

Городской округ Ханты-Мансийск  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 6 имени Сирина Николая Ивановича»  
(МБОУ "СОШ № 6 им. Сирина Н.И.")

---

«РАССМОТРЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

• «УТВЕРЖДАЮ»

Протокол Методического совета  
от 31.08.2021 № 1  
Председатель

Заместитель директора  
по воспитательной работе

Приказ №677 от 31.08.2021  
Директор

 Л.И. Васильева

 Т.В. Колесникова



С.О. Москвина

## 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

### Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка межнациональной толерантности «Единение»

Автор-составитель: С.А.Адыгезалбекова

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сегодня наша страна, как и многие мировые державы, переживает крупномасштабные миграции населения. Резкое изменение привычных условий жизни, вызванное переездом семьи в другую страну или регион с иными культурными традициями, языком, приводит к размыванию типичных форм культурной самоидентификации людей, серьезному дискомфорту, который переживают даже взрослые, не говоря уже о дезориентации детей всех возрастов. В этой связи все более актуальной для педагогики становятся проблема социальной адаптации ребенка к новым условиям жизни, к изменившемуся социуму.

Детский сад, школа и семья – важнейшие институты первичной социализации. Именно там в общении с педагогами и сверстниками дети из семей мигрантов осваивают пространство культуры, нормы поведения, приобретают жизненные навыки. Во взаимодействии взрослых с детьми, детей друг с другом происходит формирование и изменение мотивационно-ценностной системы личности ребенка из семьи мигрантов, возникает возможность для предъявления детям социально значимых норм и способов поведения. Все это позволяет предположить, что эмоциональное благополучие коллектива при интеграции в него ребенка из семьи мигрантов возможно прежде всего при условии взаимодействия взрослых участников образовательного процесса – педагогов и родителей воспитанников.

Современная школа становится полиэтнической, ее отличительными чертами можно считать многонациональный состав школы в целом, многонациональный состав класса в частности, разный уровень владения русским языком, разный уровень общей культуры.

Данная программа разработана для обучающихся в российской школе. Она предусматривает организацию и проведение игр, упражнений и тренингов социального действия по развитию толерантного отношения, коммуникативных навыков, формированию позитивных жизненных целей, формированию представления о жителях округа, что позволит способствовать решению проблемы межкультурной межнациональной коммуникации

### НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ ОСНОВА ПРОГРАММЫ

- Конвенции ООН о правах ребенка – Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года;
- Конституции РФ – 12 декабря 1993 года;
- Гражданского кодекса РФ - № 51-ФЗ от 30.11.1994 года;
- Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» - № 273-ФЗ от 21 декабря 2012года;
- Федерального закона № 120 «Об основах системы профилактики, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» № 120-ФЗ от 24 июня 1999 года;
- Федерального закона № 124 «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;

- Постановления Правительства РФ от 20.08.2013 № 718 «О Федеральной целевой программе "Укрепление единства российской нации и этнокультурное развитие народов России (2014 - 2020 годы)»;
- Распоряжения Правительства РФ от 9 апреля 2016 г. № 637-р «Концепция преподавания русского языка и литературы в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства РФ от 9 апреля 2016 г. № 637-р «Об утверждении концепции преподавания русского языка и литературы в Российской Федерации»;
- «Стратегии развития образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2020г.» (распоряжение Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 19.02.2010г. № 91-р);
- постановлений и соответствующих нормативно-правовых актов ХМАО-Югры, Ханты-Мансийска;
- Устава МБОУ «СОШ №6 им. Сирина Н.И.» и другими локальными актами, а также настоящим Положением.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Создание благоприятной психологической и культурной среды, способствующей формированию этнокультурной компетентности, улучшения межкультурной коммуникации обучающихся:

- актуализация потребности обучающихся в приобретении опыта сотрудничества, на основе осмысления того, что мешает и помогает общей работе;
- формирование способности к толерантности как личностного качества обучающихся через создание доброжелательной атмосферы взаимодействия в классе, когда каждый ученик сможет прояснить для себя непонятное, предложить свою точку зрения в обсуждении, принять мнение одноклассника, непохожее на собственное;
- умению прислушиваться к своим чувствам, оценивать результаты своих усилий (рефлексия собственной деятельности);
- организация самопознания в доброжелательную, конструктивную обратную связь в процессе педагогического взаимодействия;
- оказание помощи детям, в разрешении межличностных конфликтов;
- обеспечение коррекции развития личности (при наличии проблемы).

