БЛОК ЗАНЯТИЙ НА СПЛОЧЕНИЕ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА

Цель: создание благоприятной атмосферы для развития личности в коллективе за счет повышения уровня групповой сплоченности;

Возраст: подростковый (**5-8 классы**)

Форма: тренинг (5 занятий по 45 минут)

Используемая литература:

- Т.Н. Гущина «Игровые технологии по формированию социальных навыков подростков»
- А.Грецов, Т. Бедарева «Психологические игры для старшеклассников»

Занятие 1.

1. Разогрев группы.

Упражнение «Цвет моего настроения»

Сидя в кругу, каждому участнику предлагается рассказать о своем настроении.

Время: 5 мин.

2. Упражнение «Поиск сходства»

Сидя в кругу, участники перекидывают друг другу мяч: «Тот, у кого в руках находится этот предмет, должен как можно быстрее перебросить его другому участнику, назвав при этом черту своего сходства с тем, кому кидается предмет».

Время: 7 мин.

3. Упражнение «Все мы»

«Все мы» – это ассоциативно-ролевой портрет участников, всех тех, кто собрался в группе. Он покажет, как каждый видит себя. Один участник выходит. Психолог просит каждого участника сказать об ушедшем что-нибудь приятное. Это записывается. Затем участник входит. Психолог говорит, например: «Пока вы отсутствовали, мы случайно завели о вас разговор. Не поверите, как много приятного о вас было сказано. Один сказал...» Участник должен отгадать, кто что сказал и почему.

Время: 10 мин.

4. Упражнение «Передай мяч»

Участники сидят в кругу. Необходимо передать мяч другому, при этом передавать нужно каждый раз новым способом, без повторений, приговаривая фразу «Я передаю тебе мяч» (структуры фразы должна быть каждый раз новой).

Время: 5 мин.

5. Игра «Подмигивание»

Несколько участников сидят в кругу, у каждого из них есть своя «пара». Ведущий подмигивает одному из сидящих, пытаясь переманить его на свой стул. Задача одних- перебежать к ведущему, других – удержать свою пару.

Время: 7 мин.

6. Упражнение «Встаньте с мест»

Участники сидят в кругу. Ведущий называет любое число (не должно превышать количество участников), остальные должны одновременно, не сговариваясь, подняться в количестве соответствующему названому числу.

Время: 5 мин.

7. Заключительная часть.

Каждый из участников высказывается о своем настроении после занятия.

Время: 4 мин.

Занятие 2.

1. Упражнение «Взгляды»

Все закрывают глаза. По команде ведущего, открыв глаза, надо одними глазами установить контакт с кем-нибудь из группы. Если это не получилось с первого раза – попробовать еще.

Время: 3 мин.

2. Упражнение «Прорвись в круг»

Участники создают плотный круг. Один-ведущий, должен прорваться в круг с внешней стороны. Задача группы – его не впускать.

Обсуждение.

Время: 7 мин.

3. Упражнение «Встанем в строй»

Участникам предлагается хаотично перемещаться по комнате, а потом по команде ведущего встать в строй поочередно по каждому признаку:

-росту, алфавиту, месяцу рождения.

Время: 10 мин.

4. Упражнение «Поймать в круг»

Два участника берутся за руки и стоят, остальные перемещаются вокруг них. Задача первых -поймать участника в круг. Пойманный встраивается между ведущими, тем самым круг увеличивается.

Время: 10 мин.

5. Упражнение «Угадай кто»

Один участник выходит за дверь. Оставшиеся называют про него положительные качества, которые записываются. Когда участник возвращается, он соглашается или не соглашается и качествами и угадывает, кто именно какое назвал.

Время: 10 мин.

6. Заключительная часть.

Каждый из участников продолжает фразу «Сегодня я понял…»

Занятие 3.

1. **Разогрев группы**.

Участники стоят в кругу, и по цепочке называют предмет и его звук «Дождик кап кап» и т.д. Упражнение проводится по принципу снежного кома.

Время: 3 мин.

2. Упражнение «Стеклянная дверь».

Участники делятся на пары. Инструкция : «Представьте себе, что вы садитесь в вагон метро. Один из вас успел зайти внутрь, а второй- нет, когда двери закрылись. Вы оказались разделены стеклянными дверями. Слышать друг друга вы не можете, но прекрасно видите собеседника Оставшийся на перроне хочет сообщить другому о времени и месте встречи».

