

**Государственное бюджетное образовательное дополнительного профессионального
образования (повышения квалификации) специалистов – центр повышения
квалификации
«Региональный социопсихологический центр»**

**Профилактическая программа
«Колючка»
на сплочение коллектива класса
в начальной школе**

Составители: Денисова Ирина Александровна -
социальный педагог;
Савина Наталья Николаевна-
педагог- психолог

Аннотация

В настоящее время, по мнению психологов и педагогов, в 4-х классах наиболее распространены конфликтные отношения между детьми и намечается определенный «кризис сплоченности». Это соответствует возрастным особенностям младшего школьника, в возрасте 10 лет основной потребностью и ведущим типом деятельности становится общение. Отношения в группе влияют на все стороны жизни, включая учебную деятельность. Конфликтные отношения между одноклассниками часто ведут к страху ответов у доски, мешают усвоению материала. Таким образом, развитие сплоченности, улучшение социально-психологического климата, формирование позитивных групповых норм важны не только для развития группы, но и для успешной учебной деятельности. Положительный психологический и педагогический потенциал детского коллектива не может сложиться сам, стихийно. Нужна «окружающая ребенка атмосфера» по социальной мысли (Л.С. Выгодского), внешнее педагогическое влияние и руководство.

Одна из важных проблем при работе на сплочение коллектива - привить навыки сотрудничества, создать в классе дружелюбную атмосферу, в которой дети почувствуют себя в безопасности, повысить самооценку учащихся. Поэтому в настоящее время перед психологами и учителями возникла необходимость практического решения актуальнейшей проблемы – предупреждение и преодоление разногласий в учебном коллективе.

Данная профилактическая программа «Коллочка» направлена на развитие коммуникативной культуры личности и сплочение коллектива младшего школьного возраста.

В качестве дополнительных направлений программы предусмотрена коррекция самооценки детей, повышение активности и самостоятельности.

Цель программы: создание условий для успешного сплочения классного коллектива.

Основные задачи:

1. Повысить эмоциональное сплочение коллектива.
2. Развить навыки общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.
3. Повысить самооценку учащихся.

Адресат: учащиеся четвертых классов.

Программа предназначена для работы с учащимися четвертых классов и рассчитана на 8 занятий. Продолжительность одного занятия – 1 час.

I этап (констатирующий) - первичная диагностика в экспериментальной и контрольной группах.

II этап (формирующий) - работа с детьми экспериментального класса по профилактической программе «Колючка».

III этап (контрольный) - итоговая диагностика.

Ожидаемый результат:

- улучшение эмоционального климата в классе;
- развитие навыков позитивного общения;
- повышение самооценки учащихся.

Реализация профилактической программы «Колючка» проходила на базе ГБОУ СОШ с. Пестровка. Задействованы были учащиеся 4А (20 учащихся- экспериментальная группа) и 4Б (20 учащихся- контрольная группа). Срок реализации программы: сентябрь - ноябрь 2012 года.



«Согласовано»

Директор ГБОУ

Пестравского психологического центра

Е.Г.Горячева

« ____ » ____ 2012 г.

« Утверждаю»

Директор ГБОУ Регионального
социопсихологического центра

Т.Н.Клюева

« ____ » ____ 2012 г.

Учебный план

профилактической программы «Коллочка»

на сплочение коллектива класса

в начальной школе

Цель программы: создание условий для успешного сплочения классного коллектива.

Основные задачи:

- повысить эмоциональное сплочение коллектива.
- развить навыки общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.
- повысить самооценку учащихся.

Категория обучающихся: учащиеся четвертых классов.

Срок обучения: 8 часов.

Режим занятий: 1 час, 1 раз в неделю (8 занятий).

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретические	практические	
1	I. Знакомство.	2	0,5	1,5	Метод социометрии, шкала самооценки и уровня притязаний

2	II. Путешествие по сказке.	5	1,5	3,5	
3	III. Мы вместе	2	0,5	1,5	Метод социометрии, шкала самооценки и уровня притязаний
	Итого:	8 часов	2,4	5,6	

«Согласовано»

Директор ГБОУ
Пестравского психологического центра

_____ Е.Г. Горячева

« _____ » _____ 2012 г.



« Утверждаю»

Директор ГБОУ Регионального
социопсихологического центра

_____ Т.Н. Ключева

« _____ » _____ 2012 г.

Учебно- тематический план
профилактической программы «Колючка»
на сплочение коллектива класса
в начальной школе

Цель программы: создание условий для успешного сплочения классного коллектива.

Категория обучающихся: учащиеся четвертых классов.

Срок обучения: 8 часов.

Режим занятий: 1 час, 1 раз в неделю (8 занятий).

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретические	практические	
1.	Знакомство				
1.1.	«Давай познакомимся»	1	0,3	0,7	Метод социометрии, шкала самооценки и уровня притязаний
1.2.	«Узнаем друг друга»	1	0,3	0,7	
2.	Путешествие по сказке				
2.1.	Введение в сказку	1	0,3	0,7	

2.2.	Продолжение сказки	1	0,3	0,7	
2.3.	Приключения продолжаются	1	0,3	0,7	
2.4.	Прощание со сказкой	1	0,3	0,7	
3.	Мы вместе				
3.1.	С детства дружбой дорожить	1	0,3	0,7	
3.2.	Вместе- мы команда	1	0,3	0,7	Метод социометрии, шкала самооценки и уровня притязаний
	Итого:	8 часов	2,4	5,6	



«Согласовано»

Директор ГБОУ
Пестраевского психологического центра

Е.Г.Горячева

2012 г.

« Утверждаю»

Директор ГБОУ Регионального
социопсихологического центра

Т.Н.Клюева

« » 2012 г.

Профилактическая программа «Колючка»

на сплочение коллектива класса

в начальной школе

В младшем школьном возрасте совместная деятельность является одной из ведущих. Благодаря сплоченному коллективу можно добиться высоких показателей в обучении и улучшить психологический климат в классе.