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Целью системы работы с учащимися многонационального коллектива в рамках общеобразовательной школы является формирование толерантности к обществу, в котором проходит социализация ребенка, как система взаимодействия развития личности в культурно-исторических условиях общества. Для детей важнейшей является проблема социально-психологической адаптации к новой ситуации обучения в новой языковой и культурной среде, так как, попадая в школьный мир, ребенок оказывается перед множеством разнообразных выборов, касающихся всех сторон жизни в нем: как учиться и строить свои

отношения с учителями, общаться со сверстниками, относиться к тем или иным требованиям и нормам.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Программа представляет практическую разработку занятий в виде тренинговых практических заданий информации по заданной теме и нацелена на оказание специальной помощи обучающимся, направленной на раскрытие внутреннего потенциала личности, активизацию его собственных ресурсов по решению проблем.

При этом могут быть успешно решены следующие группы проблем в развитии ребенка:

- личностные проблемы развития;
- проблемы социализации в обществе;
- сохранение жизни и здоровья;
- расширение пространства досуга.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Результаты работы по программе должны показать: что учащиеся, которые учились по данной программе, демонстрируют меньше отклонений в поведении, и обучении. Педагоги и родители в большей степени удовлетворены отношениями с детьми и их сверстниками, а приобретенные навыки позволяют эффективно общаться и справляться с возникающими проблемами.

Оценивание результатов работы: метод анкетирования, опроса и наблюдения.

## **СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**

Программа состоит из двух подпрограмм:

- Подпрограмма «Навстречу» (для обучающихся 1-4 классов);
- Подпрограмма «Мы едины - мы друзья» (для обучающихся 5-9 классов).

Данная программа может дополняться отдельным блоком «Программа по русскому языку для детей с неродным русским языком».

Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников в качестве профилактики неблагоприятных процессов. На занятиях подростки получают знания о том, как общаться с представителями другой национальности, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Данный курс помогает приобрести знания об образе жизни обычаях нравах в системе этнокультурных свойств того или иного народа, наладить адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать свое поведение.

В процессе проведения занятий ведущий следит за отношениями участников, старается предупреждать ситуации, ведущие к возникновению конфликтов, формирует дружеские взаимоотношения среди детей.

**Методы и формы работы:** беседа; ролевая игра; упражнения по межличностной коммуникации; дыхательные и двигательные упражнения; методы самовыражения (в рисунке, в создании образа).

**Структура** занятий включает: тему занятия, цель, оснащение занятий, информационный блок (для ведущего), разминку, работу по теме занятия, которая включает разные формы: игру, анкетирование, беседу, упражнения на развитие психических процессов и личных качеств, домашнее задание и рефлексию. Программа состоит из 34 занятий. Занятия проводятся с группой 12-15 человек один раз в неделю.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### подпрограммы по социализации и адаптации детей-мигрантов «Навстречу» (для обучающихся 1-4 классов) программы кружка толерантности «Единение»

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Разрешите представиться	2
2	Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других	3
3	Я в мире людей	3
4	Поведение и культура	3
5	Общение в моей жизни	4
6	Общение и уважение	4
7	Конфликт – неизбежность или...	2
8	Комплимент – дело серьезное?	2
9	А без друзей на свете трудно жить	2
10	На пути к гармонии...	3
11	Подготовка к открытым мероприятиям	5

**Всего 34 часа**

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### подпрограммы по социализации и адаптации детей-мигрантов «Мы едины – мы друзья» (для обучающихся 5-9 классов) программы кружка толерантности «Единение»

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Вводное занятие	2
2.	Понятие толерантности	6
3.	Толерантный человек – человек, живущий с миром	3
4.	Диагностика толерантности.	1
5.	Проявление нетерпимости. Богатые и бедные.	9
6.	Расовая принадлежность: происхождение рода Номо.	1
7.	Большинство и меньшинство.	1
8.	Нетерпимость к асоциальным группам.	1
9.	Люди с ограниченными возможностями и здоровые люди.	1
10.	«Мы- команда одного корабля»	1
11.	«Беженцы в России»	1
12.	«Стремись творить добро»	1
13.	Я- толерантный человек. «Толерантное выражение своих негативных чувств, такие как недовольство, обида, огорчение с помощью имен прилагательных.»	1
14.	Нетерпимость к асоциальным группам.	1
15.	Стереотипы и предрассудки.	1
16.	Как противостоять нетерпимости	1
17.	Подведение итогов.	1
18.	Подготовка к выступлениям в городских мероприятиях.	10

