

Миллеровский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Никольская средняя общеобразовательная школа

**Занятие с элементами тренинга
на сплочение классного коллектива**

«Мой класс – самый дружный»

Составила:
педагог-психолог
МБОУ Никольской СОШ
Папченко Л.В.

Апрель 2022г.

Цель: сплочение классного коллектива и построение эффективного взаимодействия учащихся друг с другом.

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.

Возраст: школьники 11 - 13 лет.

Состав участников: группа 10 – 15 человек.

Оборудование: ручки, листы, ватман, цветные карандаши.

Режим работы: 40-45 минут

Актуальность: 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:

Приветствие – 2 минуты

Цель, задачи – 2 минуты

Основная часть - 40 минут

Рефлексия – 5 минут

Ход тренингового занятия:

1. Упражнение – «Мы с тобой похожи тем...».

2. Упражнение: «Моя проблема в общении»

3. Упражнение «Счёт до десяти»

4. Упражнение «Насколько я терпимый?»

5. Игра на сплочение класса

6. Тест.

7. Упражнение «Мой идеальный класс».

8. Упражнение «Подарок»

9. Рефлексия

Структура: ученики рассказываются в кругу.

Ход занятия

I. Вводная часть

Педагог-психолог: Уважаемые ребята, сегодня на нашем тренинге мы поговорим о нашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Сначала вспомним о правилах тренинговой работы. Участники высказывают свои правила. Правила тренинга фиксируются на доске.

Обучение в школе занимает у вас большую часть жизни. В это время происходит активное развитие личности. Поэтому, несомненно, является крайне важным установление благоприятного социально – психологического климата в классе и в школе в целом.

И так, что же представляет собой психологический климат? **Психологический климат класса** - состояние группового сознания и поведения, выражающееся в отношениях учащихся друг с другом и педагогами. Психологический климат проявляется в групповом настроении, общественном мнении, межличностных отношениях и нравственном сознании группы. Психологический климат вырастает из подражания, внушения, убеждения, сопереживания, содействия, настроения. Он также требует от каждого члена группы или коллектива взаимного терпения, смирения, прощения и любви. (энциклопедический словарь педагога— Екатеринбург. В.С. Безрукова. 2019.) Климат в классе будет позитивен только в том случае, если взаимоотношения между его участниками будут позитивны. Но как только хотя бы один из вас перестает следовать базовым принципам, формирующим благоприятные отношения в коллективе, обстановка в классе принимает негативное направление. Когда вы проявляете неуважение друг к другу, то это становится разлагающим фактором, затормаживающим развитие каждого ученика, включая тех, кто пытается выбиться в лидеры группы. Далее психолог сообщает, что работа начнется с упражнения, которое называется «Мы с тобой похожи тем...».

1. Упражнение – «Мы с тобой похожи тем...».

Цель: создание благоприятного психологического климата.

Время: 7 минут

Участники делятся на две группы, Одна группа образует внутренний круг, другая – внешний. Все стоят лицом друг другу. Каждый участник внешнего круга говорит своему напарнику: «Мы с тобой похожи...», после чего стоящие во внутреннем круге отвечают «Мы с тобой отличаемся тем...» затем делают шаг к новому партнеру. Процедура повторяется до тех пор, пока все не дойдут по кругу до своего первого партнера. *В конце упражнения нужно провести рефлексию (чем же вы похожи друг на друга и чем отличаетесь?).*

II. Основная часть

1. Упражнение: «Моя проблема в общении»

Цель: выявить у учеников личные проблемы, которые мешают им 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.

2. Упражнение «Счёт до десяти»

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Время: 10 минут.

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?

3. Упражнение «Насколько я терпимый?»

Цель: дать возможность учащимся оценить степень своей толерантности.

Время: 3 минуты

Участники получают бланки

Педагог-психолог: - Ребята, вы видите здесь 12 характеристик, свойственных толерантной личности.

Сначала в колонке А поставьте: «+» напротив тех черт, которые у Вас наиболее выражены; «0» напротив тех черт, которые у Вас наименее выражены. Затем в колонке В поставьте: «+» напротив тех черт, которые наиболее характерны для толерантной личности.

	А	В
1. Бескорыстие		
2. Снисходительность		
3. Терпение		
4. Чувство юмора		
5. Чуткость		
6. Доверие		
7. Способность к сопереживанию		
8. Терпимость к различиям		
9. Умение слушать		
10. Доброжелательность		
11. Умение не осуждать других		

- Теперь помогите мне заполнить бланк опросника, прикрепленный на доску. Поднимите руки те, кто отметил в колонке В первое качество. (Число отметивших подсчитывается и заносится в колонку бланка. Таким же образом подсчитывается число ответов по каждому качеству. Те три качества, которые набрали наибольшее количество баллов, и являются ядром толерантной личности. Таким образом, участники получают возможность сравнить представление о себе с портретом толерантной личности, созданным группой.