Время: 10 мин.

3. Упражнение «Узкий мост»

Группа делится на две команды. От каждой команды по узкому мосту на встречу друг другу идут участники. Главная задача – грамотно перейти мост и разойтись.

Время: 5 мин.

4. Игра «Семеро козлят»

Группа делится на козлят, волков и родственников козлят. Задача козлят- различить кто врет, а кто говорит правду, так как и те и другие будут пытаться попасть в дом к козлятам.

Время: 12 мин.

5. Упражнение «Копирование движений»

Участники стоят в кругу. Выбирается водящий, который временно выходит за дверь. Без него группа выбирает участника, чьи движения будут копироваться. Каждые 15 секунд водящий меняет движение. Задача водящего - угадать за кем группа копирует движения.

Время: 10 мин.

6. Заключительная часть.

Обсуждение настроения по ассоциациям с погодой.

Время: 5 мин.

Занятие 4.

1. Разогрев группы.

Каждый участник должен произнести слово «Привет» со своей интонацией, повторяться нельзя.

Время: 2 мин.

2. Упражнение «7 моих Я»

Каждый участник называет 7 своих лучших качеств.

Время: 7 мин.

3. Игра «Солнце свети для того, кто..»

Участники меняются местами в кругу по принципу «Солнце светит для того, кто сегодня пришел в белой рубашке» и т.д.

Время: 7 мин.

4. Упражнение «Цитаты»

Каждый участник пишет на бумажке свой девиз, жизненный принцип, или любую фразу-цитату, с которой он согласен. Бумажки сворачиваются и перемешиваются. Каждый участник вытягивает цитату, читает её и угадывает кому она принадлежит.

Время: 12 мин.

5. Упражнение «На ощупь»

В группе выбирается водящий, ему закрывают глаза. По очереди к нему подходят участники, его задача – на ощупь определить кто это.

Время: 7 мин.

6. Упражнение «Ответь за другого»

Сидя в кругу первому участнику задают вопрос про его соседа. Главная задача – правильно ответить за своего товарища.

Время: 7 мин.

7. Заключительная часть.

Каждый продолжает фразу «Для меня дружба – это..»

Время: 3 мин.

Занятие 5.

1. Разогрев группы.

Приветствие. Каждый участник (сидя в кругу) обращается к своему соседу по имени и говорит: «Ты всегда такой …(необходимо назвать положительное качество этого человека) поэтому с тобой приятно общаться».

Время: 3 мин.

2. Упражнение «О ком»

Один участник выходит за дверь, в то время как остальные выбирают человека, качества которого будет называть. Задача водящего, угадать о ком из присутствующих идет речь.

Время: 7 мин.

3. Игра «Путаница»

Все участники берутся за руки, и пытаются запутаться при помощи рук и ног. Задача водящего – распутать группу.

Время: 5 мин.

4. Упражнение «Взаимное представление»

Инструкция: «Разбившись на пары, Вам необходимо в течение 5 минут опросить своего партнера, стараясь собрать о нем как можно больше информации. После окончания сбора информации, Вам необходимо представить друг друга. Для облегчения задачи предлагается определенный план рассказа.

- ✔ Как бы я хотел, чтобы ко мне обращались.
- ✔ Мои любимые и нелюбимые качества в людях.
- ✔ Две лучшие черты моего характера.
- ✔ Чтобы я еще хотел рассказать о себе.

По окончании представляемому участнику дается возможность исправить неточности, добавить или разъяснить некоторые моменты, а так же ответить на вопросы, заданные группой.

Время: 12 мин.

5. Упражнение «Наш рассказ»

Первый участник начинает рассказ с одного предложения, следующий продолжает его фразу, придерживаясь общей идеи. Вместе участники составляют свой рассказ.

Время: 10 мин.

6. Методика «Эмиграция»

Участникам задают ситуацию и два вопроса к ней:

Предположим, вам по каким-либо причинам необходимо перейти в другую школу.

Сколько человек и кто конкретно пожалеет об этом? Почему? Что связывает вас с этими людьми?

Кого, может быть, обрадует ваш переход в другую школу? Почему?

Участникам предлагается в течении мысленно ответить на эти вопросы.

Затем группа переходит к обсуждению (высказываются только желающие)

Подведение итогов, обсуждение пользы тренинга для данной группы, положительных/отрицательных изменений.

Время: 8 минут.