Всего: 34 часа

**Календарно-тематическое планирование  
подпрограммы по социализации и адаптации детей-мигрантов  
«Навстречу» (для обучающихся 1-4 классов)  
программы кружка толерантности «Единение»**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Содержание проблемы	Основные понятия (Ключевые слова)	Программа развития учащихся	Дата
1	Разрешите представиться	2	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.	Общения, доверия, доброжелательность, нерешительность, дружба.	принятие правил поведения в группе, развитие навыков правильного знакомства; создание предпосылок для возникновения и развития межличностных отношений.	06.09  13.09
2	Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других	3	Каждый человек способен на многое, если вовремя сумеет заглянуть в себя и увидеть то зерно, которое даст разумные всходы.	Нет исключения из правила, что каждому хочется быть исключением из правил. <b>Малкольм Форб</b>  «Вот я какой!».	развивать навыки самопознания и принятия самого себя, осознать ценность и уникальность личности каждого подростка	20.09  11.10  18.10
3	Я в мире людей	3	Человек не может существовать один. Он находится в системе	Национальность, национальные традиции	развивать коммуникативные навыки, вырабатывать	01.11  15.11

			взаимоотношений с другими людьми. Отношения членов коллектива, группы могут строиться на разных основах, носить характер взаимной поддержки или взаимного подавления.		доброжелательное отношение друг к другу.	16.05
4	Поведение и культура	3	Культура поведения воспитывается с детства. Хорошие манеры необходимы каждому. Если они станут внутренней потребностью человека, то помогут в значительной степени устранить множество поводов для плохого настроения, которое еще подчас порождает грубость и невоспитанность людей.	Межличностное общение вежливыми и предупредительными	стимулировать поведенческие изменения, обучать индивидуализированным приемам межличностного общения	21.11 26.11 23.05
5	Общение в моей жизни	4	Взаимодействие начинается с самого рождения: сначала в кругу семьи, затем в детском саду, в школе. Вот тут-то и начинается самое интересное: чем старше вы становитесь, тем лучше понимаете, кто вам нравится, кто — нет, с кем бы вы хотели дружить, а с кем нет, а к 6-7-му классу вы уже точно определяете свои симпатии и антипатии. Возникает множество вопросов, связанных с общением в различных ситуациях.	Симпатии и антипатии	дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.	06.12 13.12 20.12 27.12

6	Общение и уважение	4	Мы с удовольствием проводим время с теми, кто нас понимает, кто нам интересен, и стараемся избегать общения с людьми, которые неприятны и не вызывают симпатии. Однако такое общение не только неизбежно, оно может быть плодотворным и полезным.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Благодарность</li> <li>2. Великодушие</li> <li>3. Вежливость</li> <li>4. Доброжелательность</li> <li>5. Доброта</li> <li>6. Сострадание</li> <li>7. Милосердие</li> <li>8. Любовь к людям</li> <li>9. Забота о близких</li> <li>10. Послушание</li> <li>11. Щедрость</li> <li>12. Умение прощать</li> <li>13. Внимание, внимательность</li> </ol>	<p>формировать навыки эффективного повседневного общения, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	04.04 11.04 18.04 25.04
7	Конфликт – неизбежность или...	2	Все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, что наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной, приводящей к возникновению конфликтов (барьеров в общении).	<p><b>Соперничество.</b>  <b>Избегание.</b>  <b>Сотрудничество.</b>  <b>Приспособление.</b>  <b>Компромисс</b></p>	<p>обучать детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.</p>	17.01 24.01
8	Комплимент – дело серьезное?	2	С помощью комплимента можно исправить настроение, изменить его в позитивную сторону.	<p><b>Правило 1.</b> Искренне интересуйтесь другими людьми.  <b>Правило 2.</b> Помните, что имя человека — это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.  <b>Правило 3.</b> Улыбайтесь.  <b>Правило 4.</b> Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о самих себе.  <b>Правило 5.</b> Говорите о том, что интересует вашего собеседника.  <b>Правило 6.</b> Внушайте вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне.</p>	<p>развивать умение замечать положительные качества в людях, выражать это в доброжелательной и приятной форме.</p>	31.01 07.02