4. Игра на сплочение класса:

"Гусеница" - класс становится друг за другом в колонну, держа соседа впереди за талию. После этих приготовлений, ведущий объясняет, что команда - это гусеница, и теперь не может разрываться. Гусеница должна, например, показать, как она спит; как ест; как умывается; как делает зарядку; все, что придет в голову.

5. Эффективным инструментом, позволяющим определить психологический климат в классе, является тест.

Тест «Состояние психологического климата в классе»

Цель: анкетирование детей, определение для каждого участника занятия на сколько ему комфортно в классном коллективе.

Время: 5 минут

1. С каким настроением ты обычно идешь в школу?

- 1) с отличным настроением;
- 2) обычно с хорошим настроением;
- 3) с безразличным настроением;
- 4) чаще с плохим настроением;
- 5) как правило с плохим настроением.

2. нравятся ли тебе твои одноклассники?

- 1) нравятся;
- 2) кто-то нравится, кто-то нет;
- 3) все равно;
- 4) мало кто нравится, большинство нет;
- 5) Все не нравятся.

3. Хотел бы ты перейти в другую школу?

- 1) Нет;
- 2) Иногда думаю об этом;
- 3) Без разницы;
- 4) Часто думаю об этом;
- 5) Хотел.

4. Нравится ли тебе учиться?

- 1) Да;
- 2) Скорее да, чем нет;
- 3) Все равно;
- 4) Скорее нет;
- 5) Нет.

5. Какие у тебя отношения с классный руководитель?

- 1) Все отлично;

- 2) Хорошо;
- 3) Все равно;
- 4) Скорее плохие;
- 5) Плохие.

6. В какой форме обычно к тебе обращаются учителя?

- 1) Уговаривают, дают советы, просят;
- 2) Обычно вежливо;
- 3) Все равно;
- 4) Чаще негативно;
- 5) Негативно.

Обработка результатов.

Бал за каждый ответ соответствует его порядковому номеру. Все баллы суммируются.

6-12 баллов — ученику комфортно учиться в классе, у него хорошие отношения с одноклассниками, он высоко оценивает психологический климат в классе.

13-18 баллов — ученику безразличен класс в котором он обучается и одноклассники. Наиболее вероятно, что у него имеется другая группа единомышленников, с которыми он активно общается.

19-30 баллов — ученик дает плохую оценку психологическому климату в классе.

6. Упражнение «Мой идеальный класс».

Цель: определить показатели благоприятного климата в коллективе.

Время: 15 мин.

Педагог - психолог. Все вы учитесь в одном классе много лет, некоторые вместе учатся с первого класса. В коллективе очень важно, чтобы был благоприятный микроклимат, доброжелательные отношения между одноклассниками. Вы знаете, что в школу необходимо ходить, чтобы получать знания, а также вы здесь много общаетесь. Это главные причины. Может так получиться, что из-за того, что не складываются отношения с одноклассниками, некоторым не хочется идти в школу. Давайте поговорим о том, какими качествами должна обладать группа, чтобы каждый в ней чувствовал себя хорошо. Сейчас я предлагаю вам подумать и назвать те черты, благодаря которым в группе всем будет хорошо и комфортно. Обратите внимание на доску, к ней у нас прикреплен ватман. На ватмане нарисован круг, разделенный на 16 частей. Сейчас мы с вами подпишем каждый радиус с внешней стороны круга качествами, которые мы определили, как необходимые для успешного сотрудничества, взаимодействия в классе. В числе названных могут быть следующие качества: равенство, доброта, взаимопомощь, вежливость, дружба, умение слушать, принятие, эмпатия, альтруизм, уважение, доброжелательность, юмор, свобода высказывания, тактичность, сплоченность и т.д. (Каждый радиус окружности психолог делит на 10 баллов. Это шкала, где откладывается то количество баллов, которыми оценивается каждая черта). Далее психолог называет качество, и группа решает, на сколько баллов оно проявляется в классе. После этого соединяются все точки, в результате чего

получается «паутина» Чем ближе она к центру, тем каждому в группе трудней. Чем ближе паутина к краям окружности, тем лучше группа и тем комфортнее каждому. *Проводим рефлексию. Всем с учащимися решаем: как улучшить атмосферу класса, какие качества группе надо развивать, какой вклад может внести каждый в улучшение климата группы. Психолог должен подвести учащихся к тому, что оставаясь самим собой, каждый должен работать над своими недостатками. «Мы не можем изменить группу, не изменяя себя».*

III. Заключительная часть

1. Упражнение «Подарок»

Цель: положительное завершение тренинга, рефлексия.

Время: 3-5 минут.

Описание упражнения: «Давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплоченными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие». Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе. «Давайте наградим себя за успешное плавание аплодисментами!»

Психологический смысл упражнения: Ритуал, позволяющий завершить тренинг красиво и на положительной эмоциональной ноте.

Обсуждение: «Наш тренинг подошел к завершению. Хочу спросить у Вас, что нового вы сегодня узнали? Что полезного вынесли для себя, для группы?»

Ну вот, все подарки подарены, игры пройдены, слова сказаны. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе Вы – сила! Спасибо всем за участие!»