Важно помнить, что значение межличностных взаимоотношений в коллективе класса огромно, и их нарушение влечет за собой снижение самооценки, возрастанию робости, замкнутости. Необходимо помочь ребенку, чтобы этот фактор не стал тормозом на пути развития личности и коллектива.

Цель программы: создание условий для успешного сплочения классного коллектива.

Основные задачи:

1. Повысить эмоциональное сплочение коллектива.
2. Развить навыки общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.
3. Повысить самооценку учащихся.

Методы работы:

- словесные методы обучения: устное изложение, беседа;
- практические методы обучения: тренинг, игра.

Образовательный процесс проходит более успешно при использовании на занятиях различных форм деятельности, таких как: диагностика, игровые занятия, комбинированные занятия, упражнения, беседы, дискуссии.

Продолжительность курса.

Сроки и этапы реализации программы.

I этап (констатирующий) - первичная диагностика в экспериментальной и контрольной группах.

II этап (формирующий) - работа с детьми экспериментального класса по профилактической программе «Колючка».

III этап (контрольный) - итоговая диагностика.

Ожидаемые результаты:

- улучшение эмоционального климата в классе;
- развитие навыков позитивного общения;
- повышение самооценки учащихся.

Методы и средства оценки эффективности программы.

Для оценки эффективности программы проводились диагностические мероприятия, включающие в себя ряд методик:

1. Методика Дж.Морено для изучения структуры межличностных отношений в классе.
2. Шкала самооценки и уровня притязаний Т. Дембо и С.Я. Рубинштейн, модификация А.М.Прихожан

Профилактические мероприятия разрабатывались, исходя из индивидуальных особенностей детей младшего школьного возраста.

Выявление эффективности работы программы проводилось в два этапа: I – на первых занятиях (проводились диагностические мероприятия); II – по завершении занятий (сравнивались результаты диагностик учащихся проходивших развивающую программу и не участвовавших в ней).

По методике «Социометрия» Дж. Морено, данные исследования показали, что высокий уровень взаимоотношений в экспериментальном классе показало 6 учеников (30 %), что составило на 1 ученика больше, чем в начале года, средний уровень взаимоотношений показали 13 учеников (65 %), что на одного ученика стало больше, а низкий уровень взаимоотношений показал 1 ученика (5 %), что на 2 ученика меньше в целом. Полученные данные после обработки представлены в приложении 3 (таблица 1).

В контрольном классе, можно отметить, что высокий уровень взаимоотношений младших школьников показали 8 учеников (40 %), что составило на 1 ученика больше, чем в начале года, средний уровень показали 10 учеников (50 %), что на одного ученика меньше, и низкий уровень развития взаимоотношений младших школьников показали 10 % в целом на

начало и конец года. В приложении 3 (таблица 2) отражена разница результатов первичной и итоговой диагностики взаимоотношений среди младших школьников в контрольном классе.

По итогам анкетирования по методике Дамбо- Рубенштейн наблюдается повышение уровня самооценки учащихся в экспериментальном классе. Приложение 3 (таблица 4).

Результаты сравнения экспериментального и контрольного класса представлены в приложении 3 (таблица 3).

В результате проведенных исследований наблюдаются положительная динамика личностного развития учащихся, эмоциональное сплочение коллектива класса. В экспериментальном классе наблюдается повышение уровня самооценки учащихся, полученные данные свидетельствуют о положительной динамики в личностном развитии учащихся.

Тема I. Знакомство

Занятие 1. «Давайте познакомимся....»

Цель: создание атмосферы доброжелательности во время знакомства и проведения диагностик.

Задачи:

- информировать учащихся о целях и содержании работы;
- объяснить значимость общения в жизни;
- создать установку на совместную деятельность.

Оборудование: мяч.

I. Содержание.

Приветствие. Упражнение «Мяч по кругу».

Передавая друг другу по кругу мяч, расскажите о себе в следующем порядке:

- Меня зовут...
- Мне нравится, когда ласково меня называют...

II. Разминка. «Распускающийся бутон»

Дети объединяются в группы по 5 человек. Садятся в круг на корточки и берутся за руки. Затем одновременно встают, не отпуская рук, и каждая группа превращается в «распускающийся бутон». Для этого дети должны отклоняться назад, крепко держа друг друга за руки. Здесь очень важно, чтобы группа была хорошо сбалансирована.

Анализ упражнения. Насколько понравилась эта игра? Как ваша группа справилась с заданием? Быстро ли вы смогли подняться? Были ли трудности при этом? Обсуждали ли вы, как будете выполнять? От чего зависит выполнение этой задачи?

III. Работа по теме.

Ведущий переходит к рассказу о значимости общения в жизни и при сплочении коллективов. Общение- это когда разные люди обсуждают что-то их всех интересующее. Как вы думаете, общение необходимо, чтобы ваш класс стал дружным?

Из словаря практического психолога: общение - сложный процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий понимание друг друга, обмен информацией, взаимодействие.

- Антуан де Сент-Экзюпери сказал: “Главная роскошь - это роскошь человеческого общения”
- Как вы понимаете эти слова?
- Что помогает общению друг с другом? (Речь, позы, мимика, жесты т. д.)

- Спасибо всем за ответы и пояснения.

IV. Диагностика:

- методика Дж.Морено для изучения структуры межличностных отношений в классе.

Шкала самооценки и уровня притязаний Т.Дембо и С.Я. Рубинштейн, модификация А.М.Прихожан.

V. Рефлексия. Дети стоят в кругу, характеризуют настроение, обмениваются мнениями о первом занятии.

VI. Прощание. Дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИИ-МЫ».

Занятие 2. «Узнаем друг друга»

Цель: создание условий для личностного роста, атмосферы доверия для полного раскрытия учащихся в группе.