9	А без друзей на свете трудно жить	2	Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей.	Друг, дружба	осмыслить понятия «друг», «дружба», совершенствовать навыки общения.	14.02 21.02
10	На пути к гармонии...	3	Искренность, уравновешенность, понимание самого себя и других — вот залог счастья и успеха в любой области деятельности.	Совесть. Честь. Толерантность	закрепить полученные знания.	28.02 07.03 28.03
11	Подготовка к открытым мероприятиям	5	<p><b>Цель:</b> объединение детей различных национальностей и вероисповеданий через культурное наследие поколений и создание площадки для взаимопроникновения национальных традиций.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство участников с уникальными культурами разных народов.</li> <li>• Воспитание у подрастающего поколения чувства интернационализма, толерантности, взаимного уважения и межнационального согласия.</li> <li>• Содействие формированию ценностного отношения детей, подростков и молодежи к традиционной отечественной культуре.</li> <li>• Содействие становлению этнической идентичности детей, подростков и молодежи.</li> <li>• Формирование навыков межнационального общения.</li> </ul>		<b>Умение применять полученные навыки на практике, транслировать хорошее в окружающую среду</b>	27.09 04.10 25.10 21.03 08.05 30.05

**Всего 34 часа**

### **Календарно-тематическое планирование**

**подпрограммы по социализации и адаптации детей-мигрантов  
«Мы едины – мы друзья» (для обучающихся 5-9 классов)  
программы кружка толерантности «Единение»**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Содержание проблемы	Основные понятия (Ключевые слова)	Программа развития учащихся	Дата
1	Вводное занятие	2	Ознакомление со структурой программы;  Выявление целей и задач изучения данной проблемы.	Культура, религия, социальное общество.  Толерантность;  Терпимость	Умеют выделять из общего смысла основные задачи и цели.  Понимают значение поставленных целей.	03.09  10.09.
2	Понятие толерантности	6	Понимание толерантности. Толерантность - это проявление терпимости, понимания и уважения к личности другого человека независимо от каких-либо отличий.	Толерантность;  Терпимость;  Индивидуальность.  Вероисповедание	Знают основные определения; Комментируют мнения и факты; Дают оценку действительности на основе имеющегося жизненного опыта.	17.09 24.09 01.10 08.10 15.10 22.10 12.11
3	Толерантный человек – человек, живущий с миром	3	Развивать стремления быть терпимым в обществе людей; воспитывать интернационализм . Развитие устной речи.	интернационализм	Дают историческую оценку проявлениям толерантности в разные исторические эпохи.	19.11 22.11 29.11
4	Диагностика толерантности.	1	Выявление уровня толерантности .	Диагностика.	Умеют работать с анкетами. Умеют делать выводы по полученным данным.	03.12 10.12
5	Проявление нетерпимости.  Богатые и бедные.	9	Богатые и бедные. Теория справедливого неравенства. Равенство в распределении благ, равенство «возможностей», равенство перед законом. Богатые	Справедливое неравенство, распределение благ.  Причины имущественного расслоения.	Оценивают действительность. определяют основные причины проявления данных явлений. выявляют отличительные признаки	17.12 24.12 14.01 21.01 28.01 04.02 11.02 18.02 25.02

			и бедные. Теория справедливого неравенства. Равенство в распределении благ, равенство «возможностей», равенство перед законом. Причины имущественного расслоения.		Оценивают действительность. определяют основные причины проявления данных явлений. выявляют отличительные признаки богатых и бедных.	
6	Расовая принадлежность: происхождение рода Номо.	1	Происхождение человека. Мутирование и современный генофонд. Формирование отличительных черт человеческих рас.	Человек. Мутация. Генофонд	Знают основные теории происхождения человека. Определяют основные отличительные черты рас, знают причину их проявления	04.03
7	Большинство и меньшинство.	1	Большинство и меньшинство. демократия и меньшинство. Толерантность в демократическом обществе. меньшинства: религиозные, национальные.	Демократия. Демократическое общество. Религиозные меньшинства. Национальные меньшинства	Комментируют мнения и факты известных правоведов. Дают оценку правовой действительности	25.03
8	Нетерпимость к асоциальным группам.	1	Нетерпимость к асоциальным группам. Бомжи — социальная проблема отдельных людей в нашем регионе. Российский опыт борьбы с нищенством и бездомностью. Право на достойный уровень жизни.	Асоциальные группы. нищенство. Бездомность	Комментируют мнения и факты из источником СМИ. Дают личностную оценку правовой действительности.	01.04

