

## Тренинговое занятие «МЫ ВМЕСТЕ- и это здорово!» для учащихся нового набора

### Цель тренинга:

-повышение сплоченности нового коллектива.

### Задачи:

-развитие доброжелательности, интереса и умения строить доверительные отношения друг с другом, эмоционально сопереживать одноклассникам

-развитие умения согласовывать свои действия с другими и совместно решать поставленные задачи.

-способствовать сближению учащихся и развитию чувства «МЫ» в коллективе.

**Участники:** группы учащихся нового набора.

**Оборудование:** магнитофон с записями музыки, воздушные шары, коврики (12штук), скотч, мяч, лучи солнца.

*Ход занятия:*

### Приветствие

Добрый день, ребята! Мне очень приятно познакомиться с вами. Меня зовут ..... Сегодня в этот замечательный день я проведу у вас занятие и надеюсь, что мы поймём друг друга и проведём отведенное нам время не только интересно, но и с пользой.

### Знакомство

Прежде чем начать наше тренинговое занятие, давайте познакомимся друг с другом. Согласны? Замечательно.

И в этом нам поможет волшебный клубочек. Встаньте вокруг. Передавайте его друг другу, и назовите своё имя и то, что вы больше всего любите делать.

Итак, мы с вами немножко познакомились.

-Спасибо за искренность и общительность.

### Разминка «Улыбка»

А сейчас я улыбнусь вам, вы улыбнитесь мне, улыбнитесь друг другу и подумайте, как хорошо, что мы сегодня вместе. Мы спокойны, добры, приветливы. Мы все здоровы. Глубоко вдохните и выдохните. Выдохните вчерашнюю обиду, злость, беспокойство, усталость, раздражительность. Забудьте о них. Вдохните в себя свежесть утра, тепло солнечных лучей. Зарядились положительной энергией, пора начинать занятие.

Притча: В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: «Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья».

Итак, сегодня на тренинге мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе, сообща, насколько ваша группа дружная, сплоченная, как вы умеете договариваться друг с другом.

Готовы к испытанию! Начинаем!

### **Упражнение «Квадрат»**

Все встают квадратом (так, чтобы было занято все пространство внутри квадрата) как можно теснее, можно даже заранее очертить квадрат, в который они должны поместиться.

Затем психолог отдает команды, а квадрат их выполняет, стараясь не увеличить занимаемую им площадь,

-Квадрат пошел влево — квадрат идет влево. (раз, два, три, четыре, пять) Стоп.

-Квадрат садится

-Квадрат прыгает

-Квадрат повернулся в обратную сторону

-Квадрат вернулся на свое место.

### **Игра «Снежки»**

Время: 7 мин

Разделиться на две команды.

Материалы: старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

Скотчем обозначаем линию, разделяющую две команды.

Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста на две команды (команда – родители и команда – дет) и, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду, вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

Обсуждение.

### **Упражнение « Групповой портрет».**

Инструкция: Разбейтесь на микрогруппы. Каждая микрогруппа должна нарисовать картину, на которой будут изображены все ребята вашей группы. Свой собственный портрет рисовать нельзя, попросите кого-нибудь из группы сделать это. Подумайте вместе, как вы расположите рисунок на листе, какой сюжет будет изображён.

Анализ упражнения

-Что ты чувствовал, когда тебя рисовали?

-Как вы пришли к решению, кого, где нарисовать?

- Ты доволен своим портретом?
- Понравилось ли тебе работать с другими ребятами?
- Портрет, какой команды вам больше понравился?

### **Рефлексия.**

Как вы считаете, помогает ли вам сотрудничество при решении важных вопросов и проблем? Что вы испытывали друг к другу в процессе тренинга? Что вам больше всего понравилось и запомнилось?

У вас хорошая дружная группа и каждый из вас заслуживает аплодисменты. Давайте поаплодируем друг другу. Всем спасибо.