Задачи:

- создать условия для формирования у учащегося стремления к самопознанию;
- способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения.

Оборудование: мел, доска, лист ватмана, маленькие листочки размером 10*10, карандаши или фломастеры, магнитофон, мяч.

Содержание.

I. Приветствие.

Упражнение «Приветствие». Ведущий приветствует всех учеников. Участники стоят в кругу и каждый по очереди называет свое имя и продолжает предложение «Мне нравится....»

II. Разминка Упражнение «Внимание».

Все участники группы стоят в шеренге, повернувшись лицом в одну сторону (при численности группы 14-20 человек можно выполнять упражнение в двух шеренгах, создав соревновательную ситуацию).

Каждое задание надо стремиться выполнить как можно точнее.

- 1) расположитесь в шеренге так, чтобы около меня стоял самый высокий из вас, а на противоположном конце шеренги – тот, у кого самый небольшой рост. Начали!
- 2) В начале шеренги должен стоять человек с самыми темными глазами. В конце- с самыми светлыми.
- 3) Начало шеренги – это 1 января, конец- 31 декабря, надо расположиться по датам (без учета года) рождения.

III. Работа по теме.

Ведущий задает вопрос: что же необходимо собравшимся вместе очень разным людям для успешности их совместной работы?

Подводя итоги обсуждения, ведущий побуждает участников подумать о необходимости соблюдать определенные правила. На доске пишется: **«Нам нужны правила»:**

- доверие (необходимо доверять друг другу во время тренинга);
- активное участие в работе (но если не хочешь говорить, промолчи);
- конфиденциальность (не обсуждать происходящее после занятий);
- умение слушать каждого: не перебиваем говорящего, выслушиваем все до конца, не отвлекаемся.

С этого момента «Правила» должны все время находиться в аудитории», где проходят занятия. Ритуал принятия правил: «Я обещаю.....»

Упражнение «Создание волшебной поляны». Ведущий. Ребята, сегодня вы окажетесь на волшебной поляне. На ней растут самые разные цветы. Эти цветы умеют разговаривать и взаимодействовать друг с другом. Представьте, что вы и есть эти цветы. Подумайте, каким цветком могли быть вы, и нарисуйте его на карточке.

Ведущий раздает детям листочки размером 10х10. звучит спокойная музыка, и ученики рисуют свои цветы. Музыка звучит до тех пор, пока дети рисуют.

Ведущий. Я вижу, ваши рисунки готовы. Прошу поставить их так, чтобы они были хорошо видны другим. Авторы рисунков расскажут, какие цветы они нарисовали, остальные могут задать вопросы, если им что то непонятно.

Ведущий показывает ученикам на лист ватмана на стене. Представим, что этот лист – наша волшебная поляна. Найдите себе место на ней и приклейте цветок там, где бы вам хотелось, чтобы он рос.

Учащиеся при помощи ведущего приклеивают свои цветы к ватману.

IV. Рефлексия

Осмысление полученного опыта. Ведущий предлагает участникам обменяться впечатлениями о втором занятии.

V. Прощание : дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИИ-МЫ».

Тема II. Путешествие по сказке.

Занятие 3. Введение в сказку.

Цель: снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения.

Задачи:

- способствовать формированию опыта взаимодействия в группе;
- учить оказывать и принимать поддержку окружающих.

Содержание.

I. Приветствие.

Упражнение «Цвет моего настроения»: участники в кругу, передавая друг другу мяч, здороваются и сообщают, с каким цветом у них ассоциируется настроение.

II. Разминка.

Упражнение «Улыбка». Благожелательная улыбка – первый признак расположения к человеку, это начало любого разговора и очень простой прием привлечения внимания. Попробуйте, открыто улыбнуться рядом стоящему человеку, обратите внимание на свои ощущения. После обсуждения – вывод: если увидишь лицо без улыбки, улыбнись сам первым.

III. Работа по теме.

Ведущий предлагает повторить правила поведения в группе.

Ведущий. А сейчас послушаем сказку. На большой поляне росла одинокая Колючка. Конечно, она росла там не одна: вокруг было много цветов и трав, но Колючке казалось, что на свете она одна- одинешенька, а если кто и растет рядом, то только одни репейники. Поэтому Колючка ни с кем не дружила. Она часто смотрела в синее небо и размышляла: «Вот небо - большое, чистое и светлое, а вот солнце – теплое, ласковое и нежное, но они так далеки от меня, так недостижимы. А я одинока и привязана к земле.» Она думала так изо дня в день и всё больше сжималась от одиночества, и всё тверже становились её иголочки.

Ведущий. Ребята, а у вас бывает так, что вы чувствуете себя одинокими, не понятыми другими, и от этого вы как бы внутренне сжимаетесь, напрягаетесь?

(ответы детей).

Сейчас мы рассмотрим приемы, которые помогут вам снять напряжение и расслабиться.

(Ведущий показывает ученикам приемы эмоциональной разрядки).

1. Представьте, что вы - Колючка, которая сжалась от напряжения. Напрягите сейчас мышцы всего тела; рук, ног; высоко- высоко поднимите плечи, сильно сожмите кулаки. А сейчас расслабьте все части тела. (Повторяется 3-5 раз).
2. А сейчас еще один прием: сделайте очень глубокий вдох, самый глубокий, задержите дыхание на 10-15 секунд. Теперь выдохните весь воздух из легких и с выдохом расслабьтесь, сбросьте напряжение, возвратитесь к нормальному дыханию.

Почувствовали ли вы напряжение в груди во время вдоха? Заметили ли расслабление после выдоха? Давайте запомним это ощущение, оценим его. (Повторяется 4-5 раз). Вдох следует сочетать с напряжением мышц, выдох – с расслаблением.

Ведущий интересуется у ребят об их ощущениях и объясняет, что расслабление лучше всего ощущается после напряжения и способствует восстановлению сил и энергии, а после глубоких вдохов и медленных выдохов человеку всегда становится легче.