9	Люди с ограниченными возможностями и здоровые люди.	1	Инвалиды и здоровые люди. Понятие «инвалид». Могут ли здоровые люди и люди с ограниченными возможностями иметь равные права.	Инвалид.  Люди с ограниченными возможностями.	Знают тяжелую ситуацию людей данной категории. Умеют адекватно реагировать на данный факт и воспринимать с действительность с моральной человеческой позиции.	08.04
10	«Мы- команда одного корабля»	1	Дать уч-ся представление о людях, населяющих планету Земля; подвести к тому, что люди любой национальности имеют право на счастье. планету Земля;	Дружба Уважение добрый. умный смелый,	Дают оценку действительности на основе имеющегося жизненного опыта.	15.04
11	«Беженцы в России»	1	Формировать и развивать гуманное отношение	Беженцы	Дают оценку действительности на основе имеющегося жизненного опыта.	22.04
12	«Стремись творить добро»	1	Дать возможность детям поразмышлять над милосердием.	Инвалиды, нуждающиеся		29.04
23	Я- толерантный человек. «Толерантное выражение своих негативных чувств, такие как недовольство, обида, огорчение с помощью имен прилагательных.»	1	Правописание родовых окончаний имен прилагательных	Я- свет. Я- любовь. Я- мир и согласия.		06.05
14	Нетерпимость к асоциальным группам.	1	Нетерпимость к асоциальным группам. Бомжи — социальная проблема отдельных людей в нашем регионе. Российский опыт борьбы с нищенством и бездомностью. Право на достойный	Асоциальные группы. нищенство.  Бездомность	Комментируют мнения и факты из источником СМИ. Дают личностную оценку правовой действительности.	13.05

			уровень жизни.			
15	Стереотипы и предрассудки.	1	Стереотипы и предрассудки: причины их возникновения и влияния на нашу жизнь. Роль СМИ в создании предрассудков и стереотипов  «Образ врага» как один из самых устойчивых стереотипов.	Стереотип.  Предрассудки	2 Знают жизненную позицию неприемлемости стереотипов и предрассудков. Умеют выделять неискаженную информацию из СМИ. Дают оценку состоянию информационного поля в родном регионе.	20.05
16	Как противостоять нетерпимости	1	Как противостоять нетерпимости. Роль гражданского общества и правового государства в борьбе с проявлениями нетерпимости	Нетерпимость.  Гражданская активность.	Умеют противопоставить себя проявлению нетерпимости. Знают суть гражданской активности.	27.05
17	Подведение итогов.	1	Анкетирование учащихся			28.05
18	Подготовка к выступлениям в городских мероприятиях.	10	Работа в агитбригадном направлении. Пропаганда красоты различных национальных культур.	Национальные традиции	Умение донести до слушателя суть информации	29.12 18.02 25.02 11.03 18.03

Всего: 34 часа

## ЛИТЕРАТУРА

- 1 Белинская Е. П., Стефаненко Т. Г. Этническая социализация подростка. М.; Воронеж, 2000.
- 2 Грушевицкая Т. Г., Попков В. Д., Садохин А. П. Основы межкультурной коммуникации. М., 2002.
- 3 Корнеева Е. Н. Нестандартные дети. Ярославль, 2007.
- 4 Корнеева Е. Н. Образовательное взаимодействие и его интегративная регуляция. // Системогенез учебной и профессиональной деятельности. Ярославль, 2005.
- 5 Роль высшего образования в развитии межэтнической толерантности. Сборник научных трудов. Ярославль, 2002.
- 6 Ильяева И.А., Кожемякин Е.А. Межкультурные коммуникации в современном мире. Учебное пособие по спецкурсу. – Белгород: изд-во БелГТАСМ, 2001. – 159с.
- 7 Кожемякин Е.А. Межкультурные коммуникации: от теории к практике. Монография. – Белгород: изд-во БелГУ, 2003. – 119с.
- 8 Александрова Д. А. и др. Дети и родители – мигранты во взаимодействии с Российской школой // Вопросы образования. журн. 2012, № 1. С. 176-187.
- 9 Шапошникова Т. Д. К проблеме адаптации детей из семей мигрантов в современном социокультурном пространстве // Начальная школа. Журн. 2012 №5 С 87-92.
- 10 Дьякин Е. Н. и др. Обучение детей-мигрантов: проблемы и решения // Коррекционная педагогика Журн. 2012 С 35-38.
- 11 Юдина Н. Воспитание коммуникативной культуры у учащихся 5-6 классов // Школьный психолог Журн. 2007 №12 С 18-32.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Занятие № 1. «Разрешите представиться»

