глаза от яркого солнца, раскидывают в приятной неге руки и ноги.

1. **«Игра с песком»** (на напряжение и расслабление рук).

Наберите в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержитe песок в руках (задержка дыхания). Посыпьте колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхните песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уроните бес­сильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками. Повторить 2-3 раза.

2. **«Игра с муравьем»** (на напряжение и расслабление ног).

Представьте, что на пальцы ног залез муравей (муравьи) и бегает по ним. С силой потяните носки на себя, ноги напряжены, прямые (на вдохе). Оставьте носки в этом по­ложении, прислушайтесь, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросьте муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки смотрят вниз в стороны, расслабьте ноги: они отдыхают. Повторить 2-3 раза.

3. **«Солнышко и тучка»** (на напряжение и расслабление мышц туловища).

Солнце зашло за тучку, стало свежо - сожмитесь в комок, чтобы согреться (задержка дыхания). Солнце вышло из-за тучки, жарко - расслабьтесь: разморило на солнце (на выдохе).

4. **«В уши попала вода»** (на напряжение и расслабление мышц шеи).

В положении лежа на спине ритмично покачайте головой, вытряхивая воду из одного

уха, потом из другого.

5. **«Лицо загорает»** (на напряжение и расслабление мышц лица).

Подбородок загорает - подставьте солнышку подбородок, слегка разожмите губы и зубы (на вдохе). Петит жучок, собирается сесть к кому-нибудь из детей на язык. Креп­ко закройте рот (задержка дыхания). Жучок улетел. Слегка откройте рот, облегченно выдохните воздух. Прогоняя жучка, можно энергично двигать губами. Нос загорает -подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка. Выбирает, на чей нос сесть. Сморщите нос, поднимите верхнюю губу кверху, рот оставьте полуоткрытым (задержка дыхания). Бабочка улетела. Расслабьте мышцы губ и носа (на выдохе). Брови - каче­ли: снова прилетела бабочка, пусть бабочка качается на качелях. Подвигайте бровями вверх-вниз. Бабочка улетела совсем. Спать хочется, расслабьте мышцы лица. Не от­крывая глаз, переползите в тень, примите удобную позу.

6. **«Сон на берегу моря».**

Послушайте шум моря. Представьте, что вам снится сон (ведущий рассказывает его со­держание - варианты сна могут быть разные, в зависимости от того, что делали дети на занятии): вы видите во сне то, чем мы сегодня занимались... (таким образом проис­ходит закрепление полученных впечатлений и навыков). (Пауза.) По сигналу (по счету, когда заиграет дудочка и т. д.) вы проснетесь. (Пауза.)

**Примечание.** По сигналу все энергично или, если этого требует ситуация, медленно и спокойно встают.

**2. Рефлексия.**

Задание: нарисовать свои эмоции, в последствии которого появились ваши чувства, впечатления. - А теперь построим наш большой и дружный семейный дом (выкладывание «кирпичиков» листов бумаги на ковре вместе с детьми и родителями).

Литература

1. Ашиков В. Семейный клуб «Семицветик» // Дошкольное воспитание. — 2000. — № 1.

2. Баркан А.И. Практическая психология для родителей, или Как научиться понимать своего ребенка. — М.: АСТ-ПРЕСС, 2001.

3. Гуров В.Н. Социальная работа дошкольных образовательных учреждений с родителями на основе интеграции семейных и общественных ценностей // Психолог в детском саду. — 2006. — № 2.

4. Детский сад и семья / Под ред. Т.А. Марковой. — М.: Просвещение, 1986.

5. Доронова Т. О взаимодействии дошкольного образовательного учреждения с семьей // Дошкольное воспитание. — 2000. — № 3.

6. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника. — М.: ТЦ Сфера, 2005.

7. Корнеева Е.Н. Эти загадочные малыши. — Ярославль: Академия развития: Академия, К0, 1999.

8. Корнеева Е.Н. Детские капризы. — Ярославль: Академия развития: Академия, К0: Академия Холдинг, 2000.