**«Будем знакомы»**

**Цель:** знакомство, принятие правил поведения в группе, развитие навыков правильного знакомства; создание предпосылок для возникновения и развития межличностных отношений.

Задачи:

1. способствовать формированию интереса к дальнейшему сотрудничеству в рамках занятия;
2. совместно определить правила и тематику дальнейших встреч;
3. способствовать созданию благоприятных условий для развития коммуникативных способностей.

**Материалы:** ватман, анкета «Вот я какой» по количеству участников, магнитофон, аудиозаписи.

1. **Организационная часть.(10мин)**

Специалист рассказывает кратко о себе, о целях занятия.

**-**Начиная с сегодняшнего дня мы будем заниматься на занятиях, которые не совсем похожи на обычные. Наши занятия — это уроки общения. Их цель: в атмосфере взаимного доверия и психологической открытости познать самих себя, выработать умения и навыки установления доброжелательных отношений с другими людьми.

Кто-то не уверен в себе и своих силах, робок и застенчив. А другой, наоборот, излишне активен и энергичен. Некоторые дети переживают из-за того, что у них нет друзей: они нерешительны, не умеют знакомиться, дружить. Есть девочки и мальчики, которые быстро знакомятся, общительны, но близкого и хорошего друга, которому можно доверить тайны, нет. У кого-то трудный характер: он нередко огорчает родителей, конфликтует дома, в школе, на улице. Такой человек страдает от необдуманных поступков, но справиться с этим не может.

Надеюсь, что наши занятия станут для вас полезными и интересными. Почему? Потому что каждый человек стремится быть умным, справедливым, сильным. Естественным является желание иметь много друзей, быть уважаемым и любимым; понимать, ценить себя и других. Мы начинаем учиться быть уверенными в своих силах, решительными, жизнерадостными и добрыми. Я буду рада, если вы увидите пути улучшения своего характера и положения среди друзей, если поймете, как можно воспитать важные для самостоятельной жизни качества личности.

Основа всего того, что будет происходить в группе, — доверие и искренность. Поэтому работать мы будем в кругу. Круг, в котором мы сидим, является пространством нашей группы. Это возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, позволяет ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие. В этом пространстве нет ничего и никого, кроме нас самих и того, что мы приносим сюда в себе. Это и есть самое главное. Наше общение будет помогать пониманию себя и других. Мы будем узнавать себя через те чувства, которые вызываем друг у друга, через те отношения, которые будут здесь складываться.

-Как люди обычно приветствуют друг друга? Какие движения они при этом делают? Спектр достаточно широк: от кивков до поцелуев. Остановимся на варианте рукопожатия. Почему люди жмут друг другу руку? Просто такая традиция, а значит, все могло бы быть иначе. Например, некоторые африканские племена при встрече трутся носами. Сейчас мы попробуем поприветствовать друг друга новыми, необычными способами.

**2. Основная часть (30 минут)**

**Упражнение «Веселое приветствие».** Ведущий включает любую танцевальную музыку, и дети начинают ходить по комнате (можно прыгать, танцевать). После слов ведущего «раз, два, три, друга найди!» каждый ребенок должен найти себе пару и встать рядом. Ведущий командует: «Поздоровайтесь ушами, мизинцами, пятками, коленками...» Так в процессе игры дети узнают о существовании различных форм приветствий.

Каждый раз во время музыкальной паузы ребенок должен встать рядом с новым игроком.

Игру можно закончить тогда, когда каждый поздоровается со всеми присутствующими.

**Анализ:**какие приветствия были наиболее интересны?

**Игра «Соглашение и ожидание»**

Сначала с подростками обсуждаются следующие правила (соглашение) :

Конфиденциальность: все обговаривается здесь и сейчас и остается в рабочей комнате.

Добровольность участия в группе.

Доброжелательность и открытость каждого участника: недопустимы агрессивные действия и высказывания по отношению друг к другу. В работе следует говорить о чувствах, но ни в коем случае нельзя давать оценки поведению и высказываниям друг друга.

говорить по одному;

не перебивать того, кто говорит;

не применять физическую силу в адрес других;

никого не оскорблять, не дразнить.

(это примерные правила, если участники встречи выведут какие-то свои, то это только приветствуется)

Затем участники обсуждают и прописывают ожидания от встреч.

**Игра «Дождь».**Участники сидят в кругу и с открытыми глазами повторяют движения, которые показывает ведущий:

– шуршат, потирая ладони друг о друга;

– щелкают пальцами;

– негромко хлопают в ладоши;

– ударяют себя ладонями по бедрам, притопывают ногами.

После того как последовательность движений разучена, ведущий предупреждает, что сейчас все закроют глаза и начнут повторять звук, который он будет издавать. Сначала ведущий шуршит, потирая ладони. Тут же касается головы одного из детей. Этот ребенок начинает шуршать ладонями, а ведущий, двигаясь по кругу, прикасается ко всем детям по очереди, пока все не начнут шуршать ладонями и не послышится шум моросящего дождя, который постепенно набирает силу. (Для педагога это хорошая возможность погладить каждого ребенка по голове.) Игра продолжается: теперь ведущий щелкает пальцами, касаясь по очереди всех детей, передавая звук по кругу. Моросящий дождь превращается в сильный. Ведущий включает следующее движение: хлопки руками. Все слышат шум проливного дождя. Дождь перерастает в настоящий ливень, когда дети вслед за ведущим начинают ударять себя ладонями по бедрам, притопывать ногами. Потом ливень убывает в обратном порядке: шлепки по бедрам, хлопки ладонями, щелчки пальцами, потирание ладоней.

**3. Заключительная часть. (15 минут)**

Рефлексия

Заполнить анкету (раздается каждому ребенку).

**Упражнение «Колокол»**

Дети становятся в круг.

Поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

На вдохе поднимают руки, на выдохе произносят «Бом!» и бросают руки вниз. Ведущий задает ритм.

Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось — не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).