**ТРЕНИНГОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Одной из важнейших задач современного дошкольного образования является подготовка ребенка к включению во взрослую жизнь. В соответствии с требованиями [ФГОС дошкольного образования](http://detstvogid.ru/?p=305) образовательная программа ДОО должна быть направлена на «создание условий для развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видами деятельности; создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей» [1, с. 6]. На решение таких задач главным образом и направлены такие формы работы с детьми-дошкольниками как тренинговые технологии.

В данной работе под тренингом мы будем понимать групповое занятие психологической или другой тематики под руководством ведущего, направленное на отработку личностных навыков, лучшее понимание себя и других [3, с. 168]. Рассмотрим тренинг, тренинговые технологии как эффективное средство развития компетентности межличностного и профессионального поведения и общения, в частности, как средство социально-коммуникативного развития детей старшего дошкольного возраста.

Тренинг позволяет его участникам сознательно пересмотреть сформированные ранее стереотипы поведения, закладывает этические и эстетические основы практического поведения. Самое важное – участник не усваивает насильно внедряемые стандарты, а развивает сам себя. В ходе тренинга происходит смена внутренних установок участников, пополняются их психологические знания и появляется определенный опыт позитивного отношения к себе, к окружающим людям и к миру в целом. В ходе тренинга значительно эффективнее решаются вопросы развития личности, успешно формируются коммуникативные компетентности.

Любой тренинг является интерактивным: он рассчитан на активную субъектную реакцию участника (интеллектуальную, эмоциональную, действенно-практическую) на то или иное воздействие на личность.

В настоящее время в образовательной практике работы с детьми в дошкольном учреждении, в начальной школе все чаще используются методы активного социально-психологического обучения и воспитания. Одной из форм работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, где находят применение такие методы, относятся тренинги: тренинги общения (Е.А. Сорокоумова), адаптационные тренинги (С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник), эколого-психологические тренинги (Л.А. Мартынова), тренинги социально-психологической компетентности (С.П. Юрочко), тренинги эмоциональной саморегуляции (С.В. Крюкова) и др. [2].

Из нашего опыта работы с детьми можно отметить следующее наиболее успешно используемые формы тренинговых технологий в работе со старшими дошкольниками: групповая дискуссия, метод анализа конкретных ситуаций, проективное рисование (и различные его виды), психогимнастика, физические упражнения и игровые подвижные задания.

*Групповая дискуссия*. Этот метод представляет собой коллективное обсуждение какой-либо проблемы, конечной целью которого является достижение определенного общего мнения по ней. В ходе дискуссии происходит обмен мнениями. Психологическая ценность дискуссии состоит в том, что благодаря принципу обратной связи и мастерству педагога-тренера каждый участник получает возможность увидеть, как по-разному можно подойти к решению одной и той же проблемы, сколь велики индивидуальные различия людей в восприятии и интерпретации одних и тех же событий.

Для стимулирования активности ребят в групповой дискуссии можно использовать процедуры типа: высказывания по кругу, метод эстафеты (каждый передает слово тому, кому считает нужным).

*Анализ конкретных ситуаций*. Этот метод стимулирует обращение к опыту других. Используются ситуации двух видов «здесь и теперь» (обсуждаются ситуации, произошедшие в группе) и «там и тогда» (случаи из жизни, имеющие значимость для участника или группы). Если педагог предлагает для обсуждения ситуации из жизни детей данной группы, имевшие место в прошлом, то лучше не называть истинные имена участников этой истории, дабы не нанести психологическую травму кому-либо из присутствующих.

Выделяют ситуации двух видов: завершенные и незавершенные, в которых надо предложить свой вариант развития и окончания событий.

Способы начала конкретных ситуаций могут быть следующие:

1) группа разбивается на 2-3 подгруппы, каждая из которых решает задачу самостоятельно и предлагает свой вариант. Затем происходит обмен мнениями между группами;

2) заданную ситуацию каждый решает индивидуально и высказывает свое мнение.

*Проективное рисование*. Проективное рисование рассматривается как вспомогательный метод групповой работы. Темы рисунков подбираются так, чтобы предоставить участникам возможность выразить графически или рисунком свои переживания, мысли. Метод помогает работать с чувствами, которые, ребенок-участник группы не осознает по тем или иным причинам.

В проективном рисовании используют следующие формы его организации:

* *индивидуальное свободное рисование* (каждый рисует самостоятельно, что хочет);
* *разговорное рисование* (члены группы работают с выбранными партнерами в парах, у каждой пары один лист бумаги, и они общаются с помощью образов, линий, красок);
* *рисование по эстафете* (рисунок каждого посылается по кругу: один начинает рисовать, другой продолжает, что-то добавляя, и т.д.);
* *совместное рисование* (несколько человек или вся группа рисуют на одном листе).

