

РИТУАЛЫ -ПРИВЕТСТВИЯ

«СОЛНЕЧНЫЕ ЛУЧИКИ»

Дети и родители становятся в круг, протягивают правую руку вперед, к центру, соединяя её с руками других участников.

- Левую руку протяните к солнышку, возьмите у него часть тепла и положите в своё сердечко. Пусть это тепло согревает вас и всех, кто рядом с вами.

«МЯЧ РАДОСТИ»

Участники стоят в кругу.

-Я хочу поделиться с вами радостным настроением. Для этого поверните обе руки ладонями вверх, а «мяч радости» покатится по ним, оставляя вам хорошее настроение. Условие: мяч нельзя ронять, перебрасывать. Мяч должен катиться.

«Большое доброе животное»

«Встаньте в круг возьмитесь за руки. Мы одно большое доброе животное. Давайте вместе придумаем ему имя. Давайте послушаем как оно дышит. Все вместе глубоко вдохнули и выдохнули! Наше животное большое - оно дышит очень громко! Делаем общий шаг вперед – глубокий вдох через нос, немного задержите дыхание, а теперь шаг назад и сильно выдохните весь воздух через рот. Вот как дышит наше животное. Прислушайтесь! У нашего общего животного стучит сердце! Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д.

«Приветствие»

Предлагаю выполнить упражнение, которое называется *«Как попасть в сказку»*

Я буду читать стихотворение, а вы – выполнять действия по ходу.

Стихотворение такое:

Я не спал, я не ел –

В сказку я попасть хотел.

Я искал себе дружка,

Чтобы верная рука,

Чтобы было много сил,

Чтоб в пути не подводил.

Вот мы встретились глазами (ищем глазами пару,

Вот мы встретились руками (берем за руки с выбранным человеком,

Обнялись и подружались – *(обнимаемся)*

Вот и в сказке очутились! *(улыбаемся, расходимся).*

« Воздушный шарик»

Давайте представим себе, что у каждого из нас сейчас в руках воздушный шарик. Это не простые, а сказочные шарики, поскольку цвет шарика – это

цвет нашего настроения. Мы будем называть свое имя и цвет воздушного шарика, который сейчас держим в руках. Например, я – Людмила, у меня - зеленый шарик.

Ключ к цветовой диагностике настроения:

Белый – самообладание

Серый – тревожность, замкнутость.

Черный – конфликт, протест, негативизм.

Красный – активность, динамичность.

Розовый - радость.

Оранжевый – благополучие, веселье.

Коричневый – зависимость, асоциальность.

Желтый – оптимизм, бодрость.

Зеленый – внутренняя сила, спокойствие.

Голубой – расслабленность, печаль.

Синий – спокойствие, отсутствие напряженности.

Фиолетовый – депрессивно-меланхолическое состояние,

неуравновешенность.

Наша встреча подошла к концу. Помните, мы с вами представляли, что у каждого из нас сейчас в руках воздушный шарик. А давайте сейчас посмотрим, какого цвета шарики мы держим. (*участники называют цвет своего шарика*). Можете взять их себе в подарок.

«Кто здесь собрался?»

Собрание можно начать с вопроса: «Кто здесь собрался?». Родителям необходимо придумать как можно больше вариантов (люди, друзья, знакомые, родители, земляне и т.д.)

«Клубочек»

Воспитатель родители стоят в кругу. Воспитатель обматывает большой палец правой руки ниткой; затем передает клубок родителю, ласково называя его по имени. Клубок передвигается к следующему родителю. Все родители соединяются ниточкой. Клубок должен вернуться к воспитателю, проделав полный круг. Затем все одновременно аккуратно снимают ниточку с пальцев. Воспитатель обращает внимание родителей на то, что ниточка не порвалась, и мы взрослые должны приложить все усилия на то, чтобы нашим детям было тепло и уютно в детском саду.

