

## **ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА НА СПЛОЧЕНИЕ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА**

**Цель:** сплочение классного коллектива и построение эффективного взаимодействия учащихся друг с другом. Создание благоприятного психологического климата, преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

**Задачи:**

Создание благоприятного психологического климата;

Преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков;

Развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражения чувств других людей;

Сплочение коллектива, формирование взаимного доверия.

Ход занятия:

### **Разминка – приветствие**

Цель: установление контакта между участниками.

**Психолог:** Ребята, рукопожатие - это символический жест открытости и доброй воли. Я предлагаю всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача - поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

### **Разминка – погружение**

*Цель: Поднять настроение, и настроится на дальнейшие упражнения, выравнивание эмоционального фона, сплочение участников группы в единую команду для достижения конечного результата работы.*

### **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».

### **Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»**

*Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.*

Каждому ученику выдается лист бумаги. В центре листа в круге написано «Я могу!».

Ученики должны нарисовать лучи солнца, вдоль которых записывают то, что они могут сделать для другого в своем классе. Затем все записи зачитываются участниками занятия.

Подводя итоги работы - подчеркиваем, что многие положительные качества учеников стали тем скрепляющим веществом, которое делает класс сплоченнее.

### **Упражнение «Доверие к классу»**

*Упражнение проводится в кругу. Позволяет понять, насколько комфортно чувствуют себя учащиеся в данном коллективе.*

**Психолог:** Давайте встанем в круг, закроем глаза и покажем на пальцах количество баллов доверия к классу (максимальный балл 10, минимальный 1), затем по команде откроем глаза. На счет «три» дети показывают пальцы и открывают глаза.

Теперь давайте обменяемся мнениями (от наименьшего по возрастанию. Тех, кто не хочет говорить, не заставляйте). Обсудить можно следующие моменты: что нравится в классе, какие есть трудности, что бы хотелось изменить.

### **Упражнение «Кто быстрее?»**

*Цель: сплочение коллектива.*

*Ход упражнения:* Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры:

- квадрат;
- треугольник;
- ромб;
- букву.

### **Упражнение «Нарисуй дом»**

Данное упражнение проводится в группах (разделить детей на 2-3 группы).

**Психолог:** Сейчас вам предстоит выполнить очень сложное, но интересное задание. На ваших столах в каждой группе лежит ватман и фломастеры. Ваша задача – нарисовать дом мечты. Но это еще не самое сложное. В процессе работы нельзя разговаривать. Понять вы должны друг друга с помощью жестов.

Каждому члену команды дается задание. Например: одному – нарисовать крышу, другому – два окна на втором этаже, третьему – второй этаж и т.д. Каждый рисует только свою часть, лишнее рисовать нельзя.

*После выполнения провести обсуждение в общем кругу. Каждая команда рассказывает, что помогало или, наоборот, мешало выполнению задания.*

### **Упражнение «Пожелания»**

Участникам нужно встать в круг и соседу по цепочке пожелать что-то хорошее. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

### **Ритуал прощания «Мы дружные»**

Ребятам нужно встать в круг, взяться за руки и сначала шёпотом, затем чуть-чуть громче и наконец-то очень громко говорим хором «Мы дружные!»)

**Орг. конец:** Спасибо вам большое, что пришли на данное занятие, надеемся, что он не пройдет бесследно в вашей жизни, надеемся, что что-то вам пригодится и, что над чем-то вы задумались, и будете работать в этом направлении. До свидания.

**Рефлексия:**

- Какие чувства испытывали?
- Что нового узнали о себе, о группе?
- Чему научились?
- Как это пригодиться в будущем?
- Что было важным?