Участникам группы можно предложить следующие темы для рисования «Моя семья», «Воскресный день в моей семье», «Когда я был маленьким», «Кем я хотел бы быть», «Три желания», «Одиночество». «Остров счастья», «Наша группа», «Мой друг», «Чего я боюсь», «Чем я больше всего горжусь», «Мне бывает грустно, когда...», «Я сержусь, когда …», «Если бы я был деревом, то где и как я бы жил …» и др.

Проективный рисунок может выполнить цветными мелками, карандашами, фломастерами или красками. При анализе рисунков уровень изобразительных умений во внимание не принимается. Оценок рисункам не дается. Обращается лишь внимание на то, как с помощью художественных средств (цвета, формы, композиции) передаются эмоциональные переживания участника группы. Существует два способа работы с готовыми рисунками:

* выставление всех работ сразу, просмотр, сравнение и нахождение общего и отличительного в содержании рисунков;
* обсуждение каждого рисунка отдельно (он переходит из рук в руки, и участники высказываются о его содержании).

Проективный рисунок способствует самопознанию, взаимопониманию и активизации группового процесса.

*Психогимнастические упражнения*. Это метод, при котором участники занятий-тренингов проявляют себя и общаются без помощи слов. Эти упражнения являются эффективным средством оптимизации социально-перцептивной сферы личности, позволяют обратить внимание на «язык тела», пространственно-временные характеристики общения, понимание невербального языка.

Возможно использование на занятиях-тренингах *музыкотерапии, танцевальной и хоровой терапии*. Эти методы помогают снять усталость, напряжение.

*Физические упражнения и игровые подвижные задания* на снятие эмоционального и физического напряжения типа «Потянулись-сломались», «Насос и мяч», «Таяние снеговика», «Поднятие штанги».

В структуре занятий-тренингов для детей имеются три обязательные части В подборе внутреннего содержания части педагог-тренер может проявить гибкость и творческий подход.

*Подготовительная часть.* Ее основные задачи: вызвать у детей положительный эмоциональный настрой, помочь им войти в контакт друг с другом и педагогом, наладить групповое взаимодействие, сосредоточить внимание на деятельности.

С той целью используются ритуалы приветствия: проводятся разнообразные игры и упражнения на установление доброжелательных отношений, игры на контакт глаз, телесный контакт, концентрацию внимания, согласованность и координацию действий с партнерами, игры на формирование чувства групповой принадлежности и сплоченности. В начале занятия тренер может коротко ознакомить ребят с планом занятий.

*Основная часть*. Задачи основной части занятий определяет сам педагог, опираясь на образовательную программу, по которой работает ДОО.

Используются разнообразные методы работы: разыгрывание ролевых ситуаций, анализ конкретных ситуаций общения и взаимодействия между людьми, проективные методики психогимнастические упражнения, разнообразные коммуникативные игры, беседы педагога с детьми, рефлексия и другие методы.

*Заключительная часть.* Основные задачи: мышечное расслабление, снятие эмоционального напряжения, выход из контакта и завершение деятельности.

Применяются игры и упражнения на релаксацию и снятие напряжения, элементы музыкотерапии, танцевальной и хоровой терапии, проективное рисование, взаимодействие с природным материалом, рефлексивные методы игры на выход из контакта и завершение деятельности.

Наиболее оптимальной по численному составу является группа из 8-12 человек. Эффективность деятельности такой группы определяется приемлемой для каждого участника средней нормой времени и внимания, которое ему могут уделить ведущий и другие участники группы. При численности группы более 12 человек часть участников остается пассивными наблюдателями.

Длительность занятий с детьми в среднем – 30-35 минут (возможно и более, если позволяют условия и желание участников).

*Регуляция психофизической нагрузки.*

Педагог-тренер наблюдает за эмоциональным и физическим состоянием участников, чтобы они не уставали, и у них не накапливалось напряжение. В связи с этим в каждое занятие обязательно включаются игры, задания, способствующие саморегуляции, например, упражнения на мышечную релаксацию, мимическая и дыхательная гимнастика, двигательные упражнения [4].

Таким образом, работа в рамках организации и проведения занятий-тренингов со старшими дошкольниками требует от педагога соблюдения ряда условий: общение с детьми строится на позициях субъект-субъектного взаимодействия, поддерживается позитивный психологический микроклимат, соблюдаются правила общения, используются принятые ритуалы, занятие подчинено определенной структуре, в работе с детьми отдается предпочтение игровым, поисковым, активным методам работы. Главное – не столько донести готовые задания до детей, сколько включить их процесс самообучения, развития, сделав этот процесс занимательным, интересным, требующим поиска и разрешения.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).
2. Башлакова Л.Н. Психологические занятия-тренинги в детском саду: пособие для педагогов-психологов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Л.Н. Башлакова, Л.А. Мартынова. – Мн.: УП «Технопринт», 2004. – 208 с.
3. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. В 2-х т. Т. 1. – М.: Народное образование, 2005. – 549 с.
4. Чистякова М. И. Психогимнастика. – М.: Просвещение, 1995. – 132 с.