(1 час 20 минут)

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

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

#### 1. Начало занятия

Ведущий рассказывает кратко о себе, о целях курса.

**Информационный блок Ведущий.** Начиная с сегодняшнего дня, мы будем заниматься на уроках, 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 встречи 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, уважать мнение других людей.

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.

(Далее ведущий предлагает познакомиться поближе.)

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. Разминка**

### **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?

**3. Работа по теме занятия *Ведущий*.** Для того чтобы всем было комфортно работать в группе, необходимо принять правила.

### **Правила работы в группе**

#### **Нужно**

- Смотреть на того, к кому ты обращаешься.
- Выражать свое мнение, начинать речь словом «я»: я считаю, я чувствую, я думаю.
- Внимательно слушать, когда говорят другие.
- Уважать чужое мнение.
- Говорить искренне.
- Шутить и улыбаться.
- Говорить по одному.
- Начинать и заканчивать занятия вовремя.

#### **Нельзя**

- Угрожать, драться, обзывать, передразнивать и гримасничать.
- Начинать свою речь словами «ты, вы, он, она, они, мы».
- Сплетничать (рассказывать о чувствах другого человека или его поступках за пределами группы).
- Шуметь, когда кто-то говорит.
- Врать.
- Ставить другим оценки, давать определения и критиковать.
- Перебивать.
- Опаздывать.

Сформулированные правила оформляются на листе ватмана и вывешиваются на стену.

## **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 морозящего 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. Морозящий 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.

## **Упражнение «Интервью»**

**Ведущий.** Я хочу предложить сыграть в игру, которая протекает следующим образом: вы получаете 10 минут на то, чтобы побольше узнать обо мне, то есть взять интервью. Каждый из вас может задать мне какой-нибудь вопрос. Например:

### **Перечень вопросов**

- Есть ли у вас дети?
- Как вы обходитесь со своими детьми?
- Получали вы когда-нибудь двойки?
- Проваливались ли вы когда-нибудь на экзамене?
- Чем вы гордитесь?
- Вы боитесь чего-нибудь? И т.д.

Игра помогает улучшить контакт с детьми, создает в группе атмосферу открытости и честности. Игра дает соответствующий эффект особенно в том случае, когда дети ведут себя неуверенно или беспокойно. После того как педагог ответил на вопросы детей, он задает вопросы группе:

- Есть ли в вашей семье, кроме вас, другие дети?
- Вы старший или младший ребенок в семье?
- У кого из вас самое необычное увлечение?
- Есть ли в классе лидер? И т.д.

## **4. Домашнее задание**

Заполнить анкету (раздается каждому ребенку).

## 5. Разминка

### 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.

## 6. Рефлексия

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.).

### Занятие № 2. «Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других»

(1 час 20 минут)

Нет исключения из правила, что каждому хочется быть исключением из правил.

#### *Малкольм Форб*

**Цель:** дать детям возможность осознать ценность и уникальность каждой личности каждого подростка; развивать навыки самопознания и принятия самого себя и других.

#### **Анкета «Вот я какой!»**

Меня зовут \_\_\_\_\_

Мне \_\_\_\_\_ лет

У меня глаза \_\_\_\_\_

У меня волосы \_\_\_\_\_

Улица, на которой я живу, называется \_\_\_\_\_

Моя любимая еда \_\_\_\_\_

Мой любимый цвет \_\_\_\_\_

Мое любимое животное \_\_\_\_\_

Моя любимая книга \_\_\_\_\_

Моя любимая телевизионная передача \_\_\_\_\_

Самый прекрасный фильм, который я видел \_\_\_\_\_

Я люблю в себе \_\_\_\_\_

Моя любимая игра \_\_\_\_\_

Моего лучшего друга зовут \_\_\_\_\_

Страна, в которую я бы хотел съездить, — \_\_\_\_\_

Лучше всего я умею \_\_\_\_\_

Моих братьев и сестер зовут \_\_\_\_\_

Больше всего мне запомнился такой случай из моей жизни: \_\_\_\_\_

Самая главная моя цель \_\_\_\_\_

**Материалы:** мяч, листы бумаги по количеству участников, набор разнообразных предметов (игрушки, объемные геометрические фигуры и т.д.).

