Психологический тренинг для детей старшего дошкольного возраста на усиление сплоченности группы.

**Общая цель:**

Усиление сплоченности группы, снятие эмоционального напряжения.

 **Задачи:**

 -позитивно настроить детей на совместную работу в группе;

- способствовать снятию мышечного напряжения.

 Приветствие

Ритуальное приветствие (2 минуты)

Процедура: каждый должен бросить мяч одному из участников группы и сказать ему «Привет… (имя)». Повторяться нельзя.

«Поздоровайся телом» (5 минут)

Процедура: - Ребята, как вы приветствуете друг друга, когда приходите утром в детский сад? (ответы детей).

Давайте поздороваемся со своими товарищами не словами, а телом. Когда я хлопну 1 раз в ладоши - вы пожмете руку товарищу. Когда я хлопну 2 раза в ладоши - вы дотронетесь друг до друга локтями. Когда я хлопну 3 раз в ладоши - вы дотронетесь друг до друга спинами.

 Основная часть

Игра «В чудесном королевстве…» (10 минут)

Процедура: игра основывается на упражнении «Змейка» - дети встают в колонну за психологом и кладут руки на плечи впереди стоящих, и в таком положении им нужно будет преодолевать различные препятствия.

Установка: когда вы стоите в колонне, следует думать не только о себе, но и о других. Старайтесь не разорвать колонну. Кто разрывает колонну, попадет в плен к волшебной королеве и не сможет продолжить движение вместе со всеми.

Когда в плен попадает 5 детей, остальные должны спасти их, выполнив задания.

Ребята, вы должны встать в колонну и передать мяч над своими головами, не уронив его.

Стоя в колонне, передаем мяч между ногами.

Из участников вашей группы вы должны построить квадрат.

Из участников вашей группы вы должны построить треугольник.

 «Запрещенное движение» (5 минут)

Процедура: Дети, идя по кругу, повторяют все движения за психологом, кроме одного, например: «Руки вверх!». Тот, кто выполняет «запрещенное» движение, становится в конец колонны. Таким образом, более внимательные дети окажутся в начале колонны, и они считаются победителями.

«Назови ласково» (5-7 мин)

Процедура: Назови соседа с право ласковым словом

«Подарок другу» (10мин)

Процедура: Дети рисуют цветными карандашами рисунок для друга. Дарят соседу.

 Рефлексия

Ребята, было ли вам трудно выполнять упражнения? Что понравилось? Почему? Что запомнилось?

 Ритуал прощания

«Приятного дня» (2 минуты)

Процедура: На магнитной доске изображено ладонь и сердце. Ребенок выбирает, что он хочет сделать. (Сердце - обнять, ладонь - ударить по ладони.)