# Занятие-тренинг на сплочение классного коллектива

# "Класс глазами каждого"

**Возраст**: школьники 11 - 14лет.

**Состав участников:** 10 – 12 человек.

**Оборудование:** ручки, листы с именами, маркеры, презентация к занятию.

**Актуальность**: невозможно сделать всю работу одному время от времени все равно приходится прибегать к помощь другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – это залог успеха, без поддержки будут достигнуть только маленькая цель, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

#### Структура тренинга:

1. Приветствие – 4 минуты
2. Цель, задачи – 3 минут
3. Разминка – 2минут
4. Основная часть - 40 минут
5. Рефлексия – 5 минут
6. Орг. конец – 3 минуты

#### Ход тренингового занятия:

1. Разминка – погружение – 2 минуты
2. Упражнение «»**Фотография нашего класса** – 7 минут
3. Упражнение «**Если птичка, то какая**» – 10 минут
4. Упражнение «Счёт до десяти» – 10 минут
5. Упражнение «Горячий стул» – 10 минут
6. Упражнение «Моя проблема в общении» – 7 минут
7. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» - 5 минут
8. Орг.конец. – 5 мин.

**Структура**: ученики рассаживаются на места в круге, когда все успокоятся и готовы будут слушать, начинается тренинг.

**Ход занятия**

**1. Приветствие (2 мин).**

**Цель:** Установление контакта с детьми.

*Ведущий, представляется и говорит о целях тренинга.   
Инструкция:*

Нам предстоит большая совместная работа, а потому нужно познакомиться и запомнить имена друг друга. В тренинге нам предоставляется прекрасная возможность, обычно недоступная в реальной жизни, - выбрать себе имя. Ведь часто бывает: кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями; кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, - скажем, все вокруг зовут девушку Ленка, а ей хочется, чтобы к ней обращались "Леночка" или "Ленуля" или особенно необычно и ласково, как обращалась мама в детстве. А кто-то втайне мечтает о красивом имени, которое носит его кумир. У вас есть тридцать секунд для того, чтобы подумать и выбрать для себя игровое имя, и написать его на бейдже. Все остальные члены группы - и ведущие тоже - в течение всего тренинга будут обращаться к вам только по этому имени.

А теперь представимся друг другу. Сделаем это так, по очереди каждый одевает бейдж , затем представляется и говорят с каким настроением они пришли на занятие и чего ожидает от него.

*Ведущий представляется и говорит о правилах групповой работы .*

**Правила работы в группе.**

**Время**: 2 минуты.

**Ресурсы**: ватман с уже написанными правилами.  
Ведущим устанавливается определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила выписываются на листе ватмана, и после принятия группой, закрепляются на видном месте  
**Список правил:** (Каждый пункт правил поясняться ведущим.)  
1.Слушать друг друга.   
2.Не перебивать говорящего.   
3.Уважать мнение друг друга.   
4.Я –высказывание.   
5.Безоценочность суждений.   
6.Активность   
7.Правило «СТОП»   
8.Конфедециональность.

**2. Разминка – погружение**

**Время**: 2 мин.  
**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»;
* Кивните головой те, кто знает, что мы сегодня будем делать на занятии.

**3.Основная часть.**

***Вступительное слово, определение темы, целей тренинга (3 мин).***

Сегодня я проведу для вас тренинг на сплочение. На данном занятии мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом.

**Цель нашего тренинга** – это сплочение коллектива и построение эффективного к взаимодействия друг с другом .

Сплочение – это возможность для команды стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь как хорошо когда тебя понимает и поддерживает твой товарищ, услышать и помочь когда необходима эта помощь, и понимать друг друга даже без слов. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

# Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

# Ход упражнения:

# 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: «Моя проблема в общении»**

**Время: 15-20 мин.**

Все участники пишут на отдельных листах бумаги в краткой форме ответ на вопрос: **«В чем заключается моя основная проблема в общении (***в школе, в классе***)?»** Листки не подписываются. Листки сворачиваются и складываются в общую кучу. Затем каждый ученик произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти прием, с помощью которого он смог бы выйти из данной проблемы. Группа слушает его предложение и оценивает, правильно ли понята соответствующая проблема и действительно ли предлагаемый прием способствует ее разрешению. Допускаются высказывания критикующие, уточняющие или расширяющие ответ.

#### Упражнение «Счёт до десяти»

#### Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее +. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

#### Обсуждение:

* Что вы чувствовали?
* Если не получилось, то почему?

# Упражнение «Горячий стул»

**Время:**10 мин**.**

**Цель:**

**Инструкция :** В центре круга ставится стул, на него приглашают сесть кого то из участников тренинга. Когда первый доброволец найдётся и займёт место, ведущий предлагает остальной группе высказать свои впечатления и мнения об этом человеке, сказать о его положительных или отрицательных качествах

**Обсуждение**: первый участник рассказывает про то, как осмелился быть первым? Все делятся: легко или тяжело было это сделать? Насколько тяжело или легко было высказываться о человеке?

**Упражнение « Если птичка, то какая»**

**Время.** 10-15 минут.

**Инструкция.**«Сейчас одним из вас предоставляется возможность потренироваться в наблюдательности, а то, что ждет других, пока останется в секрете. Кто хочет быть ведущим?» После того, как ведущий найден, тренер просит его встать и отвернуться от группы. Можно попросить его выйти из комнаты. Группе же дается следующее задание: «Загадайте какого-то одного игрока. Однако так, чтобы ведущий не понял, кого вы хотите загадать (в том случае, если он рядом). Используйте жесты».

**Процедура проведения.**Далее тренер предлагает ведущему отгадать, кого же загадала группа. Однако вопросы можно задавать только особого рода, сравнивая загаданного участника с различными видами животных, растений, рыб, птиц и т. д. При этом ведущий может задать не более 3 вопросов. Вопросы могут быть на разные ассоциации. Вопросы строятся следующим образом: если цветок, то какой? если птичка, то какая? На каждый вопрос ведущий просит сообщить конкретную ассоциацию, возникающую у каждого члена группы. После того как игрок отгадан либо раскрыт (когда ведущий не может отгадать), тренер предлагает группе продолжить. При сохранении интереса в группе можно пройти три круга.

**Упражнение: « Фотография нашего класса»**

**Каждый участник получает чистый лист бумаги. Задача учеников нарисовать смайлик с таким эмоциональным состоянием, которое чаще всего присутствует у них в классе. Затем все рисунки вывешиваются на доске, образуя общую фотографию 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. Игра проходит следующим образом: 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 вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

#### 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?
* Над чем вы задумались?
* Что происходило с вами?
* Что нужно развивать на будущее?