Упражнение на внимание.

Ведущий. Ребята, а вы умеете быть внимательными?

Сейчас мы сделаем упражнение, которое включает в себя несколько заданий. Каждое из них рассчитано на определенное время. Я буду говорить вам, что надо делать, буду следить за временем и сообщать, когда оно закончится.

Задание 1. В течение двух минут молча смотрите друг на друга.

Задание 2. повернитесь спиной друг к другу. Возьмите чистые листы и ручки. Я буду задавать вопросы, относящиеся к внешности вашего партнера, на которые нужно дать письменные ответы.

- Какого цвета глаза у вашего партнера?
- Есть ли у него на лице родинки?
- Если есть, то вспомните, где они находятся?
- Какого цвета у него брови?
- Есть ли у него на лице ямочки?

А теперь повернитесь и проверьте правильность ваших ответов.

Задание3. Сейчас сменим пары. Один из партнеров переходит в пару, стоящую слева от него. В течение минуты молча смотрите друг на друга.

Задание 4. Повернитесь спиной друг к другу. Возьмите тетради и ручки. Я буду задавать вопросы, относящиеся к внешности вашего партнера, на которые нужно дать письменный ответ.

- Какого цвета обувь вашего партнера?
- Есть ли у него на руках, шее, одежде какие-либо украшения?
- Какие?
- На какой руке у него часы?
- Какой формы пуговицы у него на одежде?

Повернитесь лицом друг другу и проверьте правильность ваших ответов.

После выполнения упражнений выясняем, насколько мы были внимательны друг к другу.

Игра «Пересядьте те, кто...»

Цель: повышение позитивного настроения и сплоченности группы, эмоциональное и мышечное расслабление.

Из круга убирается один стул. Ведущий говорит: «Пересядьте те, кто в (красном, в джинсах, у кого есть сестра, кто любит мороженое, у кого есть питомцы, у кого день рождения летом, у кого день рождения зимой) и так далее...

Тот участник, который замешкался и ему не хватило стула - становится ведущим.

Что было сложно, что было легко в этой игре?

IV. Рефлексия: Продолжить фразу: «Сегодня было интересно....», «Больше всего мне понравилось...»

V. Прощание: дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Занятие 4. Продолжение сказки.

Цель: снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения.

Задачи:

- формировать опыт взаимодействия в группе,
- развивать навыки бесконфликтного общения, принятие «отвергнутых» учащихся.

Оборудование: клубок ниток.

Содержание.

I. Приветствие. Упражнения «Поздороваемся!», «С добрым утром!» (познакомить детей со способами приветствия: вербальными и мимическими)

II. Разминка.

Упражнение «Клубочек».

Дети по очереди обращаются друг к другу со словами: «Я рад, сто ты, Оля, рядом со мной». Первый играющий наматывает на палец конец нити от клубка и отдает клубок тому, к кому обращается. Участник, который получает клубок, обматывает нитку вокруг пальца, обращается к соседу и отдает ему клубок. Когда все будут соединены одной нитью, поднимают руки вверх, затем опускают их на колени. Очень важно все делать одновременно, чтобы не разрушить общий круг. Затем клубок сматывается в обратном направлении. При

этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок, обращаясь к другому соседу с теми же словами.

Ведущий. Легко ли было говорить приятные вещи другим детям? Кто-либо тебе сегодня уже говорил что-нибудь приятное? Как ты себя сейчас чувствуешь?

III. Работа по теме.

Ведущий продолжает рассказ.

Однажды утром Колючка проснулась от чьего-то нежного прикосновения. Она посмотрела по сторонам и увидела Солнечный луч.

- Привет!- сказал он ей.- Уже середина лета, все цветы цветут, а ты о чем думаешь?

- Что значит - цветут?- удивилась Колючка. – Я об этом ничего не знаю.

- А ты посмотри вокруг, и увидишь, - улыбнулся Луч.

Колючка оглянулась и впервые заметила, на какой большой, светлой и красивой поляне она растет. Рядом шелестели цветы- яркие и нежные, легкий ветерок ласково касался их и что-то нашептывал, а вокруг летали птицы и пели веселые песни.

Продолжение рассказа. Как же так? – удивилась Колючка. – Здесь такая интересная жизнь, а я ничего не видела, смотрела только в себя и грустила от одиночества. Как глупо!

- Лучик!- воскликнула она. – Помоги мне стать такой же красивой, как эти цветы. Я очень хочу стать красивой!

- Но это же просто, - ответил ей Лучик, - доверься миру, открой ему себя, и все случится само собой.

- Как это? – подумала Колючка.

Ведущий. А действительно, ребята, как Колючке перестать быть одинокой и стать такой же красивой, как окружающие цветы?

Игра «Войди в круг».

Цель: снятие эмоционального напряжения, приобретение навыков конструктивного поведения.

Давайте сыграем в игру. Сейчас некоторые из вас выйдут за дверь. Они будут играть роль Колючки. Кто хочет быть Колючкой?

Несколько ребят вызываются. К ним необходимо присоединить «отвергнутого». Они выходят из класса, а ведущий предлагает оставшимся взяться за руки и образовать круг.

Входящему участнику предлагается войти в этот круг. Предварительно группа договаривается о том, каким образом должен вести себя человек, чтобы его впустили (вежливое приветствие, просьба, выполнение какого-либо условия и тп.). Участник, пытающийся выполнить условия и войти в круг, пробует различные формы общения, пытается

угадать неизвестную ему договоренность группы. Некоторые могут предпринять попытку войти с помощью силы.

Информационный блок: человек не может существовать один. Отношения членов в группе, в коллективе строятся по разному, могут быть взаимными, или подавлять друг друга. Поддерживающие отношения объединяют людей, дают им развиваться. Для этого нужно: уважать друг друга, стремиться понимать и сопереживать друг другу.

