***Тренинг по БДД «Мои заботливые родители»***

***Цель*:**

-формировать у родителей способность регулировать процессы возбуждения и торможения, умение быстро переключаться с активной деятельности на пассивную и наоборот;

-развивать произвольное внимание, умение самостоятельно решать проблемы;

-формировать способность прогнозировать развитие событий и последствий в условиях нарушений транспортно-дорожного режима.

***Материал:*** свисток, музыкальная кассета для аутотренинга, флеш презентация по ПДД

***Ход тренинга:***

***Тренинг начинается с приветствия:***

Добрый день, уважаемыеродители. Я рада Вас видеть на нашем тренинге «Островок безопасности»…Приглашаю всех участников встать в круг. Для приветствия предлагаю создать позитивное, осеннеблагодушное настроение. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова, передавая при этом кленовый лист по кругу .

***1. Разминка***

***Упражнение «Светофорик»*** - педагог-психолог дает задание: покажите светофорик зеленого цвета все те, кто…..

- знает правила дорожного движения;

- имеет водительские права;

- переходит улицу, держась за руку с мамой;

- игнорирует знак пешеходная дорожка ;

- переходит улицу на красный цвет;

- не плохо знает сигналы светофора;

- не умеет кататься на велосипеде;

- не знает дорожные знаки

***2. Упражнение « Запомни рисунок»***

*Цель упражнения*: определить уровень развития памяти, внимания, закрепить различные виды транспорта.

Ведущий показывает участникам картинки с различными видами транспорта не более 15 секунд, после чего убирает картинки, и педагоги должны воспроизвести все картинки

***3. Упражнение « Продолжи предложение»***

*Цель упражнения*: выявить знания родителей о правилах дорожного движения, умения правильно рассуждать, развитие логического мышления

*Задача родителей*: продолжить предложение

* Пешеходы всегда должны двигаться…

-*пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам. (При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти друг за другом по краю проезжей части.)*

*-по загородной дороге пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств*

* Я знаю, что знаки бывают…….

- *предупреждающие знаки*

*- знаки приоритета*

*- запрещающие знаки*

*- предписывающие знаки*

*-знаки особых предписаний*

*-информационные знаки*

*-знаки сервиса*

*-знаки дополнительной информации (таблички)*

* Регулировщик, это человек, который….

*-это «живой» светофор, регулирует движение*

* Плохо, когда взрослые….
* Пассажирам автобуса запрещается…….

*-разговаривать с водителем во время движения;*

 *- своим шумным поведением беспокоить водителя и других пассажиров;*

 *- выбрасывать из автобуса мусор и прочие предметы;*

 *- курить в транспортном средстве;*

* Знать правила дорожного движения нужно для того, чтобы………..

*-Изучать и знать Правила движения необходимо для того, чтобы не подвергать свою жизнь опасности и не мешать движению транспорта*

***4.******Динамическая пауза «Дорога»***

*Цель упражнения*: развить внимательность

Родители становятся друг за другом и бодро, весело, под музыку шагают по кругу. Услышав на фоне музыки свисток психолога, быстро поворачиваются и идут в противоположном направлении;

-2 свистка – в рассыпную;

-3 свистка – передвигаются парами.

Педагог делает 5-6 свистков с разными временными интервалами между ними

***5. Игра « Найди лишнее».***

*Цель*: учить находить закономерности, находить лишнее в цепочке и объяснять почему. Аргументы поисков могут быть разными.

*Задача педагогов* найти лишнее слово.

*Материал:* карточки с изображением предметов

*Ход игры*: Родителям предлагают карточки с изображением предметов. Участники группируют предметы, объясняя закономерности, различия.

* В специальный транспорт входит… (скорая машина, пожарная машина, машина полиции, велосипед).
* Общественный транспорт включает в себя:…(автобус, троллейбус, трамвай, такси).
* Знаки сервиса включают в себя… (больницу, пост ГАИ, телефон, аптеку)

6.**Тест “Проверь себя”**

* Как называется, с точки зрения ПДД, лицо, ведущее по дороге санки?

           А - пешеход; В - водитель; С - дорожный рабочий.

* Можно ли переходить дорогу, если на транспортном светофоре постоянно горит мигающий желтый сигнал?

           А - нет;  В - да;  С - да, если с вами идут взрослые.

* Можно ли водить группы детей по обочине дорог в темное время суток?

            А - да; В - да, в сопровождении не менее 2- x взрослых; С - нет.

* Для каких пешеходов устанавливают  светофоры, дополненные звуковыми сигналами?

            А – пешеходов-детей; В - пешеходов-инвалидов;  С - пешеходов-слепых

***7. Упражнение «Мимика» -*** психолог предлагает участникам показать выражения лица человека, который нарушил правила дорожного движения; человека который получил водительские права ; человека который не знает правила дорожного движения; человека который не уступает место взрослым в общественном транспорте

***8. Аутотренинг «Прогулка на велосипеде»***

Родителям предлагается сесть поудобнее, расслабиться. Затем инструктор старается ввести участников в ситуацию, причем в ситуацию, где он описывает ее во всех подробностях, как если бы все это происходило на самом деле ( используя музыкальное сопровождение)

*Осень. Прекрасная завораживающая погода. Я еду на велосипеде по широкой ровной дороге. Вокруг красота и тишина. Яркие, разноцветные листья легонько качаются на ветру. Вы никуда не спешите, просто наслаждаетесь свежим дыханием осени.. Воздух прозрачный. Вдохните свежий осенний воздух. Дышите ровно, глубоко. Вдоволь надышитесь умиротворяющей свежестью. Солнышко пригревает. Я чувствую его тепло на ногах, руках и шее. Тепло растекается по всему моему телу. Я абсолютно спокоен и уверен в себе. Все неприятности уходят. Настроение чудесное. Я улыбаюсь, и радость улыбки дарю окружающим. Я еду ровно и красиво. Спокойно и уверенно держу руль, не спеша кручу педали. Все прекрасно****. Легкость, равновесие, светло на душе и спокойно…***

При выполнении такого рода тренингов важным является умение родителей вообразить описываемую ситуацию, что в свою очередь дает им возможность успокоиться, снять излишнее напряжение и повысить свое настроение

***9. Упражнение «Аплодисменты»***

*Цель:* снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.

Мы с вами хорошо поработали. И в завершение я предлагаю представить на одной ладони улыбку, а на другой радость. А чтобы они не покинули нас. Их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.