

# Тренинг для педагогов «Вместе мы сила»

*Подготовила:  
старший воспитатель  
Другова Татьяна Леонидовна*

**Цель:** повысить групповую сплоченность, улучшить эмоциональное состояние педагогов.

## **Задачи:**

- способствовать позитивным взаимоотношениям, взаимопониманию между педагогами;
- повысить групповую сплоченность;
- снять мышечное и эмоциональное напряжение педагогов;
- улучшить эмоциональное состояние педагогов.

## **Ход тренинга**

**Старший воспитатель:** Добрый день! Я рада приветствовать вас на нашем тренинге! Это замечательно, что мы смогли с вами встретиться и имеем возможность немного расслабиться, отдохнуть, поиграть, узнать о себе и коллегах что-то новое и, самое главное, - выразить друг другу радость встречи.

### ***Упражнение № 1 "Давайте поздороваемся"***

Педагоги по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на пути. Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок - здороваемся за руку;
- 2 хлопка - здороваемся локтями;
- 3 хлопка - здороваемся спинами

Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время игры.

### ***Упражнение № 2 "Пожелай другому"***

Педагоги садятся в круг. У ведущего в руках мяч.

**Старший воспитатель:** Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете мяч кому хотите и одновременно говорите это пожелание. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему, высказывая ему пожелание на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

### ***Упражнение № 3 "На что похоже мое настроение сейчас?"***

Педагоги сидят в кругу. Мяч передается по кругу. Каждый рассказывает о своем настроении, сравнивая его с каким-либо состоянием, событием или предметом, фруктом, природным явлением и т. п.

#### ***Упражнение № 4 "Хип-хоп"***

**Старший воспитатель:** При слове "хип" нужно назвать имя соседа слева, при слове "хоп" - соседа справа.

Старший воспитатель называет педагога по имени, добавляя "хип" или "хоп" (пример: "Татьяна, хип!" - Татьяна должна быстро назвать имя соседа слева и выбрать следующего педагога, добавив "хип" или "хоп").

#### ***Упражнение № 5 "Я такой же, как ты"***

**Старший воспитатель:** 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...". Тот, кому бросили мячик, выражает согласие или несогласие и бросает мячик следующему.

#### ***Упражнение № 6 "Встаньте..."***

Все педагоги садятся по кругу. Старший воспитатель: Я буду называть числа. Какое число названо - именно столько человек должны встать (не больше и не меньше). Например, если я говорю "четыре", то как можно быстрее должны встать четверо из вас. Сесть они смогут только после того, как я скажу "спасибо". Выполнять задание надо молча. Тактику действий следует вырабатывать в процессе выполнения, ориентируясь на действия друг друга.

#### ***Упражнение № 7 "Угадай, кто это"***

Все педагоги сидят в кругу. Старший воспитатель выходит из круга и дает инструкцию к упражнению: "У вас 1 минута на то, чтобы внимательно посмотреть друг на друга". Через минуту старший воспитатель просит всех повернуться спиной в круг, подходит к одному из педагогов и говорит, обращаясь к нему, например: "Марина, я иду по кругу (ведущий идет вправо или влево) и прохожу одного, второго, третьего, останавливаюсь у четвертого человека, кто это?". Марина отвечает (если ответ неправильный, надо об этом сказать и дать возможность отвечать до тех пор, пока не будет получен правильный ответ). Затем старший воспитатель предлагает Марине ответить на ряд вопросов, относящихся к внешнему облику названного участника группы. Например: "Естьли у Инны бусы?", "Какого цвета у нее кофта?", "Держит ли Инна что-либо в руках?" и т. д. Далее старший воспитатель дает аналогичное задание еще 2-3 педагогам.

#### ***Упражнение № 8 "Неожиданные картинки"***

**Старший воспитатель:** Сядьте в один общий круг. Возьмите по листу бумаги и напишите свое имя с обратной стороны. Начните рисовать какую-нибудь картину

(2-3 минуты). По моей команде перестаньте рисовать и передайте начатый рисунок соседу слева. Возьмите тот лист, который передаст сосед справа и продолжите рисовать начатую им картину. Педагогам дается возможность порисовать еще 2-3 минуты, после чего они снова передают свои рисунки. В больших группах потребуется немало времени, прежде чем все рисунки сделают полный круг. В таких случаях надо упражнение остановить после 8-10 смен или попросить передавать рисунок через одного.

### ***Упражнение № 12 "Все мы чем-то похожи"***

**Старший воспитатель:** Разбейтесь, пожалуйста, на группы по 4 или 5 человек. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: "У каждого из нас есть сестра...", "Любимый цвет каждого из нас - синий" и т. д. У вас пять минут. Победит та группа, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

### ***Упражнение № 16 "Сердце коллектива"***

**Старший воспитатель:** Знаете ли вы, что у каждого коллектива есть свое сердце. Я хочу, чтобы вы сейчас сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его. Это надо для того, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Я принесла большое сердце, которое и станет сердцем нашего коллектива. Придумайте дружескую приятную фразу в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию. Возьмите маленькое сердечко и запишите на нем то, что вы придумали. Затем мы приклеим все маленькие сердечки на наше большое сердце.

Ритуал прощания «Наш дружный коллектив»

Все встают в круг, берутся за руки и поднимают их вверх, встав на носочки, как бы дотягиваясь до солнца, к хорошему, к позитивному, к успеху, к совершенству.