«Знакомство»

Берется клубок пряжи, и игрокам предлагается отрезать по достаточно большому куску нити. Для чего предназначена данная нить, сообщается только после того, как раздача закончена. Каждый должен рассказать о себе. Пока играющий рассказывает о себе, он наматывает нить на указательный палец. Если рассказчик взял очень большой кусок нити, то, возможно, ему придется говорить о себе дольше, чем хотелось бы. Если он попытается говорить медленно и быстро наматывать нить на палец, это окажется очень непросто сделать. Если рассказчик делает паузу чтобы подумать, то он должен также прекратить наматывать нить. Как только нить заканчивается, играющий должен прекратить рассказ, даже если он остановился на середине предложения.

«Чувство, с которым я пришел на собрание».

Предлагается, по желанию, высказать с помощью мимики и жестов те чувства, с которыми шел на собрание. Задание можно представить и на чувства, с которыми находишься на собрании.

«Общая мимическая реакция»

Упражнение проводится одновременно для всех. Выполняют его сидя, не видя реакции другого, что раскрепощает и снимает робость. Выполняется задание совместно по предъявлению ситуации ведущим:

«Вы пришли на родительское собрание. Изобразите вашу реакцию на слова воспитателя:

1. «Не ожидала такого от вас!»
2. «У вас замечательный ребенок!»
3. «Меня не волнуют ваши проблемы!»
4. «Ваша семья пример для всех!»

Упражнение «Три зеркала»

Родителям предложили в первом зеркале нарисовать себя маленькими и испуганными, во втором - большими и веселыми, в третьем - счастливыми. (Зеркалами послужили обыкновенные листочки белой бумаги, овальной или круглой формы). Спросили у родителей:

- В какое зеркало чаще всего хочется смотреться?

- В каком зеркале вы более симпатичнее?

- На кого вы больше всего похожи в том или ином зеркале?

Столько увидели улыбок на лицах родителей. Это упражнение, служит для снятия эмоционального напряжения, усталости от трудного рабочего дня.

«КОРЗИНА ЧУВСТВ»

«Уважаемые мамы и папы! У меня в руках корзина, на дне которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того, как Ваш ребенок порог детского сада, в Вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все Ваше существование. Сейчас мы будем передавать эту корзину и я попрошу Вас рассказать о ваших впечатлениях за 2 первые недели посещения ДОУ».

БОЛЬШАЯ СЕМЕЙНАЯ ФОТОГРАФИЯ.

Предлагается, чтобы играющие представили, что все они - большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Необходимо выбрать "фотографа". Он должен расположить всю семью для фотографирования. Первым из семьи выбирается "дедушка" он тоже может участвовать в расстановки членов "семьи". Более никаких установок не даётся, игроки должны сами решить, кому кем быть и где стоять. А вы постоите и понаблюдайте за этой занимательной картиной. Роль "фотографа" и "дедушек" обычно берутся исполнять стремящиеся к лидерству люди. Но, однако, не исключены элементы руководства и других "членов семьи". Вам будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью в выборе месторасположения. После распределения ролей и расстановки "членов семьи" "фотограф" считает до трёх. На счёт "три!" все дружно и очень громко кричат "сыр" и делают одновременный хлопок в ладоши.

Ритуал прощания.

Упражнение *«Всем всего хорошего»*. Все участники встают и взявшись за руки говорят хором: *«Всем, всем всего хорошего»*.

«Отдыхаем вместе»

Ход игры: каждый садится в удобную позу, закрывает глаза, делает спокойный вдох и выдох и высказывает пожелания: *«Мир, любовь и добро всем, кто справа от меня. Мир, любовь и добро всем, кто слева от меня. Мир, любовь и добро всем, кто впереди меня. Мир, любовь и добро всем, кто зади меня»*.

Прощание при свече – 5 мин

Воспитатель: Я хочу, что бы пламя этой свечи уничтожило все ваши печали и невзгоды, тепло этой свечи согрело ваши сердца и души, её свет озарил ваши лица улыбкой и любовью. *«А теперь мысленно поблагодарим, друг друга за работу, вздохнем и дружно погасим свечу»*.