

## Тренинг «Давайте познакомимся»

**Цель:** знакомство и сближение участников для успешной совместной деятельности.

**Задачи:**

- снятие эмоционального барьера личности;
- повышение культуры общения;
- развитие коммуникативных навыков;
- обучение участников навыкам самовыражения чувств и эмоций.

**Правила тренинга:**

- правило «здесь и теперь»;
- правило искренности и открытости;
- правило «Я»;
- правило активности;
- правило конфиденциальности.

### Сценарий тренинга

Здравствуйте! Очень рада вас видеть в стенах нашего детского сада. Меня зовут Светлана Халимовна, я педагог-психолог. Как ваше настроение? С какими ожиданиями вы шли сюда?

#### Упражнение «Знакомство».

**Цель:** знакомство участников тренинга.

**Инструкция:** предлагаю каждому из вас назвать свое имя и самое главное качество.

Какие качества повторялись? Как вы думаете, почему?

#### Упражнение «Снежный ком».

**Цель:** закрепить в памяти имена участников тренинга.

**Инструкция:** теперь мы с вами закрепим в памяти наши имена! Я называю свое имя, сидящий справа называет мое имя, потом свое. Следующий называет уже два имени перед своим и т.д.

Кто сможет повторить все имена? А в обратном порядке? А если мы поменяемся местами?

#### Упражнение «Атомы и молекулы».

**Цель:** сокращение психологической дистанции; разделение на команды.

**Инструкция:** Представьте, что каждый из вас – это маленький атом, а атомы, как известно, объединяются в молекулы, которые представляют собой довольно устойчивые соединения. Сейчас вы встанете и начнете двигаться в хаотичном порядке, как атомы. По моему хлопку вы объединяетесь в молекулы по столько человек, какую цифру я назову. Повторяется несколько раз, в итоге участники разбиваются на 3 команды для следующего упражнения.

### **Упражнение «Сидячая гусеница».**

**Цель:** завершение упражнения; позитивное настроение на дальнейшую работу.

**Инструкция:** Встаньте все в шеренгу друг за другом. А теперь сомкнитесь в круг. А сейчас присядьте на колени сзади стоящему участнику.

А теперь изобразите грустную, веселую, опаздывающую, гусеницу. А теперь изобразите счастливую уходящую гусеницу.

Наше занятие подошло к концу, расскажите, что вам понравилось? Что не понравилось? Что было самым веселым? Что было самым сложным?

Спасибо, мне было очень приятно с вами работать!