**Игры и упражнения для родителей**

Гарантом эффективности работы с родителями являются:
• установка на работу с родителями как на работу с единомышленника ми (вместо установки "родитель - враг, соперник");
• доброжелательно е отношение к ребенку и родителям (вместо обвиняющей позиции педагога);
• заинтересованность педагога в решении проблемы ребенка (вместо формального общения, "для галочки");
• системный характер работы с родителями (вместо спонтанных, "одноразовых" мероприятий).

Игры и упражнения ориентированы на развитие разнообразных умений и навыков: социальных, коммуникативных, мыслительных, художественных, организаторских. Они позволяют учить родителей выражать свои мысли и чувства, анализировать проживаемый в игре опыт поведения и взаимодействия, способствуют признанию чужого и собственного «Я».

**Знакомство. Настрой на общение.**

 ***Приветствия***

*Первый вариант*

Каждый участник родительского собрания говорит своему со­седу, называя его по имени: «Здравствуйте, я рад Вас видеть!» - и обязательно добавляет что-нибудь приятное для человека.

*Второй вариант*

Каждый говорит по очереди всем приветствие, причем не по­вторяясь. Можно на различных языках.

*Третий вариант*

Родителям предлагается разделиться на малые группы (по цве­ту одежды, по знаку зодиака, по первой букве имени и т. д.) и при­думать соответствующее приветствие всем участникам.

*Четвертый вариант*

Сформулировать официальное приветствие на президентском уровне от имени сказочного героя, героя мультфильма и др.

 ***Девиз родительского собрания***

Родители выбирают девиз, под которым будут работать на со­брании. Если мнения разделятся, то можно договориться об ис­пользовании ранее предложенных вариантов на предыдущих со­браниях, чтобы все были удовлетворены.

 **«Свободный микрофон»**

По очереди участники рассказывают о себе (имя, фамилия, где работаю, интересы, увлечения, жизненные планы, что-то, что еще хотелось бы сказать о себе). Можно использовать какой-либо предмет в качестве «микрофона» и передавать его друг другу. Можно передавать слово другому, перекидывая мячик.

 **« Взаимопредставление» («Расскажи мне о другом»)**

Участники объединяются в пары. В течение 1 минуты в каждой паре ребята по очереди рассказывают друг другу о себе. Затем каждый участник представляет всем своего партнера.

 **«Ладошки»**

Каждый участник обводит на листке бумаги контур своей ладошки. В центре пишет имя и на каждом нарисованном пальце – свое отличительное качество, черту характера. Затем передает листочек соседу справа, и тот пишет на листочке вокруг нарисованной ладони какое-нибудь пожелание или комплимент. Так каждый листочек передается по кругу и возвращается владельцу с адресованными ему многочисленными надписями, пожеланиями.

 **Здравствуй!**
Цель: знакомство, вовлечение всех участников группы в работу.
Ход: Группа садится в круг. Используется мяч. Взрослый кидает мяч со словами: «Здравствуй! Как тебя зовут?». Возможно использование любых вопросов на интересующие темы.

 **«Самопрезентация».**

Участникам раздаются карточки и карандаши для оформления «визиток». Через некоторое время (5-7 минут) необходимо предъявить свою «визитку», рассказать коротко о себе, о своих ожиданиях и опасениях, связанных с тренингом.

 **"Снежный ком"**

Первый по кругу (а это учитель) называет свое имя так и с такой интонацией, как он хотел бы, чтобы к нему обращались остальные участники. Второй повторяет имя первого и называет себя, третий повторяет всех предыдущих и добавляет свое имя и так далее. Учитель заканчивает игру, повторяя имена всех участников. При этом можно добавить, что, называя друг друга по имени, мы делаем приятное друг другу. Дейл Карнеги утверждает, что "для человека нет ничего более приятного, чем звук его собственного имени"

Участники по очереди называют не только свое имя, но добавляют какое-либо качество, характеризующее их личность в целом или настроение в данный момент. Качество должно начинаться на первую букву имени. Например: «Я - Татьяна, я – творческая (или трудолюбивая, или тихая, или терпеливая)». Участники могут проявить себя с творческой стороны, отнестись к заданию с юмором и давать более сложное определение качеству, например: «Я – Татьяна, я - трудно просыпающаяся по утрам (или тревожно-мнительная)».

