

Тренинг на сплочение коллектива 5-6 класс.

Психолог Сабуралиева Й.Т.

Цель: Сплочение коллектива и повышение самооценки детей.

Условия проведения: Необходимо пространство, позволяющее обеспечить безопасность детей, например, спортивный зал. Для ведущего необходимо уделять особое внимание эмоциональной поддержке группы, созданию доброжелательной атмосферы.

Ход занятия

Психолог. Здравствуйте ребята! Мы сегодня проведем тренинг на сплочение.

Цель нашего тренинга – это сплочение нашего коллектива. Что значит сплочённый коллектив? (дружный, где ребята понимают друг друга, идут на помощь и т.д.)

Погружение

— А теперь внимательно слушайте и выполняйте мои команды. Нужно поднять руку тем, у кого сейчас отличное настроение. А теперь тем, у кого, наоборот, настроение не очень. И в заключение пусть поднимут руку вверх все, у кого в классе есть товарищи. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

Вначале вспомним притчу: 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". Сегодня на тренинге мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

1. Упражнение на знакомство.

Упражнение "Рисунок моего Я"(15 мин.)

Цель: Познакомиться с учениками, настроить каждого на работу в группе, вызвать ощущение доверия.

Материалы: листочки бумаги и фломастеры.

Процедура выполнения: Участникам дается задание нарисовать рисунок, символизирующий их индивидуальность. После чего все листочки сворачиваются так, чтобы не видно было рисунка. После каждый по очереди берет по листочку и анализирует рисунок, пытаясь охарактеризовать автора и угадать его.

2..Игра “Я не такой, как все, и все мы разные”

Цель: показать ребятам, что в классе есть много единомышленников.

Материалы: листочки, цветные карандаши

Учащимся в течение 5 минут предлагается нарисовать или описать такое состояние – радость. Рисунок может быть и конкретным, и абстрактным, т.е. каким угодно.

(Во время выполнения задания звучит музыка Чайковского).

- А теперь покажите свой рисунок. Посмотрите на рисунки своих одноклассников. Обратите внимание на различия в понимании радости. Почему? (Вывод: люди по-разному понимают одни и те же вещи).

-А вот ребята нарисовали... (например, раду). (У 3-4 детей забирают рисунки). Вы смогли бы свою раду найти среди остальных работ? (Да.) Почему? (Вывод: каждый человек особенный, неповторимый. Следовательно – каждый человек незаменим.)

3.Игра “Все мы чем-то похожи”

А)Деление на группы.

- А теперь следующее задание. Каждый получает фрагмент картинки, ваша задача: соединить все фрагменты, собрать все 4 картинки.

-Вот вы и разделились на 4 группы! Что вы собрали? (Цветы.) Цветы – это радость нашей жизни. Так радуйте друг друга так же, как эти цветы радуют наш глаз!

Б)Игра.

-Каждая группа пусть составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: “У каждого из нас есть сестра...”, “У каждого из нас есть мягкая игрушка...”, “Любимый цвет каждого из нас – красный...”. У вас есть 8 минут. Победит та команда, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

(Во время выполнения задания звучит инструментальная музыка).

Анализ упражнения:

-Узнал ли ты что-нибудь интересное о ком-нибудь из других детей?

-Есть ли что-нибудь, что объединяет всех детей в классе?

-Есть ли что-нибудь такое, что отличает тебя от всех детей в классе?

-Как вы работали в своей команде?

-Нравится ли тебе быть похожим на других или ты предпочитаешь от всех отличаться?

-Какими должны быть твои друзья: похожими на тебя или совсем другими?

4.Упражнение «Мы одинаковые, но мы разные»

Цель: помочь ребятам как можно больше узнать о своих одноклассниках.

Материалы: листочки, ручки

Ребятам предлагается ответить на вопросы:

- сколько в классе мальчиков, девочек?

- сколько в классе кареглазых, голубоглазых, зеленоглазых, сероглазых ребят?

- сколько ребят в классе имеют брата, сестру?

- сколько ребят в классе имеют кошку, собаку, других животных?

5.Упражнение «Веселый счет»

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

Ход упражнения: Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться.

Психологический смысл упражнения: упражнение позволяет участникам почувствовать другого, понять его мысли с целью более эффективного выполнения задания.

Обсуждение: почему сначала не получалось выполнить задание? Что помогло в выполнении задания?

Время: 5-7 минут.

6.Упражнение «Сочини сказку»

Цель: научить детей дружно делать общее дело .

Материалы: карточки со словами

Ребятам раздаются карточки со словами и словосочетаниями. Начинает один ученик, он читает свою карточку и задает замысел сказки. Дети по кругу читают свои карточки, связывая их с предыдущими, последний ребенок завершает сказку.

Рефлексия тренинга

– Кому, что понравилось, что не понравилось? – Какие выводы сделали для себя. *(Высказывания каждого участника.)*

Ритуал прощания «Мы дружные» (становимся в круг, берёмся за руки и сначала шёпотом, затем чуть-чуть громче и наконец-то очень громко говорим хором «Мы дружные!»)