

Тренинг для педагогов «Вместе весело шагать».

Цель: Сплочение педагогического коллектива.

Задачи:

Совершенствование навыков коммуникации и рефлексии.

Снятие эмоционального напряжения.

Педагог-психолог: Добрый день уважаемые коллеги. Я рада всех вас видеть.

Наша встреча называется «Вместе весело шагать».

Её цель совершенствование навыков коммуникации и рефлексии.

Так как наш тренинг это тренинг общения, то давайте для себя выясним, что же для каждого означает слово «общение». (*Высказывание участников записываются и потом зачитываются*).

Например:

- Контакт
- Беседа
- Встреча
- Разговор
- Переговоры
- Обмен информацией
- Процесс восприятия и познания друг друга
- Прием информации
- Передача информации
- Самовыражение
- Поддержка
- Взаимопонимание
- Сплочение

И т.д.

Общение пронизывает всю нашу жизнь, это такая же человеческая потребность, как вода и пища. Человек без общения не может жить среди людей, развиваться и творить. Успешность работы педагога, сопряженной с постоянными контактами с родителями и детьми зависит от умения общаться. Поэтому общение всегда было значимым в жизни человека и его личностном развитии.

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания, настроить коллег на совместную работу.

Уважаемые коллеги, я предлагаю вам встать в круг и в нем свободно передвигаться, так как вам хочется. А теперь, я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро «поздороваться» друг с другом.

Слушайте внимательно!

- Правая рука к правой руке!
- Нос к носу!
- Спина к спине!
- Друг к дружке.

- Носок к носку!
- Живот к животу!
- Лоб ко лбу!
- Друг к дружке.
- Бок к боку!
- Колено к колену!
- Мизинец к мизинцу!
- Друг к дружке.
- Бедро к бедру!
- Ухо к уху!
- Пятка к пятке!
- Друг к дружке.
- Затылок к затылку!
- Локоть к локтю!
- Кулак к кулаку!
- Друг к дружке.

Пожмите друг другу руки. Молодцы. Спасибо.

Упражнение «Гусеница»

Цель: преодоление межличностных барьеров в общении и деятельности взрослых, проявление интереса и внимание к коллегам, научить понимать индивидуальные особенности друг друга, сформировать навыки социального взаимодействия.

Команда становится друг за другом в колонну, между каждым участником воздушный шар – это гусеница, которая не может разрываться. Гусеница должна показывать, как она спит, передвигается, делает зарядку, умывается и т. д.

Игра «Слово в слове»

Цель: развитие мышления, сообразительности, навыка работы в команде.

Образуйте, как можно больше слов из слова СТАБИЛИЗАТОР. Время работы 5 мин. (*Затор, тор, Лиза, бил...*)

Упражнение «Я такой же, как и ты»

Педагог-психолог: У меня в руках мячик. Тот, кому этот мячик достанется, бросает его любому педагогу, и обратившись по имени, объясняет, почему он такой же. «Я такой же, как ты, потому что...».

Вопросы:

- Почему сложно было выполнять задания? Какие трудности возникли? Как вы считаете, с чем это связано?

Упражнение «10 секунд»

Психолог: сейчас вы начнете быстрое и спонтанное движение по комнате, будьте внимательны, потому что время от времени вам придется реагировать на разнообразные задания ведущего и выполнять их в кратчайший срок.

Каждое задание необходимо выполнить с максимальной точностью.

- Распределиться на тех, у кого есть часы на руке и у кого их нет!
- Продолжаем ходьбу. Распределиться по стилю обуви.
- По длине волос

- По цвету глаз

-По любимому занятию в свободное время.

Вопрос: Как вы считаете, для чего нужно это задание? Возникали ли сложности?

Релаксация «Страна Времени»

Цель: снятие психического напряжения.

Педагог-психолог: «Расслабьтесь... Можете закрыть глаза... Представьте, что вы находитесь в Стране Времени. Вы смотрите на Волшебные Часы и возвращаетесь в детство. Вы видите дом, в котором оказались сразу после рождения. Это самые первые минуты вашей жизни. Вы младенец. Что вы видите вокруг себя? Видите ли лица? Кто это? Что вы слышите? Какой запах вы чувствуете? А теперь осознайте этот момент времени. Время бежит дальше, вы вырастаете. Вы ребенок. Вот еще один чудесный момент вашей жизни. Сколько вам лет? Три? Четыре? А может быть, пять или шесть? Где вы? Кто находится рядом? Что вам говорят, что вы отвечаете? Что вы видите вокруг себя? Какие слышите звуки? Может быть, вы видите рядом предметы, какие они? Что вы чувствуете? Осознайте то, что видите, слышите, чувствуете в этот момент времени, в котором вам от трех до шести лет... А сейчас Волшебные Часы переносят вас во время юности, когда вам от десяти до шестнадцати лет. Время первой любви, надежд, разочарований, счастья. Каким человеком вы были тогда? Вспомните свой любимый наряд, прическу, музыку. Вспомните свой девиз жизни в тот период времени? А сейчас вы оказываетесь во времени, где вам столько лет, сколько сейчас. Рядом с вами люди. Кто они? У вас есть что-то ценное — что это? Мы возвращаемся в настоящее. Мы чувствуем звуки, видим людей, нам хорошо и спокойно».

Рефлексия занятия

Цель: получение обратной связи.

1. Что ты чувствовал на протяжении всего тренинга?
2. Тебе нравится работать в команде или ты предпочёл бы работать индивидуально?
3. Желает ли ты что-нибудь сказать участнику или участникам тренинга?
4. Что вы пожелаете ведущему тренинга?

2.Игра - прощание «Лицом к лицу»

Цель: развитие коммуникативной компетентности.

- Уважаемые коллеги, наша встреча заканчивается. Прошу всех встать в круг, посмотреть друг на друга и сказать всем вместе «Спасибо всем! До новых встреч!

Педагог-психолог: Спасибо всем за участие, искренность. Желаю вам всегда понимать себя и других. Удачи!