 **Игра «Связующая нить»**

Участники стоят, по кругу передавал клубок ниток, так чтобы все взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, какое у них впечатление от собрания, что могут пожелать. Когда клубок возвращается к ведущему, участники натягивают нить. Ведущий обращает внимание на то, что искренность ответов и доброжелательный настрой всех сделали данную встречу интересной и познавательной.

 **«Веселый мячик».**

Игроки, сидя по кругу, передают мяч, произнося считалку: «Вот бежит веселый мячик, быстро-быстро по рукам. У кого веселый мячик, тот расскажет что-то нам». Каждый игрок, получивший в руки мяч, рассказывает всем:

— поучительную историю из своей жизни;

— о счастливом дне;

* о том, кто оказал ему помощь;
* о том, чего не могло бы быть;

— о любимом занятии.

 **«Шапка ответов».**

Ведущий задает вопрос (например: «Что самое трудное в общении детей и родителей?»), а все записывают ответ на листочках (его можно не подписывать) и опускают в «шапку». После этого ведущий вынимает записки с ответами, зачитыва­ет их, и начинается обсуждение.

## Разогревающее упражнение «Ассоциации»

*Цель:*актуализировать эмоциональный пласт опыта родителей связанный с конфликтами, и таким образом подготовить их к ролевой игре «В Зазеркалье».

*Инструкция:* «Подберите, пожалуйста, словесные (вербальные) и образные ассоциации к слову конфликт. Напишите и нарисуйте их на флип-чарте».

*Ассоциации родителей:* гром и молния; злость, ярость, обида; шум в пчелином улее, кошки скребут; взрыв (2), падение; расхождение принципов, тяжелый осадок, тяжесть на душе, разбитое сердце.

Р**ефлексия родительских чувств по отношению к ребенку.**

 **«Клубочек»**

Участникам предлагается произнести имя, ласковые слова, которыми называют ребенка в семье, при этом перекатывая клубочек друг другу. Упражнение повторяется 2-3 раза. Актуализация чувств.

 **«За что я себя люблю, за что я себя ругаю»**

Поделить лист на две половины. И в течение 2-3 минут занести в колонки одобрительные и осуждающие высказывания. По окончании упражнения проанализировать, в какой колонке вы­сказываний больше, а в какой меньше. Актуализация чувств. Обсуждение.

 **«Что мне нравится в моем ребенке, так это...»**

В течение 2-х минут участники пишут положительные качества, имеющиеся у ребенка, либо воспринимаемые таковыми. По окончании упражнения написанное зачитывается. Участники делятся своими чувствами и переживаниями.

 **«Что меня огорчает в моем ребенке, так это...»**

Упражнение выполняется аналогично предыдущему. Обсуждение.

 **«Коршун и ягненок» (Выбор позиции)**

*Возможность прочувствовать и осознать эмоциональное состояние родителя и ребенка в каждой из ролей.*

Разделившись попарно, участники поочередно находятся в позиции «коршуна» и «ягненка». «Коршун» стоит, а «ягненок» сидит. Об­суждается любая произвольная

**«Шапка ответов».**

Ведущий задает вопрос (например: «Что самое трудное в общении детей и родителей?»), а все записывают ответ на листочках (его можно не подписывать) и опускают в «шапку». После этого ведущий вынимает записки с ответами, зачитыва­ет их, и начинается обсуждение.

**Разогревающее упражнение «Ассоциации»**

*Цель:*актуализировать эмоциональный пласт опыта родителей связанный с конфликтами, и таким образом подготовить их к ролевой игре «В Зазеркалье».

*Инструкция:* «Подберите, пожалуйста, словесные (вербальные) и образные ассоциации к слову конфликт. Напишите и нарисуйте их на флип-чарте».

*Ассоциации родителей:* гром и молния; злость, ярость, обида; шум в пчелином улее, кошки скребут; взрыв (2), падение; расхождение принципов, тяжелый осадок, тяжесть на душе, разбитое сердце.

Р**ефлексия родительских чувств по отношению к ребенку.**

 **«Клубочек»**

Участникам предлагается произнести имя, ласковые слова, которыми называют ребенка в семье, при этом перекатывая клубочек друг другу. Упражнение повторяется 2-3 раза. Актуализация чувств.

 **«За что я себя люблю, за что я себя ругаю»**

Поделить лист на две половины. И в течение 2-3 минут занести в колонки одобрительные и осуждающие высказывания. По окончании упражнения проанализировать, в какой колонке вы­сказываний больше, а в какой меньше. Актуализация чувств. Обсуждение.