#### **1. Приветствие**

Все участники группы берутся за руки и здороваются друг с другом, называя по имени.

#### **2. Разминка**

##### **Игра «Ласковое имя»**

Дети стоят в кругу. Педагог просит вспомнить, как их ласково называют дома. Затем предлагается бросать друг другу мяч. Ребенок, к которому попадает мяч, называет свое ласковое имя. После того как все назовут свои имена, мяч бросается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому бросаешь мяч.

### **3. Анализ домашнего задания**

Дети по желанию зачитывают свои анкеты «Вот я какой!». Вопросы

— С кем из детей у тебя больше всего общего?

— Чьи ответы показались тебе самыми интересными?

— На какой вопрос тебе было труднее всего ответить?

— Попробуйте сравнить себя с хорошо знакомым человеком. Это может быть близкий друг или подруга. Найдите различия во внешности, стиле одежды, в манере разговаривать...

### **4. Работа по теме занятия**

**Информационный блок. Беседа «Что я знаю о себе?» Ведущий.** Что, кроме нашей внешности, делает нас непохожими на других?

В форме групповой дискуссии обсуждаются различные сферы проявления «Я». Чем дети отличаются друг от друга? Что между ними общего?

Участникам дается представление о структурных компонентах личности:

— «Я — физическое» (мое тело, возраст, пол, особенности внешности);

— «Я — интеллектуальное» (мой ум, представления, интересы);

— «Я — эмоциональное» (мои чувства, переживания);

— «Я — национальное» (моя нация, ее достоинства);

— «Я — социальное» (каждый человек играет одновременно много социальных ролей: в школе — ученик, дома — сын, дочь, внук, внучка; кроме того — коллекционер, спортсмен, участник театральной студии).

Необходимо показать важность знаний о самом себе и позитивного самовосприятия.

#### **Игра «Кто я?»**

Участникам дается задание написать 10 определений, отвечающих на вопрос «Кто я?» и являющихся их характеристикой.

Каждый ответ должен начинаться так: «Я - ...»

Затем ребята должны посчитать, каких слов в характеристике больше: положительных или отрицательных. По желанию можно зачитать определения, обсудить их.

**Анализ.** Каково соотношение позитивных и негативных представлений о себе? Какие определения вы поставили на первое место? Почему так значимы для вас именно эти проявления?

### **5. Разминка**

#### **Игра «Бездомный заяц»**

Участники рассаживаются на стулья, поставленные в круг. Один стул убирается. В центре круга остается водящий. По своему желанию он выбирает какой-либо признак, имеющийся у некоторого числа участников, и просит их поменяться местами. Например: «Поменяйтесь местами все те, у кого светлые волосы, кто любит собак,

увлекается танцами». Обладающие данным признаком встают и меняются местами друг с другом. Задача ведущего — занять освободившееся место. Тот, кому не хватило стула, становится ведущим и придумывает новый признак.

## **6. Работа по теме занятия**

### **Упражнение «Найди себя»**

Участникам предлагается набор разнообразных предметов: ракушка, различные игрушки, объемные геометрические фигуры и пр. Предлагается посмотреть на них и выбрать один предмет, наиболее понравившийся и близкий участнику. Задача: придумать и рассказать историю, сказку, притчу об этом предмете.

**Информационный блок *Ведущий*.** Каждый человек способен на многое, если вовремя сумеет заглянуть в себя и увидеть то зерно, которое даст разумные всходы. В подростковом возрасте нужно учиться принимать решения, совершать самостоятельные поступки и нести за них ответственность. Поступок делает человека. Каждый человек — индивидуальность, личность. Подумайте еще над тем, какие особенности национальной принадлежности характерны только для вас. Любой ребенок интересен и талантлив. Как стать человеком, способным в полной мере реализовать свой потенциал? Нужно прислушаться к тем советам, которые предлагают люди, имеющие на это право.

