

Я, ти , він, вона, разом – команда!

Тренінг

5 клас

Тарарук Дарина Павлівна

Мета: формування сприятливого психологічного клімату в класі; покращення взаємодії між учнями класу; первісна діагностика психологічної атмосфери в групі; усвідомлення кожним учасником своєї ролі, функцій у групі; розвиток уміння працювати в команді.

Обладнання: ватман, стікери, малюнки цеглинок, паперові квіти з побажаннями.

Хід тренінгу

Слайд 1

Я- особистість, ти- особистість.

Я – важлива людина, ти- важлива людина.

Я хочу, щоб мене вислухали і ти заслуговуєш на те, щоб бути вислуханим.

Мартін Бубен



Слайд 2

Вихователь. Сьогодні ми поговоримо з вами про психологічний клімат колективу, а також про важливість згуртованості колективу, командну роботу.

Психологічний клімат - це міжособистісні відносини, типові для учнівського колективу, які

визначають його основний настрій.

Метод «П'ять чому». Візьмемо для прикладу будь-який механізм, наприклад, автомобіль.

Скільки у ньому деталей?

Як вони працюють, кожен окремо?

Чи зможе працювати механізм без однієї гайки маленької?

Тобто, командна робота важлива?

Над цими питаннями ми сьогодні замислимося.

1. Вправа «Привітання»

Для того, щоб розпочати нашу вправу, пропоную привітатися, рухами відповісти на мої запитання. Я запитую, ви відповідаєте.

Здрастуйте, діти, учні, друзі.

Нашу зустріч з вами вестиму я. –

*З гарним настроєм хто прийшов – махніть,
Хто чує мене, головою кивніть.
Хто бачить мене, прошу оком моргнути,
Хто любить батьків, ті підведіться трохи.
Хто найвеселіший – ви всім усміхніться,
Хто ввічливий – сусідові злегка вклоніться.
Похитайте головою вправо-вліво, раз, іще раз.
Хто в класі спілкуватись любить,
Хто вміє дружити?
Поплеціть, вас я побачити хочу,
Всього, що я знаю, і вас навчу.*

Слайд 3

2. «Правила групи»

Перш, ніж ми почнемо наш тренінг, давайте обговоримо правила.

Правила роботи в тренінговій групі. Ухвалення (не більше 4-х).

1. Говорити по черзі
2. Бути доброзичливим
3. Не критикувати
4. «Бути тут і зараз»

Слайд 4

3. Вправа «Зернятка очікувань»

На підготовлених стікерах-аркушах у вигляді зерняток учні пишуть свої очікування від тренінгу, озвучують та прикріплюють на горщику квітковому (виготовленому або роздрукованому). Щойно ви посадили зернятка наших очікувань, а вкінці нашої зустрічі ми побачимо чи виросте щось із них.

Слайд 5

1. Вправа «Нові знайомства»

Вихователь. Діти, звісно ми з вами усі знайомі, але зараз ми дізнаємося щось нове та цікаве один про одного.

Візьміть, будь-ласка по одному аркушу А4 та фломастер (олівець, маркер). Намалюйте овал свого обличчя.

Тепер передаємо свій портрет своєму сусідові за часовою стрілкою. Він повинен щось домалювати. І так передаємо по колу, доки не повернеться до вас ваш аркуш.

Отримавши свій аркуш з домальовками, дописами, розкажіть про себе, дивлячись на свій портрет.

Вихователь. Ну що ж, думаю ми побачили один одного трішки іншими. Рухаємося далі.

Слайд 6

5. Вправа «Будиночок асоціацій»

• Що ви уявляєте, коли чуєте слово «команда, колектив»? (Учні створюють асоціативний куц до слова «колектив», підбираючи синоніми).

Колектив: дружба, спільні захоплення, спільна праця, повага одне до одного, допомога, підтримка, друзі, спілкування, спільна мета.

- Які ж риси нам потрібні, щоб у колективі всім було затишно і комфортно? Спробуємо разом виробити риси колективізму.
- Діти, з чого побудований будинок? (З цеглинок)

От, і ви зараз отримаєте цеглинки, на яких потрібно написати асоціацію до слова «команда», «колектив». (Діти отримують вирізані цеглинки з паперу за кількістю учасників).

Потім побудувати будинок із цих цеглинок.

Слайд 7

6. Вправа-розминка «Австралійський дощ»

Мета: забезпечити психологічне розвантаження учасників тренінгу

Хід вправи: учасники стають у коло. Ведучий запитує: «Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо, який він. Зараз по колу ланцюжком ви будете передавати мої рухи. Коли вони повернуться до мене, я передам наступні. Будьте уважні».

В Австралії піднявся вітер (ведучий тре долоні).

Починає накрапати дощ (клацання пальцями).

Дощ посилюється (почергове плескання долонями по плечах).

Починається справжня злива (плескання по стегнах).

А ось і град та справжня буря (тупіт ногами).

Але що це? Буря стихає (плескання по стегнах).

Дощ стихає (плескання долонями по плечах).

Лише рідкі краплі падають на землю (клацання пальцями)

Тихий шелест вітру (потирання долонь).

Ура! Сонце! (руки догори).

Слайд 8

7. Вправа «Крокодил»

Мета: формування команди, навчання вмінню розподілу ролей в групі.

Психологічний зміст вправи: вправа направлена на розвиток навичок координації спільних дій, згуртування групи. Крім того, вона дозволяє розвивати навички невербального спілкування та саморегуляції.

Хід вправи: групи повинні швидко, без слів, використовуючи всіх гравців команди, показати наступне:

- 1) локомотив з вагонами
- 2) глядачів, що дивляться крутий бойовик
- 3) пацієнтів в палаті перед операцією
- 4) оркестр, чий диригент не з'явився на концерт
- 5) Китайську стіну
- 6) Ейфелеву вежу

Обговорення

- Що дає ця гра?
- Чому ідеальна фігура або дія не виходили з першого разу?

Потрібно дати зрозуміти учасникам, що в цій вправі важлива загальна узгодженість їх дій.

Слайд 9

9. Гра «Так чи ні»

Мета: вчити висловлювати оцінні судження

1. Друг – це той, з ким мені добре. (так)
2. Мій друг дружить тільки зі мною. (ні)
3. Мій друг не може гратися з іншими, бо я ображуся. (ні)
4. Друг має бути сміливим і захищати мене. (ні)
5. Друг завжди робить те, що я хочу. (ні)
6. Друг завжди поруч зі мною. (так)
7. Друзі ніколи не сваряться. (ні)
8. Друг завжди допоможе в біді. (так)
9. Я не дружу з тими, хто негарний. (ні)
10. Друг – це той, хто не вчить поганого. (так)

Якщо думка дитини не збігається з думкою більшості, треба заслухати її думку.

10. Перегляд відео «Про командну, групову роботу»

Слайд 10

11. Вправа «Побажання»

Мета: підтримка позитивного психологічного клімату у групі, розвиток вміння розуміти власні бажання та відчувати потреби іншої людини.

Матеріали: горщик з квітами - побажаннями.

Ми сьогодні навчилися взаємодіяти, допомагати один-одному і стали справжнім колективом, командою. Подивіться наш горщик вже забував квітами, а його квіти – це ви, його учасники. Підійдіть і оберіть свою квітку. На квітці побажання.

Слайд 11

Вихователь дякує членам групи за роботу, підводить підсумки .

