



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛА ЛОРИНО»

689315, Россия, Чукотский автономный округ, с. Лорино, ул. Челюскинцев 14,
тел.: (427)36-93- 3-34, факс 3-18, E-mail: schoollorino@mail.ru

**Программа по профилактике эмоционального напряжения
у родителей и сплочению коллектива «Мы вместе»**

Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ села Лорино»

Х.И.Селимов

В коллективе происходит формирование личности ребенка, его активность, успешность, эмоциональная устойчивость и открытость неразрывно связана с важным звеном в цепочке образовательного процесса – родителем (законным представителем). Благоприятный климат в отношениях «учитель-ученик-родитель» - важный показатель успешного учебного процесса. От психологического комфорта напрямую зависит рабочий процесс и показатели результативности, поэтому, когда во взаимодействиях учащегося, учителя и родителей царит комфортный микроклимат, ее участники обретают уверенность, стремятся работать и творить, сотрудничать. Игры – один из самых эффективных способов создания такой атмосферы.

Данная программа представлена в виде психологических упражнений направленных на эмоционального познания, снятие эмоциональной напряженности родителей и создание сплоченного коллектива. Специальные игровые задания, помогают членам группы познакомиться, сдружиться, понять собственные ценности, принимать совместные решения. Каждое занятие включает в себя приветствие, разминку, основные упражнения, обсуждение, завершающий ритуал (прощание).

Программа предназначена для родителей

Продолжительность одного занятия: 40 мин.

Количество занятий в месяц: 1

Оптимальное количество учащихся: 6-12 человек

Цель программы:

Улучшение психологического климата в родительском коллективе.

Задачи программы:

- 1.Снижения уровня эмоциональной напряженности в родительском коллективе.
- 2.Развитие умения работы в группе.
- 3.Формирование благоприятного климата в родительском сообществе.
- 4.Снятие эмоциональной напряженности родителей.

Реализация программы:

Каждое занятие включает в себя приветствие, разминку, основные упражнения, обсуждение, завершающий ритуал (прощание).

Ожидаемый результат:

1. Сплочение коллектива.
2. Умение работать в команде.
3. Приобретение умения правильного выхода из конфликтных ситуаций.
4. Продуктивность учебного процесса.
5. Повышение самопознания и понимания других.

Тематическое планирование

№ п п	Тема занятия	Содержание	Система комплексно го обследования	Специальные условия работы	Планируемые результаты, механизм реализации
1.	Знакомство. «Я и другие»	1.Знакомство. 2.Приветствие 3.Правила и условия работы 4. «Очередь» 5, «Через стекло» 6.Совместный рисунок, не Договариваяс ь 7. «Пять добрых слов» 8.Прощание	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах.	Знакомство, выработка правил. Умение договариваться.
2	«Я в своих глазах и глазах других»	1. Приветствие 2.«Передай маску» 3. «Вообрази» 4.«Кто я?» «Какой я?» 5.«Солнышко » 6.Рисование ладошками 7. Понарошку 8. Прощание	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия. Телесно- ориентированн ый подход.	Развитие сплоченности группы. Снятие мышечного напряжения. Умение прислушиватс я к себе.
3	«Учусь понимать себя, ребенка и учителя»	1.Приветстви е 2. На что похоже мое настроение	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия.	Приобретение навыка эффективного общения. Понимание

		(погода, цвет, цветов и т.д.) 3. «как все» 4.Диалектика 5. «Ваше представление о времени» 6. «Мне нравится» 7.Прощание			себя и других.
4	«Контроль над собой»	1.Приветствие 2. «Линии» 3. «Разные ответы» 4.Злые мыльные пузыри. 5. Тающая снежная баба. 6.Зеркало 7.Прощание	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия. Телесно-ориентированный подход.	Умение быть лидером и следовать за лидером. Контроль своих эмоций. Снятие мышечного напряжения
5	«Моя самооценка»	1.Приветствие 2. «Нарисуй за минуту» 3. «Великий мастер» 4. «Злой, печальный, недовольный» 5. «Оцени себя» 6. «Прими себя таким, какой ты есть». 7.Прощание	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия. Телесно-ориентированный подход.	Формирование адекватной самооценки. Умение различать эмоциональное состояние других. Взаимодействие друг с другом.
6	«Я могу договориться»	1.Приветствие 2. «Маски» 3. «Совместный рисунок» 4. «О погоде» 5. Прощание	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия.	Повышение коммуникативных навыков.
7	«Путешествие в сказку»	1.Приветствие	Наблюдение, беседа,	Работа в подгруппах.	Повышение самопознания и

		2. На что похоже мое настроение (погода, цвет, цветов и т.д.) 3. Путешествие в сказку 4. Прощание	диагностика.	Арт-терапия с элементами сказкотерапии.	понимания других.
8	«Мы»	1.Приветствие 2. «Линии» 3. «Путаница» 4 «Скажи стоп» 5. «Разные походки» 6. «Крепкие объятия» 7.Прощание	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия. Телесно-ориентированный подход.	Развитие умения действовать сообща.
9	«Цвет и настроение»	1.Приветствие 2. «Передай маску» 3. «Каракули» 4. Настроение и цвет. Прощание	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия.	Эмоциональное самовыражение .
10	«Дружба»	1.Приветствие 2. «Нарисуй за минуту» 3. «Твоя жизнь» 4. «Угадайка» 5.Подведение итогов 6.Прощание.	Наблюдение , беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия.	Повышение сплоченности коллектива. Самопознание.

Список литературы:

1. Котова Е.В. В мире друзей.- Сфера, 2008.
2. Маханева М.Д. Решикова С.В. Мы с друзьями целый мир.-Сфера, 2007.
3. Ежова Н.С. Эмоциональное развитие детей.-Владос, 2012.
4. Лютова У.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.- СПб.: Речь, 2011.
5. Левашова С.А. Коммуникативно-двигательный тренинг.-Ярославль: Академия развития, 2008