



«Сказочная
страна»

ТРЕНИНГ КРЕАТИВНОСТИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Детский сад № 18
г. Троицк
2015 год

Цель:

**СНИЖЕНИЕ
НАПРЯЖЕНИЯ,
ГАРМОНИЗАЦИЯ
ВНУТРЕННЕГО
СОСТОЯНИЯ.**

Задачи:

1. Включение в групповое взаимодействие.
2. Поддержка и развитие творческого самовыражения.
3. Обучение приемам саморегуляции.

Материалы: ватман,
краски, фломастеры,
карандаши, мелки, старые
журналы с картинками,
ножницы, пластилин,
бросовый материал, клей,
аудиокассета с записью
спокойной музыки.

Ход занятия.

1. Приветствие: Имя – сказочный герой.

Психолог предлагает назвать по кругу свое имя, затем сказочного героя на первую букву своего имени.

2. Тест «3 сказочных героя» - шуточный.

Цель: снижение напряжения.

Участникам предлагается написать 3 сказочных имени, а затем анализируется: 1 - что вы о себе думаете, 2 - что думают о вас другие. 3 - кто вы есть на самом деле.

3. Упражнение - конкурс «Иван Иваныч».

Цель: Упражнять участников в умении передавать различные эмоциональные оттенки с помощью интонации.

Участники получают карточку, на которой написан тот эмоциональный оттенок, который нужно передать, произнося фразу: «У меня был Иван Иваныч» - радостно, грустно, нежно, сдержанно, с иронией, раздраженно, с недоумением, восторженно, сердито, удивленно, печально, таинственно, с облегчением, игриво, со страхом, ласково, с усталостью, эйфория. Каждый по очереди произносит, остальные отгадывают. Победители награждаются аплодисментами.

4. Медитация. «Сказочный Дворец»

Цель: Дать возможность расслабиться и сосредоточиться на своих внутренних ощущениях. Помочь обрести уверенность и творческий заряд.

Включается запись спокойной музыки, предлагается занять удобную позу, сидя на стуле.





«Закройте глаза... Представьте, что вы отправились в путешествие. Вы объездили много стран, познакомились с интересными людьми. И вот однажды вы ехали через поле. Вокруг летали бабочки, стрекозы. Жужжали пчелы, они собирали мед. Пели птицы, они радовались, что вы едете через их поле. Пахло цветами и свежей земляникой. И вот на холме вы увидели Прекрасный Дворец. Что-то внутри подсказало вам, что очень важно именно туда поехать. И вы направились ко Дворцу. Когда вы вошли во Дворец, вы были поражены его красотой. Все здесь было удобно и красиво. И вы поняли, что здесь живет ваше Творчество. Вы идете по Дворцу легкой и уверенной походкой и находите то, что очень важно для вас. Возьмите это с собой, почувствуйте прилив энергии, бодрости. Теперь у вас есть заряд творчества и он останется с вами, когда вы вернетесь назад. А сейчас сделайте глубокий вдох... и выдох. Потихоньку открывайте глаза, возвращайтесь к нам. »

5. Деление на творческие группы с помощью приемов социо-игровой технологии. Участники получают записочки с фразой из сказок и, закрыв глаза, двигаются по помещению и произносят эту фразу. Прислушиваясь друг к другу, собираются в малые группы. Фразы: «Свет мой, зеркальце, скажи...»; «Там русский дух, там Русью пахнет», «Три девицы под окном пряли поздно вечерком»



6. Создание «Сказочной Страны» - коллаж в двух творческих группах

Цель: развитие творческих способностей средствами арт - терапии.

Участникам предлагается взять все то хорошее, что они нашли в путешествии и создать общую Сказочную Страну с помощью материалов, которые им предлагает психолог.

Время - 15 минут.



7. Рефлексия. «Какие чудесные страны у вас получились. Каждый из вас отдал частичку тепла, творчества для ее создания. А сейчас давайте придумаем название. Можно из первых букв вашего имени»



- Какие чувства вы испытывали, когда создавали Страну?
- Было ли сложно включиться в общую деятельность?
- Хочется ли кому-то что-либо изменить? (Сделайте это)
- Удовлетворены ли вы своей работой?
- Желаю Вам запомнить это чувство и вспоминать его при выполнении трудной работы.