При обсуждении игры можно поговорить об агрессии как результате непонимания, невыполнения социальных норм, а так же о том, что у разных групп людей (поколений, наций) существуют свои договоренности о правилах «вхождения в круг», не всегда известные другим.

Ведущий говорит фразу из сказки: Колючка подумала: «Как это?», но все же выпрямилась, посмотрела по сторонам и улыбнулась.

IV. Рефлексия.

Упражнение «Цвет моего настроения»: участники в кругу, передавая друг другу мяч, здороваются и сообщают, с каким цветом у них ассоциируется настроение.

Домашнее задание: предложить дома нарисовать, какой стала Колючка, когда цветы приняли её в свой круг.

V. Прощание. Дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Занятие 5. Приключения продолжаются.

Цель: позитивное развитие межличностных отношений.

Задачи:

- закреплять навыки взаимного уважения и доброжелательного отношения друг к другу;
- снятие напряжения и агрессии;
- воспитать позитивную самооценку учащихся.

Оборудование: магнитофон.

Содержание.

I. Приветствие.

Каждый говорит приветствие, называет свое имя и продолжает предложение «Я люблю....».

II. Разминка

Игра «Молекулы»

Цель: повышение позитивного настроения, сплочение коллектива, эмоциональное и мышечное расслабление.

Члены группы- атомы, свободно двигающиеся по комнате под музыку. По сигналу ведущего атомы объединяются в молекулы по 2,3,4,5 человек. Последний раз объединяются все члены группы.

III. Работа по теме.

Ведущий. Вспоминаем предыдущие занятия и сказку. Анализируют, что им запомнилось, показывают группе сделанные дома рисунки. Все рисунки принимаются и вывешиваются на доске, идет обсуждение.

Игра «Осанка и улыбка».

Цель: повышение самооценки, снятие напряженности.

Ведущий. Ребята, в прошлый раз мы закончили сказку на том месте, где Колючка выпрямилась, посмотрела по сторонам и улыбнулась.

Сейчас я предлагаю вам сделать то же самое.

Встаньте все, выпрямитесь, расправьте плечи, подожмите животики. Поднимите голову так, чтобы она держалась на гордой, высокой шее. Плечи свободные, вы энергичные, дыхание свободное. Улыбнитесь друг другу.

Поза, в которой вы сейчас стоите, - поза уверенного человека. Главное в этом упражнении – найти необходимое внутреннее самоощущение.

Ведущий. А что дальше произошло на волшебной поляне?

Ведущий читает следующий отрывок из сказки.

И вокруг все цветы улыбнулись ей в ответ. Колючка пошевелила корнями и почувствовала, что земля поит её своими водами, подняла голову и увидела, как ей улыбается солнышко, пошевелила листиками и ощутила ласковое прикосновение ветерка. Птицы спели ей красивую песню, и Колючка расцвела.

- Расцвела! Я расцвела! – воскликнула Колючка.- Спасибо тебе, Солнечный Луч. Как здесь хорошо! И красавица Колючка радостно затрепетала – у неё начиналась новая жизнь.

Упражнение «Цветение розы».

Ведущий. Ребята, сейчас вы сделаете еще одно упражнение, которое называется «Цветение розы».

Устраивайтесь поудобнее на своих стульях, закройте глаза, глубоко вздохните несколько раз и расслабьтесь. Представьте себе волшебную поляну. Какая она – большая или маленькая? Какие цветы на ней растут, есть ли там холмики, отдельные кусты? Может быть, на ней есть съедобные ягоды?

(чтобы детям было легче представить себе поляну и цветы на ней, можно включить спокойную музыку.)

Вы видите розовый куст с цветами и бутонами. Обратите внимание на один из бутонов. Он еще полностью закрыт, лишь на верху можно увидеть розовую точку. Вообразите, что зеленая чашечка начинает раскрываться, обнажая пока еще закрытые лепестки цветка. Наконец перед вашим мысленным взором предстает весь бутон, состоящий из розовых лепестков.

Лепестки начинают медленно раскрываться, расходятся в стороны- и вы видите свежую, прекрасную розу во всем её великолепии. Попробуйте уловить её характерный запах, который не спутаешь ни с каким другим. Теперь представьте, что на розу падает солнечный луч, освещая и согревая её...

Попробуйте удержать это изображение.

Теперь отождествите себя с розой. В символическом смысле вы и есть эта роза, вы пробуждаетесь и открываетесь навстречу миру.

Представьте, что вы стали розовым кустом. Ваши корни пронизывают землю, от которой поступают питательные вещества. Ваши листья и цветы растут, тянутся вверх, питаются энергией солнечного света и согреваются ею.

Вообразите, что вы – другие розовые кусты, растения, деревья. Вы- всё, что существует за счет этой жизненной энергии и составляет часть планеты, великого целого. Попробуйте удержать это ощущение.

Я медленно считаю до пяти, на счет «пять» вы открываете глаза и рассказываете, какую вы сумели увидеть поляну и розовый куст на ней.

Дети (по желанию) рассказывают о том, что им удалось представить.

Игра «Ласковые ладошки»

Цель: развитие сплоченности группы, снятие напряжения

Ведущий. Ребята, а вам понравилось, как солнечный луч согревал ваш цветок? Сейчас вы тоже сможете подарить друг другу свое тепло.

Участники занятия становятся в круг друг за другом, и каждый последующий дотрагивается до плеч впереди стоящего (легко, слегка прикасаясь).

Затем один ученик (это может быть отвергнутый) становится в центр круга, и все участники гладят его.

VI. Рефлексия. Дискуссия по занятию. Какой стала Колючка в новой жизни?

V. Прощание. Дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Занятие 6. Прощание со сказкой.

Цель: расширение представлений о положительных качествах характера, необходимых для взаимоотношений со сверстниками.

Задачи:

- осмыслить понятия о положительных и отрицательных чертах характера,
- закреплять навыки взаимного уважения и доброжелательного отношения друг к другу.

