Занятие-тренинг на сплочение классного коллектива

**"Класс глазами каждого"**

*Цель:* Сплочение классного коллектива.

Создание благоприятного психологического климата, преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

*Оборудование*: ручки, листы с именами, маркеры

***Участники тренинга расположены по кругу.***

Психолог. Сегодня на нашем тренинге мы поговорим о нашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Сначала вспомним правила тренинговой работы. Участники высказывают свои правила. Затем показывается слайд презентации, где расписаны правила. Работу начнем с разминки.

Разминка.

«Поменяйтесь местами»

Описание упражнения

Участники сидят на стульях в кругу. Водящий выходит на середину круга и говорит фразу: - «Поменяйтесь местами» те, кто...

умеет жарить яичницу

каждое утро чистит зубы

зарегистрирован в контакте

играет на гитаре

отдохнул на каникулах

В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком поменяться местами. Задача ведущего - успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым водящим.

**Рефлексия** – чем же вы похожи друг на друга и чем отличаемся?

**Психологический смысл упражнения**

Разминка, создание условий для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много общего, повысить заинтересованность участников друг другом.

**Диалог и Мини- лекция**.

Ведущий предлагает каждому участнику подумать минуту и ответить на вопрос - Что такое самоуважение? Все желающие могут высказаться. Затем ведущий подводит итог и рассказывает о том, какое значение имеет самоуважение психологического комфорта человека и от чего зависит самоуважение, о чувствах, таких, как хвастовство, которые маскируют низкую самоценность, о желании быть идеальным человеком и к чему это может привести. Затем предлагает выполнить задание.

**Основное упражнение**

***«Хорошие и плохие поступки»***

Описание упражнения

*Участников делят на две команды, случайным образом*. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А4.

**Задача 1 команды** - написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя больше.

**задача 2 -** написать как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к себе теряется. По желанию, каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

**Обсуждение**

Каждая команда представляет свою тему. Дальше идет общее обсуждение, в конце ведущий суммирует все сказанное. Очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Психологический смысл упражнения

Осознание детьми связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия самоуважение и обнаружение его связи с взаимоуважением. А это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.

**Завершающее упражнение**

**«Пожелания»**

Участникам раздаются листочки с именами одноклассников. Каждый должен написать пожелания тому, кто указан на листочке. Затем пожелания даются тому, кому они предназначены. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

Участники делятся на две группы. Одна группа образует внутренний круг, другая– внешний. Все стоят лицом друг к другу. Каждый участник внешнего круга говорит своему напарнику: «Мы с тобой похожи…», после чего стоящие во внутреннем кругу отвечают «Мы с тобой отличаемся тем…» затем делают шаг к новому партнеру. Процедура повторяется до тех пор, пока все не дойдут до своего первого партнера.

Рефлексия – чем же вы похожи друг на друга и чем отличаемся?

– Кому, что понравилось, что не понравилось?

– Какие выводы сделали для себя. (Высказывания каждого участника.)

По материалам <http://festival.1september.ru/articles/635168/>