**А вот и Я!**

Цель – повышение уровня самооценки родителей.

Материал: 1) альбомный лист на каждого участника тренинга; 2) ручка; 3) планшеты; 4) правила тренинга; 5)бейджики; 6) мажорная музыка; 7) цветные карандаши; 8) слово ТРАНСФОРМАТОР =2 штуки; 9) листки А4 = 2 штуки.

**I. Вводная часть**

1. Сообщение темы тренинга.

- Здравствуйте, уважаемые родители! Мы собрались с вами на тренинг «А вот и Я!», который подружит нас и сделает оптимистичнее. Чтобы встреча проходила эффективно, важно соблюдать следующие правила.

= Чтение правил =

2. Игра «Мое имя»

*Цель – повышение уровня самооценки.*

- Давайте, познакомимся поближе. Игра «Мое имя». На альбомном листе напишите вертикально свое полное имя. = Написание имени =

- Расшифруйте каждую букву своего имени в виде положительного качества или качеств, которые характеризуют вас. Время работы 5 минут.

= Выполнение работы. Чтение =

Рефлексия игры.

1. Что Вы чувствовали, когда выполняли это задание?
2. Изменилось ли у Вас отношение к себе?

- Эта игра поможет вам увидеть в себе новые качества, стать увереннее.

3. Игра «Шар в кругу»

*Цель – раскрепощение участников тренинга*.

- Давайте на миг превратимся в детей и пошалим. Игра «Шар в кругу». Возьмемся за руки. Я подбрасываю шар в круг. Мы не выпускаем шар из круга и не даем ему упасть. Подбрасываем его ногами, головой, сцепленными руками.

= Игра =

Рефлексия игры.

1. Каким стало ваше настроение?

**II. Основная часть**

1. Деление на команды.

- Давайте разделимся на 2 команды. На 1, 2 рассчитайтесь.

2.Игра «Слово в слове»

*Цель* ***-*** *объединение членов группы.*

- Образуйте, как можно больше слов из слова ТРАНСФОРМАТОР. Будьте внимательны: каждая буква используется только один раз. Время работы 5 минут.

= Игра. Определение победителя =

Рефлексия игры

1. Как вам работалось в команде?
2. Что вы чувствовали в ходе игры?

3.Игра «Портрет родителя»

*Цель – оптимизация детско-родительских отношений.*

- Уважаемые родители, продолжаем работать в командах. Первая команда составляет портрет идеального родителя, вторая команда – неидеального. Время работы 5 минут.

= Работа в командах. Зачитывание ответов =

Рефлексия игры

1. Испытывали Вы трудности в выполнении задания? Какие?
2. Хотели ли вы выполнять другое задание?
3. Какой портрет родителя Вам ближе?
4. Что мешает родителям быть идеальными?

**III. Заключительная часть**

1. Игра «Я умею»

*Цель – повышение самооценки участников тренинга.*

- Следующая игра «Я умею». Работаем на обратной стороне листа. Возьмите карандаши. Обведите свою ладонь. В центре напишите свое имя. Затем на каждом пальчике напишите какое-либо свое умение. Например, я могу петь, я могу лепить из глины. И так далее. Время работы 3 минуты.

= Игра. Зачитывание ладошек =

- Я уверена, что наш тренинг поможет стать вам идеальными родителями, ведь вы все такие умелые и замечательные.

2. Рефлексия тренинга

Что Вы чувствовали на протяжении всего тренинга?

Что нового Вы открыли в себе?

Изменилось ли у Вас отношение к себе? Почему?

Изменится ли у Вас отношение к собственному ребенку? Почему?

3. Прощание

- Уважаемые родители, мы с вами хорошо поработали. Давайте поблагодарим друг друга аплодисментами.