 **«Что мне нравится в моем ребенке, так это...»**

В течение 2-х минут участники пишут положительные качества, имеющиеся у ребенка, либо воспринимаемые таковыми. По окончании упражнения написанное зачитывается. Участники делятся своими чувствами и переживаниями.

 **«Что меня огорчает в моем ребенке, так это...»**

Упражнение выполняется аналогично предыдущему. Обсуждение.

 **«Коршун и ягненок» (Выбор позиции)**

*Возможность прочувствовать и осознать эмоциональное состояние родителя и ребенка в каждой из ролей.*

Разделившись попарно, участники поочередно находятся в позиции «коршуна» и «ягненка». «Коршун» стоит, а «ягненок» сидит. Об­суждается любая произвольная тема В конце упражнения обсуж­даются вопросы: «Что чувствует «ягненок» и что «коршун»?». «Ка­кая позиция предпочтительнее?», «В какой позиции чаще находит­ся ребенок, в какой родитель?»

 **«От чего вы бываете счастливы?»**

*Рефлексия позитивного эмоциональною состояния родителя, ре­бенка и актуализация состояния общего эмоционального подъема.* Рефлексия родительских чувств и чувств ребенка. Участникам предлагается ответить на вопросы: «От чего вы бывае­те счастливы?», «От чего счастливы ваши дети?» Для этого следует разделить лист бумаги пополам, для каждой номинации. Упражнение выполняется 5 минут. Далее, анализируя совпадение моментов счастья детей и родителей, каждый участник отвечает на вопрос: «Возможно ли общее счастье?» Обмен мнениями, впечатлениями.

 **«Пиктограмма»**

*Рефлексия характера отношения к ребенку.*

Участникам предлагается зарисовать ассоциативные образы на прочитанные 10 слов: гроза, радость, весенний день, счастье, праздник, ребенок, разлука, горе, беда, болезнь. Каждый обращает внимание на резкие линии в рисунках 1, 7, 8, 9, 10 и округлые, плавные во 2, 3, 4, 5 рисунках. Особое внимание 6-му рисунку - форма линий говорит об отношении к ребенку. Ино­гда этот невербальный сигнал заставляет задуматься и, возможно, открыть что-то новое для себя и характере отношения к ребенку- Психологически одобряемое, принимаемое выражается в плавных линиях, неодобряемое, не принимаемое - в резких, угловатых.

 **«Нельзя»**

*Рефлексия чувств ребенка на родительские запреты на потребность ребенка в познании окружающего мира.*

Один из участников - «ребенок» - сидит на стуле в центре круга. Ве­дущий, говоря об этапах развития ребенка и его познавательных по­требностей, поочередно связывает шарфом руки («нельзя трогать»), ноги («нельзя туда ходить»), далее завязываются уши («не слушай, это не для твоих ушей») и, наконец, - глаза («не смотри, это нельзя смот­реть детям»). Часто говорим: «Помолчи!» (завязывается рот). Ведущий спрашивает «обвязанного», что он при этом чувствует. Высказывания родителя - «ребенка» позволяют другим участникам понять, осознать и сопережить весь негатив родительских запретов. Обмен мнениями.

 **«Скульптура семьи»**

*Рефлексия взаимоотношений в семье*, собственных чувств и эмоцио­нального состояния. Приобретение эмоционально-чувственного опыта. Каждому участнику предлагается создать скульптуру семьи. Каждому помогают другие участники. В «скульптуре» может участвовать любое количество персонажей, значимых для «скульптора». Веду­щий зарисовывает схему «скульптуры» и обозначает каждого кон­кретного персонажа, называемого «скульптором». Посредством во­просов: «Почему ты поместил того или иного персонажа на это ме­сто?», «Какие чувства ты испытываешь в связи с этим?» и др., воз­можно создание условий для прочувствования и осознания участ­ником его отношения к членам семьи.

 **«Идеальный родитель»**

*Рефлексия собственных чувств, чувств ребенка*. По желанию один родитель - «родитель», другой - «ребенок». По­скольку «идеальный родитель» - это огромная величина, ему по­ложено находиться на пьедестале. «Родитель» встает на стул. Ра­зыгрывается любая ситуация. Например, ребенок приходит домой, получив «двойку». Начинается диалог «родителя» и «ребенка». Группа и ведущий не только следуют за их разговором, но и обра­щают внимание на невербальные знаки: позу, жесты, движения те­ла, мимику. После окончания упражнения участники диалога отве­чают на вопрос: «Что каждый чувствовал, находясь в своей роли?», «Какие переживания испытал?», «Что подумал?» Обсуждение.