Оборудование: листы бумаги, фломастеры, карандаши.

Содержание.

I. Приветствие. Каждый называет свое имя, здоровается и продолжает предложение «Я могу....».

II. Разминка.

Игра «Скульптура человека».

Цель: тренировка умения выражать эмоциональное состояние.

Необходимо создать скульптуру человека, который по вашему мнению является нежелательным в общении. Один «лепит» из другого такого человека и потом объясняет, почему он сделал именно так?

Потом можно поменять задание: слепить человека, который приятен в общении..

Потом обсуждение.

III. Работа по теме.

Анализ сказки.

Ведущий задает ребятам вопросы для анализа сказки:

1. О чем эта сказка?
2. Почему Колючка казалась себе одинокой?
3. Кто помог Колючке изменить взгляд на жизнь?
4. Что она сделала, чтобы расцвести?
5. Есть ли среди ваших знакомые, похожие на Колючку?
6. Знакома ли вам такая ситуация и те чувства, которые испытывала Колючка?
7. Как можно помочь человеку, похожему на сказочную Колючку?
8. Чему мы можем научиться у этой сказки?
9. Какое значение для вашего класса может иметь эта игра, сказка?

Желательно, чтобы каждый участник мог высказать свое мнение. Все мнения заинтересованно выслушиваются и обсуждаются.

Игра «Качества характера».

Ведущий. Ребята, подскажите, а какие качества характера нужны человеку для дружбы?

Доброжелательность, Грубость,

Лживость, Терпеливость, Уступчивость, Отзывчивость, Равнодушие, Заботливость,

Вредность, Скупость, Честность, Щедрость, Драчливость

Жадность, Бескорыстность, Нетерпимость, Зависть, Тактичность

Ответственность, Лстивость, Подлость, Эгоизм, Хвастовство, Вежливость

Дети по очереди высказывают свое мнение, ведущий записывает все предложенные качества на бумагу. В конце обсуждения он их зачитывает.

Игра «Самое ценное».

Ведущий. Сейчас я прошу вас назвать самое ценное свое качество, которое способствует вашему взаимопониманию с другими. Ответьте на вопрос: если бы сейчас вы могли помочь другим прийти к взаимопониманию, что бы вы им сказали?

Назовите черту характера, которая этому способствует. Назовите самое ценное ваше качество.

Игра «Рисунок с поводырем»

Цель: Снятие возбуждения межличностный контакт, опыт беспомощности и ответственности, доверия партнеру.

Группа разбивается на пары, одному из пары завязывают глаза. «Поводырь» подводит партнера к рисунку на стене и используя только вербальные инструкции помогает ему дорисовать элементы рисунка.

IV. Рефлексия. Заканчиваем занятие словами «Сегодня было интересно.....», «Самый хороший человек- Это...»

V. Прощание: дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Занятие 7. С детства дружбой дорожить.

Цель: формирование нравственных качеств: умение дружить, беречь дружбу, общаться в коллективе.

Задачи:

- раскрыть понятие дружбы и взаимоуважения;
- создать позитивную атмосферу в коллективе.

Оборудование: ватман, карандаши, фломастеры, краски, магнитофон.

Содержание.

I . Приветствие. Все участники группы здороваются друг с другом, называя ласково по имени.

II Разминка.

Игра ««Колпак»»

Цель: разрядка, смех, ощущение цельности группы.

«Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак.» Все поют песню несколько раз, каждый раз прибавляют обозначение слова жестом. Последнее исполнение песни состоит практически из жестов.

III. Работа по теме.

Очень давно, когда люди жили маленькими селениями, во главе стоял князь. Чтобы защитить своё селение от врагов, набирал он себе верных, храбрых и мужественных людей в своё войско, которое называлось дружина. Каждого воина потом стали звать другом. Прошли века и теперь другом называют самого верного и надежного человека, который всегда разделит с тобой и радость, и горе, и придет тебе на помощь.

Чаще всего дружба бывает крепкой, верной и долгой, если у людей одинаковые интересы, вкусы, им нравятся одинаковые игры, занятия, если они добрые, отзывчивые.

Коллектив будет дружным и сплоченным, если соблюдать правила Дружбы.

1. Не обзывай и не унижай своего друга.
2. Помогай другу в беде.
3. Не обманывай друга, будь с ним честен.
4. Не предавай своего друга.
5. Умей признать свои ошибки и помириться с другом.

Ведущий с детьми хором проговаривают правила.

Игра «Мне нравится в тебе....»

Ведущий. Наши занятия подошли к завершению. Сейчас каждый из нас скажет своему соседу слева приятные слова, продолжив фразу : «Мне нравится в тебе....»

Игра «Подарок»

Цель: усиление сплоченности, снятие внутренних зажимов.

Каждый по кругу дарит подарок. Эти подарки каждый изображает руками, можно использовать пантомимику. (подарки должны быть приятными)

О чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить подарок? Что проще: подумать, как действовать, или выполнить действие?

IV. Рефлексия.

Игра «Я желаю тебе....»

Ведущий. А сейчас мы поменяемся местами и скажем своему новому соседу пожелание, продолжив фразу: «Я желаю тебе....»

V. Прощание. Дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Занятие 8. «Вместе- мы команда»

Цель: развитие коммуникативных навыков, сплоченности внутри коллектива, умение согласовывать свои действия друг с другом.

Задачи:

- воспитать отношение сотрудничества,
- формировать навыки работы в группе.

Оборудование: листы бумаги А4; фломастеры, разрезанные листы бумаги с яркой картинкой

Содержание.

