

Година спілкування з елементами тренінгу

«Будуємо взаємовідношення разом»

Мета: Сприяти згуртуванню учнівського колективу та створенню сприятливого психологічного клімату в групі; формувати в учасників навички ефективної взаємодії, конструктивного спілкування та командної роботи; розвивати емпатію, вміння слухати та розуміти інших, поважаючи індивідуальність кожного; виховувати почуття відповідальності за власні слова та вчинки у міжособистісних відносинах, взаємоповагу, толерантність та готовність підтримати одне одного.

Хід заняття.

I. Організаційний момент.

Вихователь. Вітаю всіх! Сьогодні у нас особлива тема: "Будуємо взаємовідносини разом".

Слово "разом" тут ключове. Неможливо дружити поодиночці чи поважати лише себе. Стосунки — це як командна гра, де результат залежить від кожного гравця. Якщо один гравець грає сам за себе — команда слабшає. Якщо ми підтримуємо один одного — стаємо непереможними. Давай працювати, як одна команда.

Сьогодні ми будемо:

- говорити;
- виконувати цікаві вправи;
- працювати в командах;
- вчитися підтримувати один одного.

І головне — тут немає правильних чи неправильних відповідей.

(кожна думка має право на існування)

Вправа «Коло побажань».

Пропоную вам зараз стати в коло, щоб відчути підтримку одне одного. Давайте легким потиском руки передамо "заряд" позитивної енергії по



колу і скажемо сусідові приємне слово або щире побажання. Нехай цей ланцюжок тепла налаштує нас на гарну розмову.



Для ефективної роботи повторимо правила спілкування:

- бути позитивними;
- бути активними;
- уміти слухати, не перебивати;
- правило піднятої руки.

Вправа «Очікування».

(Щоб ви хотіли б дізнатися на сьогоднішньому заході, або які емоції відчути?

Наприклад, мої очікування побачити, ваші навички працювати в команді, допомагати та підтримувати один одного, відчувати ваші позитивні емоції та гарний настрій.

- Очікую цікавих ігор, де ми зможемо попрацювати в командах;
- Мені цікаво дізнатися щось нове про своїх однокласників, чого я раніше не помічав...

II. Основна діяльність

Вихователь. Діти, помічали, що в одному колективі вам комфортно та легко, хочеться ділитися секретами й просто бути собою, а в іншому —відчуваєте дискомфорт і хочеться швидше піти додому?

Весь секрет прихований у взаємовідносинах.

Ми всі з вами різні — як кольори на палітрі художника. Хтось яскравий, як жовтий, хтось спокійний, як блакитний, а хтось глибокий, як смарагдовий. І саме від того, як ми змішуємося та взаємодіємо, залежить, яка картина вийде у нашого класу: похмура пляма чи яскравий шедевр.

Сьогодні ми бути тими художниками, які створюють простір, де кожному хочеться залишитися.

«Ми всі хочемо, щоб у класі нас поважали й розуміли. Але як зрозуміти дитину, якщо ми про неї мало знаємо?

Тож я пропоную вам провести невеликі дослідження. І з'ясувати скільки невидимих ниточок зв'язує нас між собою, і водночас ми побачимо, чим саме ми відрізняємося один від одного — за що ми можемо цінувати кожного як особливу особистість. Переходимо до справи «Чим ми схожі, а чим відрізняємося».

Вправа 2 «Чим ми відрізняємося.....»

Проведемо дослід, який показує, що ми дуже різні.

Візьміть однакові аркуші паперу. Потім одночасно виконайте наступні дії:

1. Складіть аркуш навпіл.
 2. Відірвіть верхній правий кут.
 3. Знову складіть навпіл.
 4. Відірвіть верхній правий кут.
 5. Знову складіть.
 6. Знову відірвіть верхній правий кут.
 7. Складіть аркуш надвоє.
 8. Якщо можна, відірвіть правий кут
 9. Розгорніть аркуш і покажіть іншим.
- Ми всі тримали в руках однакові аркуші та чули однакові команди, але результати у всіх вийшли різними. Це сталося тому, що кожен із нас — особливий. Ми по-своєму сприймаємо світ, по-своєму мислимо і маємо власну «техніку» виконання справ.
 - Різниця в наших результатах — це не помилка. Це доказ того, що кожен з нас унікальний. Не варто очікувати, що всі будуть думати чи діяти так само, як ви.