 **«Почувствуйте себя ребенком»**

*Оживление прошлого эмоционально-чувственного опыта. Рефлек­сия чувств.*

Сесть удобно, закрыть глаза, вспомнить свое детство: каким оно было, что больше всего радовало, что больше всего обижало. Упражнение выполняется 3 минуты. После этого участникам пред­лагается отрефлексировать свои чувства.

 **«Диалог»**

*Рефлексия чувств, эмоционального состояния.* Упражнение в парах. Участникам предлагается вести диалог в те­чение 4-х минут, меняя позиции по сигналу. 1 мин: стоя спиной друг к другу; 1 мин: один участник сидит, другой - стоит; 1 мин: участники меняются местами: 1 мин: участники сидят друг против друга.

После выполнения участники анализируют свое состояние в зави­симости от позиции общения.

 **«Я-высказывания»**

*Рефлексия чувств, освоение коммуникативных умений.* Один участник - «родитель», другой - «ребенок». Ведется диалог по поводу того, что ребенок не делает уборку в своей комнате или часто обижает брата (сестру). Попытаться вести разговор, начиная фразу не с «ты», а с «я». Участники меняются местами. Темы раз­говора могут быть и другие. Обсуждение.

 **«Золотая середина»**

Рефлексия доминантного, или ведущего, принципа (фона) во взаи­моотношениях с ребенком.

Каждый участник письменно перечисляет свои требования и запре­ты по отношению к ребенку: 1 -й: «Я запрещаю ребенку...» 2-й: «Я разрешаю, но ставлю условия...» 3-й: «Я не разрешаю, но иногда уступаю...» 4-й: «Я разрешаю...»

Участники анализируют, что доминирует: запреты, ограничения, уступки или разрешения.

 **Упражнение «Любящий взгляд»**
Один участник выходит за дверь. Его задача – определить, кто из группы будет смотреть на него «любящим» взглядом. Ведущий назначает в его отсутствие двух-трех человек. Затем выбирается другой отгадывающий. Количество смотрящих любящим взглядом увеличивается.

 **Упражнение «Праздник хвастунов».**

В течение минуты необходимо назвать как можно больше положительных моментов из жизни семьи. Соревновательный контекст этого упражнения позволяет родителям раскрепоститься , творчески подойти к поиску все новых своих вкладов в групповой процесс. Таким образом, раскрывается поле для осознания роли ребенка в создании и сохранении семейной атмосферы.

**Раскрепощение, создание доверительных отношений в группе, сплочение родителей.**

Эти игры необходимы, чтобы поддерживать участников в рабочем состоянии. Обычно эти упражнения включают в себя много активных движений: прыжки, движения головой, руками, ногами и т.д

Цель: активизировать, «разогреть» членов группы, создать у них определенное эмоциональное настроение, снять напряженность.

 **"Самолетик"**

Цель: попытаться договориться друг с другом, распределить, кто, что будет делать и выполнить сообща задание.
Ход: от каждой группы по паре участников – остальные поддерживают. Пары участников берут друг друга за руку и свободными руками делают бумажный самолетик (или делают сердечко обрывая лист)

 **«Пустой стул»**

Участники делятся на первый-второй. Участники под номером «один» садятся в круг, под номером «два» — встают за их стульями. Один стул должен оставаться свободным. Задача участника, стоящего за стулом, — взглядом пригласить кого-нибудь из сидящих на свой стул. Участник, заметивший, что его приглашают, должен перебежать на свободный стул. Задача партнера, стоящего за ним — задержать

 **«Ураган»**

Участники садятся в круг, ведущий выходит в центр круга и предлагает поменяться местами всем, кто обладает определенным признаком (белой рубашкой, почищенными утром зубами, черными глазами и т.д.). Причем, если участник обладает названным признаком, он обязательно должен поменять свое место или стать ведущим. Ведущий называет только тот признак, которым он на данный момент обладает. Когда участники меняются местами, он должен занять чье-нибудь место. Оставшийся без стула участник становится ведущим. Если участник долго не может сесть в круг, он может сказать «Ураган», и тогда все сидящие в кругу должны поменяться местами

 **«Молекулы» или «Броуновское движение»**

Под музыку все участники свободно передвигаются. В любой момент ведущий может дать сигнал: «Соберитесь в группы по 5 человек (по 3, по 7 ...)!». Участникам необходимо быстро организовать такие группы, встав в круг и взявшись за руки. И так несколько раз, меняя число человек в группах (число атомов в молекуле).