I. Приветствие. Передают мяч по кругу со словами приветствия и пожелания хорошего настроения друг другу.

II. Разминка.

Упражнение «Рисунок на спине» Участники делятся произвольно на три команды и строятся в три колонки параллельно. Каждый участник смотрит при этом в спину своего товарища. Упражнение выполняется без слов. Ведущий рисует какую-нибудь простую картинку и прячет ее. Затем эта же картинка рисуется пальцем на спин каждого последнего члена команд. Задание - почувствовать и передать как можно точнее этот рисунок дальше. В конце, стоящие первыми в командах, рисуют, то, что они почувствовали, на листах бумаги и показывают всем. Ведущий показывает свою картинку и сравнивает.

Обсуждение в общем кругу. Что помогало понимать и передавать ощущения? Что чувствовали первые и последние члены команд в первом и во втором случае? Что мешало выполнять упражнение?

III. Работа по теме.

Ведущий. Ребята, давайте вспомним правила дружбы.

1. Не обзывай и не унижай своего друга.
2. Помогай другу в беде.
3. Не обманывай друга, будь с ним честен.
4. Не предавай своего друга.

5. Умей признать свои ошибки и помириться с другом.

И чтобы не быть Колючкой в жизни, соблюдайте правила. Они помогут быть сплоченными и дружными.

Ведущий. Давайте сделаем нашу жизнь хорошей, давайте помогать друг к другу в трудную минуту, давайте выбирать хороших и верных друзей. Давайте не будем ссориться и скажем друг другу слова известного мультипликационного героя, терпеливого и добрейшего кота Леопольда “Ребята, давайте жить дружно!”.

Игра «Спуск- подъем» . Начиная с двух участников, необходимо встать спиной друг к другу и под счет присесть- встать, при этом необходимо поддерживать друг друга.

Обсуждение. Что было легко и что сложно?

IV. Диагностика:

- методика Дж.Морено для изучения структуры межличностных отношений в классе.
- Шкала самооценки и уровня притязаний Т.Дембо и С.Я. Рубинштейн, модификация А.М.Прихожан.

V. Рефлексия. «Я желаю тебе....»

VI. Прощание. Дети стоят в кругу, берутся все за руки и хором произносят «ДО-СВИ-ДА-НИ-МЫ».

Список литературы:

1. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – М. : Совершенство, 1998. (Практическая психология в образовании).

2. Григорьева, Т. Г. Основы конструктивного общения: Методическое пособие для педагогов-психологов / Т. Г. Григорьева, Л. В. Линская, Т. П. Усольцева. – Новосибирск: Издательство Новосибирского университета, 1999.
3. Практическая психология образования: Учебное пособие для вузов / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Н. И. Гуткина и др. ; Под ред. И.В. Дубровиной. – М. : Просвещение, 2003.
4. Федоренко, Л. Г. Секреты общения / Л. Г. Федоренко. – СПб. : КАРО, 2003.
5. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; в 4-х томах. Т. 4. – М. : Генезис, 2001.

Приложение 1.

Бланк социометрического опроса

Ф.И. _____ Класс _____

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашего класса, с учетом отсутствующих.

1. С кем бы ты хотел сидеть за одной партой?

A)

Б)

В)

2. Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?

A)

Б)

В)

3. Кого в классе ты считаешь добрым и справедливым?

A)

Б)

В)

4. Кого бы ты хотел видеть рядом, если окажешься в трудной ситуации?

A)

Б)

В)

5. С кем бы ты ни за что не хотел оказаться в трудной ситуации?

A)

Б)

В)

Приложение 2.

Методика Дембо- Рубенштейн

БЛАНК

Здоровый	Умный, способный	Хороший характер	Авторитетен у сверстников	Способный	Красивый	Уверенный в себе
						
Больной	Глупый, неспособный	Плохой характер	Презирается сверстниками	Не способный	Некрасивый	Не уверенный в себе
здоровье	ум, способности	характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	уверенность в себе

Таблица 1

Динамика уровня взаимоотношений среди учащихся по методике «Социометрия»
Дж. Морено (сентябрь 2012 г.)

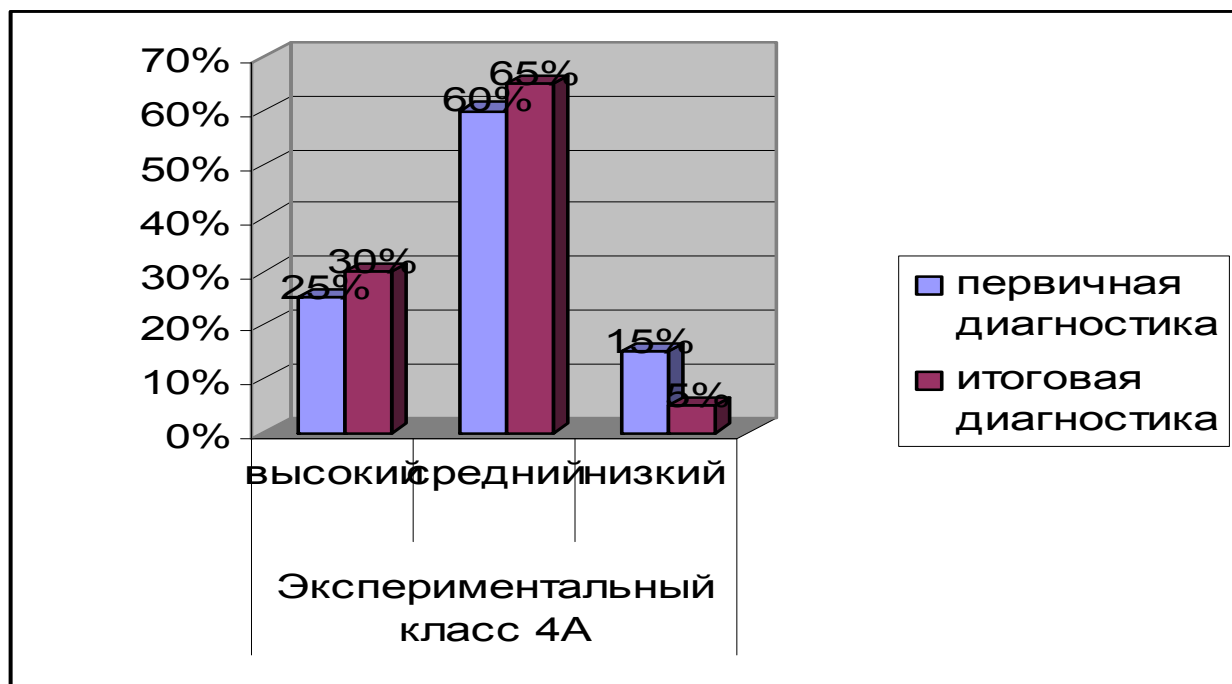


Таблица 2

Динамика уровня взаимоотношений среди учащихся по методике «Социометрия»
Дж. Морено (сентябрь 2012 г.)

