

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ:  
«Давайте жить дружно»

*(декабрь)*

Подготовил: педагог-психолог  
Аванесян С.С.

Ставрополь, 2023 г.

**Цель:** сплотить коллектив, повысить психологический комфорт воспитателей, развивать скорость мышления и работоспособность, умение работать в коллективе, договариваться без слов и чувствовать друг друга, быть единым целым.

### Ход занятия

#### Игра «Знакомство»

Здравствуйтесь, дорогие друзья! Я очень рада вас видеть. Мы собрались с вами, чтобы узнать друг друга получше, научиться работать в команде и весело провести время. Сейчас я предлагаю каждому из вас представиться и показать жестами свое настроение, например, я Сюзанна, и у меня сегодня настроение вот такое...». *(Педагог-психолог прыгает и делает взмах руками, чтобы изобразить радость. Педагоги по очереди представляются и показывают настроение.)*

#### Игра «Поменяйся местами»

Дорогие коллеги, сейчас я предлагаю вам встать вокруг меня в полукруг. *(Педагоги выстраиваются в полукруг вокруг педагога-психолога.)* Сейчас мы узнаем, как хорошо каждый из вас знает своих коллег: Мария Ивановна *(Психолог называет имя участника, который стоит ближе к нему в полукруге.)*, поменяйтесь местами с тем, кто любит свою работу. *(Педагоги меняются местами. Педагог-психолог просит следующего участника занятия поменяться местами с тем, кто любит апельсины, затем с тем, кто работает педагогом уже больше 10 лет, мечтал быть педагогом с детства, не замужем, видит перспективы развития в профессиональной деятельности на ближайшие 3 года. После подвижного упражнения педагог-психолог проводит рефлексию.)* Что нового вы узнали о коллегах? Что запомнили? Что вы хотели бы рассказать о себе, чтобы коллеги запомнили?

#### Игра «Постройся в группы»

Друзья, в следующем упражнении я буду задавать вам вопросы и попрошу разделить на группы по ответам, например, если я спрошу, сколько рук у человека, ответ будет – две, и вы поделитесь на группы по парам. Вам понятны правила? Начинаем? *(Участники отвечают.)* Сколько лап у кошки? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по четыре человека.)* Сколько известных мушкетеров вы знаете? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по три человека.)* Сколько месяцев в году? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по 12 человек.)* Сколько образовательных областей в ДОО по ФГОС? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по пять человек.)* Сколько братьев в сказке «Три поросенка»? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по три человека.)* Реши пример: 20:5-2? *(Педагоги отвечают и делятся на группы по два человека.)* Друзья, посмотрите, мы с вами нашли себе пару для участия в следующей игре. Ведь недаром говорят: «Одна голова хорошо, а две лучше», поэтому сейчас вы будете помогать друг другу.

### **Игра «Головомяч»**

Педагог-психолог раздает каждой паре участников по мячу.

Встаньте напротив друг друга и поместите между головами мяч. Сейчас я включу музыку, ваша задача – потанцевать под веселую музыку, держа мяч головами и не роняя его. Если мяч упал, то пара начинает пытаться снова. *(Педагог-психолог включает музыку, в ходе упражнения психолог несколько раз меняет музыку от медленной до быстрой. В конце упражнения педагог-психолог проводит рефлексию.)* Легко ли было работать в паре? Мешал ли вам ваш партнер? *(Педагоги отвечают.)*

### **Игра «Линейка»**

А сейчас я попрошу вас объединиться в одну большую команду и построиться в линейку. *(Участники выстраиваются в линейку, спина прямая, взгляд вперед.)* всей линейкой вы будете выполнять задания: не опережайте и не отставайте от остальных участников, зафиксируйте положение головы. Линейка, сделай восемь шагов вперед. *(Педагоги двигаются.)* Линейка, сделай семь шагов назад. *(Педагоги двигаются.)* Линейка, сделай восемь шагов вперед, но при этом на каждое четное число шагов добавь хлопок руками. *(Педагоги двигаются и хлопают.)* Линейка, сделай семь шагов назад, но при этом на каждое нечетное число добавь хлопок руками. *(Педагоги двигаются и хлопают.)* Линейка, сделай сразу без остановки восемь шагов вперед, семь шагов назад, шесть шагов вперед, пять шагов назад, четыре шага вперед, три шага назад, два шага вперед, один шаг назад. *(Педагоги двигаются. В конце упражнения педагог-психолог проводит рефлексию.)* Легко ли было работать в команде? Мешали ли вам остальные? Где были трудности? Как вы считаете, можно ли работать в команде вообще без проблем и без трудностей?

### **Игра «Ладони и колени»**

Сейчас мы еще поиграем в одну игру, которая учит нас работать вместе, в одном коллективе. Садитесь на стулья вокруг стола. Положите ладони на соседей: правую – на левое колено соседа слева, левую – на правое колено соседа справа. Передайте хлопок от колена к колену. Следите за тем, чья рука лежит на следующем колене по кругу, и не перепутайте очередность своего хлопка. *(Когда устроится ритм хлопков, предлагает усложнить упражнение в обратную сторону, чтобы игроки следили и за тем, чья рука хлопает по колену, и за направлением движения хлопков.)*

### **Игра «Связанные руки»**

Участники сидят за столами вокруг педагога-психолога. Педагог-психолог связывает руки воспитателей так, чтобы правая рука одного участника была связана вместе с левой рукой другого. После того как педагог-психолог свяжет всем руки, получится одно большое кольцо. Педагог-психолог раздает каждой

паре по два листа бумаги формата А4 и по одному фломастеру и рисунку-образцу.

В этом упражнении я предлагаю каждой паре участников нарисовать картинку по образцу. Договоритесь, чья рука у них будет рисовать, а чья не будет мешать. Каждая пара рисует два рисунка, по одному на каждого участника. *(Педагог-психолог дает время на рисование и в конце упражнения проводит рефлексию.)* Легко ли было работать одной рукой? Мешал ли вам ваш партнер? Что явилось самым трудным для вас? А реально ли работать в команде вообще без проблем и без трудностей?

### **Игра «Подарок»**

Наш тренинг подходит к концу и очень хочется, чтобы каждый из вас отсюда ушел сегодня с хорошим настроением, а еще и с подарком, пусть даже с воображаемым. Подарите своему соседу справа любой «подарок», то есть расскажите о том, что вы хотели бы подарить. *(Педагог-психолог проводит упражнение по кругу и прощается с участниками.)*