 **«Аплодисменты».**

Ведущий поднимает и опускает руки. Чем выше (ниже) руки, тем громче (тише) участтники хлопают в ладони.

 **«Поменяйтесь местами».**

Все участники садятся на стулья, по­ставленные полукругом. Ведущий стоит. Он говорит: «Поменяйтесь местами те, кто...» (варианты: любит своих родителей, любит своих детей, несколько раз в день хвалит своего ребенка, несколько раз в день благодарит своего ребенка или роди­теля; иногда ворчит и т.д.). В то время, пока игроки меняются местами, ведущий старается занять свободное место.

 **«Чем мы похожи»**

Ведущий разбивает участников на микро-группы по 3 человека. В ходе короткого свободного общения в "тройках" участники должны найти несколько общих признаков, которые объединяют всех членов группы. Затем группы представляют результаты.

 **«Чем мы похожи»**

Ведущий разделяет участников на микро-группы и просит выполнить следующие задания:

* + - Найти 3 общих признака во внешности.
		- Найти 3 общих признака в биографии.
		- Найти 3 общих увлечения членов группы.
		- Придумать название своей группе и представить ее, объяснив смысл названия.

 **«Вертушка общения»**

Участники рассчитываются на первый-второй. Первые номера образуют внутренний круг и располагаются спиной к центру круга. Вторые номера образуют внешний круг и располагаются лицом к центру. Таким образом каждый участник стоит напротив другого. Внутренний круг – неподвижный, внешний – подвижный, по сигналу педагога все его участники перемещаются вправо и оказываются перед новым партнером. Задание: поприветствовать друг друга разными способами (как джентльмены, как индейцы, как матрешки, как неформалы, по-восточному и т.д.). При этом каждый приветствует каждого. Внешний круг смещается по часовой стрелке, каждый раз ученик приветствует нового партнера и получает ответное приветствие.

*Примечание:* Эта игра позволяет всех участников одновременно включить в процесс взаимного общения, заставляет тесно взаимодействовать друг с другом. Поскольку партнеры меняются, то участники приобретают опыт общения с разными людьми, учатся преодолевать барьеры в общении. Игра занимательна, вызывает радостные эмоции, смех и веселье. В то же время способствует развитию воображения, находчивости, сообразительности.

**Упражнения для завершения встречи**

**«Подарите подарок»**

Каждый своему соседу слева дарит воображаемый подарок. Он изображает этот предмет мимикой, пантомимой, жестами. Получивший подарок должен отгадать, что он получил и поблагодарить. Далее он придумывает и «передает» свой подарок следующему участнику.

**«Конверты для добрых пожеланий»**

Материалы: конверты и карандаши или фломастеры каждому участнику. Кроме того, каждому потребуется столько листов бумаги, сколько участников в группе, включая вас.

Попросите участников написать свои имена на конвертах. Дальше попросите их написать, и напишите сами пожелание, благодарность для каждого члена группы. Сложите все листочки в соответствующие конверты. Если участники захотят, они могут поделиться этими высказываниями с группой.

**«Комплименты».**

Участники встают в круг. Тот. у кого в руках мяч, говорит кому-нибудь. из участников игры комплимент и бросает ему мяч. Второй ж рок благодарит затем го­ворит комплимент уже кому-нибудь другому комплимент. Причем комплимент бывает не только по поводу внешности, но и делах. После игры нужно выяснить, какой комплимент понравился больше других.

**Солнышко пожеланий.**

Каждый участник рисует солнышко с лучами по количеству присутствующих. Листы передаются по кругу. Каждый пишет пожелание на одном лучике, пока рисунок не вернется к нему.

**Упражнение«Аплодисменты»**
Цель: снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.
Предложить в завершении положить на одну ладонь улыбку, на другую - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисментах.

 ***Взаимодейст­вие педагогов, работающих с семьей и семьи — целе­направленный процесс, в ре­зультате кото­рого создаются благоприятные условия для развития ре­бёнка. Чем вы­ше уровень это­го взаимодейст­вия, тем успеш­нее решаются и проблемы вос­питания детей.***

***Семь обязательных правил:***

* **Уважайте**
* **Помогайте**
* **Объясняйте**
* **Доверяйте**
* **Учитесь**
* **Спрашивайте**
* **Благодарите**