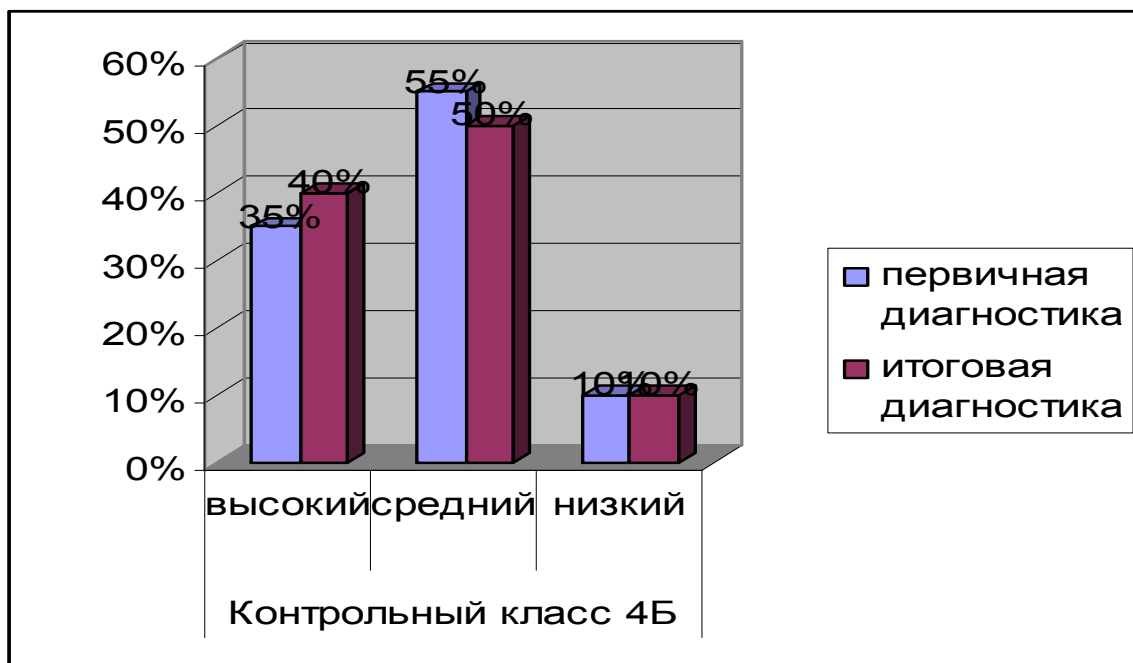


Таблица 3

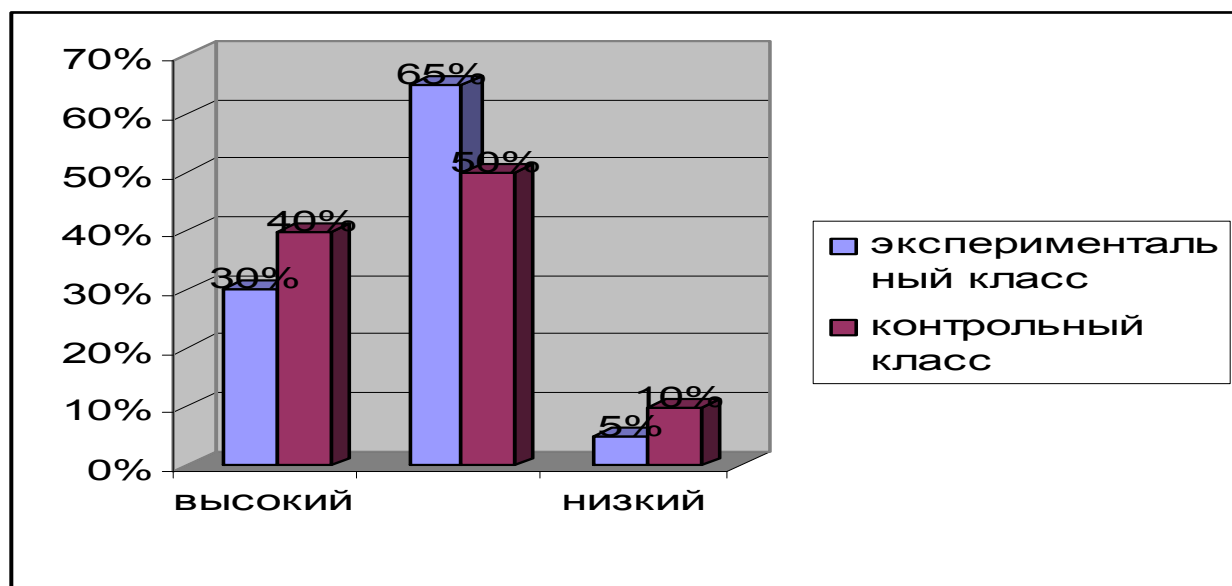


Таблица 4

Результаты уровня самооценки учащихся

Самооценка	5 Очень высокая	4 Высокая	3 Норма	2 Низкая	1 Очень низкая
До занятий	58%	17%	17%	8%	0%
После занятий	33%	50%	17%	0%	0%

Приложение 4.