Вправа 3. «Чим ми схожі...»

Мета: розвивати здатності учасників уважно слухати співрозмовника, знаходити спільні риси.

Хід вправи.

1. Попередньо кожен учень має написати на аркуші своє ім'я, після чого вихователь збирає усі папірці, складає їх у коробку та ретельно перемішує.

2. Учні по черзі витягають папірці навмання діляться на пари.

3. Завдання для учнів— протягом наступних 5–7 хвилин провести справжнє дослідження одне одного. На аркуші паперу записать якнайбільше **спільних рис, інтересів та захоплень**, які їх об'єднують.

3. Після цього учні мають перед класом своїх напарників розповівши про їхні найкращі риси характеру,

Висновок .

Це дослідження показало, що спільні захоплення, — допомагають нам розуміти одне одного та будувати міцну дружбу. А те, чим ми відрізняємося, — робить нас унікальними та цікавими один одному. Ми різні, але ми разом — і саме в цьому наша сила!»

ВПРАВА «Австралійський дощ»

Мета: забезпечити психологічне розвантаження учасників

Час – 5хв.

Хід вправи

Учасники стають у коло.

Інструкція: Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо який він. Зараз по колу ланцюжком ви будете передавати мої рухи. Як тільки вони повернуться до мене, я передам наступні. Стежте уважно!

В Австралії піднявся вітер.(Ведучий тре долоні).

Починає крапати дощ. (Клацання пальцями).

Дощ посилюється.(Почергове плескання долонями по грудях).

Починається справжня злива.(Плескання по стегнах).

А ось град, справжня буря.(Тупіт ногами).

Але що це? Буря стихає. (Плекання по стегнах).

Рідкі краплі падають на землю. (Клацання пальцями).

Тихий шелест вітру. (Потирання долонь).

Сонце! (Руки догори).

Вправа 4 «Башта довіри»

Мета

- розвивати довіру, взаємопідтримку, командну роботу;
- навчити слухати одне одного та домовлятися;
- показати, що спільний результат можливий лише за умови співпраці.

Матеріали

- пластикові стаканчики, кубики LEGO

Хід вправи.

1. Учні діляться на дві команди по 4–6 осіб.

2. Умова завдання

Кожна команда має побудувати найвищу та найстійкішу «Башту довіри» за обмежений час (5–7 хв).

3. Важлива умова (ключ до довіри) – оберіть 1–2 правила:

- учасники не можуть говорити, але можуть показувати жестами;
- рішення ухвалює не лідер, а вся команда разом.

4. Будівництво башти

Педагог стежить за часом і дотримання правил.

5. Презентація результату

Команди демонструють свої башти.

 Обговорення

Запитання для кола:

- Де в реальному житті нам потрібна така «башта довіри»?

(Групові проєкти, коли ви працюєте над презентацією чи плакатом у команді. Спорт у командних іграх (футбол, волейбол) ви довіряєте партнеру по команді, що він «підстрахує» вас у захисті або вчасно віддасть пас.

«Башта довіри» — це коли тип знаєш, що твій друг прийде на допомогу, якщо ти запізнюєшся або щось забув. Без довіри дружба розсипається, як вежа без кріплень)

Висновок

«Довіра — це фундамент будь-якої команди.

Коли ми підтримуємо одне одного — наша башта стає міцнішою».

Вправа. «Один за всіх — і всі за одного».

Стати в коло. Покласти праві руки одна на одну в центрі, разом сказати: **«Один за всіх — і всі за одного».**

Вихователь. Наше заняття закінчується. Дякую всім за активність, взаємопідтримку. Сподіваюсь, що сьогоднішня зустріч була для кожного з вас і приємною, і корисною.