

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кировская средняя общеобразовательная школа №2 имени матроса,
погибшего на АПЛ «Курск» Витченко Сергея Александровича.**

**Час общения с элементами тренинга на
сплочение класса
«Круг дружбы»
в 5В классе.**

Выполнила:
педагог – психолог
Трошина О.В.

Кировск 2019г.

Цель тренинга: сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

Задачи:

- 1.Формирование благоприятного психологического климата в группе.
- 2.Формирование и усиление общего командного духа, путем сплочения группы.
- 3.Развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач.
- 4.Получение эмоционального и физического удовольствия от результатов тренинга.
- 5.Осознание себя командой.

Формы работы:

Обсуждение проблем в группе;
Коллективный анализ ситуации;
Индивидуальный анализ результата.

Приветствие

- Добрый день, дорогие ребята! Я рада приветствовать вас и надеюсь, что наше с вами занятие будет увлекательным и полезным.

Мы не первый раз встречаемся с вами, скажите мне, как называются наши занятия? (круг дружбы). Всем известно, что у круга нет ни начала, ни его конца. Сегодня, как и всегда каждый из нас становится равным другому. А для того, чтобы наш круг был целостным, не разрывался, мы должны соблюдать правила (правила вывесить на доску).

Давайте проведем **упражнение «Знакомство»**

Играющие стоят в кругу. Первый называет своё имя, второй – имя первого и своё, третий – имена первого и второго, потом – своё и т.д. пока круг не замкнётся. В итоге последний в круге говорит имена всех играющих, а затем и своё. Легче конечно, быть первым, но последним – полезней.

- Как вы себя чувствовали при выполнении этого упражнения? Ваши ощущения? Самое приятное слово для большинства людей – это их собственное имя.

Разминка – «погружение»

В начале нашего занятия хотелось бы узнать:

- У кого сейчас хорошее настроение, похлопайте в ладоши
- Поменяйтесь местами те, у кого в классе есть друзья
- Поменяйтесь местами те, кто уверен в себе
- Похлопайте в ладоши те, кто хорошо знает своих одноклассников
- Потопайте те, кто согласен с пословицей: «Один в поле не воин»
- Кивните головой те, кто знает, что мы сегодня будем делать на занятии.

1.Упражнение «Поиск сходства»

Цель: Сплочение группы через нахождение сходств у ее участников.

Ход упражнения: Каждая команда должна написать на листе черты сходства (в одной части листа) и черты различия (в другой части листа) в своей группе.

Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. Учитывается количество названных сходств и их качество.

Психологический смысл упражнения: Упражнение эффективно работает на сплочение группы, так как участники начинают более внимательно присматриваться друг к другу и обнаруживают, что сходства между ними гораздо больше, чем они думали раньше.

Обсуждение: Постараться подвести участников к мысли, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

2.Упражнение «Один фломастер на двоих»

-Сейчас, давайте разобьемся на пары. Каждая пара берёт один фломастер. Ребята, теперь внимательно послушайте инструкцию:

Удерживая один фломастер вдвоём, вам нужно изобразить рисунок на произвольную тему.

Обсуждение:

-Ребята, что было необходимо для успешного выполнения задания? (Нужно было договориться о теме рисунка, о поэтапном рисовании и т. д)

- Тяжело ли вам было выполнять это задание? Почему?

-Для выполнения следующего упражнения, давайте встанем в один большой круг

3.Упражнение «Счёт на пальцах».

- Сейчас вам нужно по моей команде (**на счёт 1,2,3**) выбросить с помощью пальцев на руках определённое число от 1 до 5.

Договариваться друг с другом при помощи слов, и вообще каких – либо звуков нельзя! Задача – выбросить с первого, второго, в крайнем случае – с третьего раза одинаковое количество пальцев.

Если детям не удалось это сделать с 3 попытки, предлагаю обсудить происходящее и причины неудачи.

После этого детям даётся ещё одна попытка. Если не получилось выполнить упражнение, то анализируем.

Обсуждение:

- Можно ли договориться, друг с другом, не говоря? Почему среди людей возникает конфликт, не понимание друг друга?

(Значит, нам нужно тренироваться в умении слышать и видеть друг друга).

Сейчас предлагаю вам выполнить эмблему вашего класса, которая будет состоять из ваших ладошек с именем каждого участника (во время выполнения задания включить фонограмму песни о Дружбе).

- На столе лежат яркие листы бумаги. Предлагаю каждому выбрать цвет, который понравился.

Нужно, приложив свою ладошку, обвести ее карандашом. В центре написать свое имя. Давайте вырежем свои ладошки.

- На доске висит солнышко, но оно без лучей, ваши ладошки будут ему лучиками. Приклеим их.

Итог занятия

- Наше занятие - тренинг подошло к завершению. Хочу спросить у вас, что нового вы сегодня узнали? Что полезного возьмёте для себя? Для класса?

Процедура "Спасибо за приятное занятие"

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу.

Один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие! Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки.

Когда к группе присоединится последний участник, замыкаю круг и завершаю церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

- Вы все были активны, слаженно работали. Не забывайте, что вы – единое целое, каждый из вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе вы – сила!

Предложить участникам просмотр видео – ролика «Ведь мы команда!»

Спасибо всем за участие!