### **Советы Чарли Чаплина**

Не бойтесь принимать решение и доводить его до конца.

Сохраняйте работоспособность, заряд творчества и разумного риска.

Ищите в себе положительное и демонстрируйте его.

Не будьте самонадеянны и не бойтесь задавать вопросы.

Ищите в себе интерес к различным делам и пробуйте себя в них. Не упускайте мгновения удачи.

Не предъявляете к себе невыполнимых требований, но при этом стремитесь к покорению новых высот.

Прислушивайтесь к себе и изучайте себя. Это даст вам силы к движению вперед.

Четко определяйте свои достоинства и недостатки. Это способствует успеху.

Научитесь радоваться каждому прожитому дню и учитесь извлекать из него уроки.

Любите людей, и они ответят вам тем же.

## **7. Домашнее задание**

Нарисовать себя в виде растения, животного.

## **8. Рефлексия.**

### **Занятие № 3. «Я в мире людей»**

**(1 час 20 минут)**

Чтобы жить счастливо, я должен быть в согласии с миром.

### ***Л. Витгенштейн***

**Цель:** развивать коммуникативные навыки, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу, Уважать обычаи нравы других народов.

**Материалы:** клубок ниток, свеча, магнитофон, аудиокассета.

### **1. Приветствие**

Участникам предлагается образовать круг и разделить на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и

здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией. А как приветствуют люди друг друга Вашей национальности?

## **2. Анализ домашнего задания**

Все работы вывешиваются на стенд. Участники пытаются угадать принадлежность рисунков, делятся впечатлениями. По желанию дети отвечают на вопросы:

- Что ты чувствовал, когда рисовал?
- Почему таким образом изобразил себя?
- Ты доволен своим портретом?
- Почему, как вы думаете, все рисунки разные?

## **3. Работа по теме занятия**

### **Упражнение «Клубочек»**

Дети по очереди обращаются друг к другу со словами: «Я рад, что 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.

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

**Информационный блок *Ведущий*.** Человек не может существовать один. Он находится в системе взаимоотношений с другими людьми. Отношения членов коллектива, группы могут строиться на разных основах, носить характер взаимной поддержки или взаимного подавления. Взаимоподдерживающая система отношений объединяет людей, дает им возможность эффективно развиваться.

Инструменты повышения само- и взаимозффективности:

- уважение друг к другу;
- стремление понимать и сопереживать друг другу;
- возможность открыто высказывать несогласие с решением других членов коллектива на основе уважения, тактичности (не используя инструменты подавления).

### **Упражнение «Доброе животное»**

Ведущий предлагает представить, что вся группа превратилась в одно большое доброе животное. Все слушают, как оно дышит. Предлагается всем вместе подышать: вдох — все делают шаг вперед. Выдох — шаг назад. Животное дышит ровно и спокойно. Затем предлагается послушать, как бьется его большое сердце. Стук — шаг вперед. Стук — шаг назад. Очень важно все делать одновременно.

**Анализ упражнения.** Все ли дети придерживались обозначенных правил? Понравилось ли тебе «животное», частью которого ты был? Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

### **Притча «Солнце и ветер»**

Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан самым сильным из нас». Стал ветер дуть, очень старался, но добился лишь того, что путник сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами. И путник сам снял свой плащ.

**Анализ.** О чем эта притча? Какой вывод можно сделать?

### **Упражнение**

#### **«Давайте жить дружно»**

Участники делятся на пары, образуя два круга (внешний и внутренний). Если по команде ведущего игроки выкидывают один палец, то смотрят друг другу в глаза; если одновременно по команде (не договариваясь) выкидывают два пальца, то пожимают друг другу руки, а если три пальца, то обнимаются. Выполнив три задания в паре, внешний круг передвигается вправо, и все задания повторяются. Когда количество выкинутых пальцев в паре не совпадает, то выполняется команда, соответствующая меньшему количеству пальцев.

### **4. Рефлексия**

Обмен впечатлениями. Проводится по кругу с передачей друг другу горячей свечи.

#### **Занятие № 4. «Поведение и культура»**

( 1 час 10 минут)

Поведение — это зеркало, в котором каждый показывает свой истинный облик.

#### **И. Гёте**

**Цель:** стимулировать поведенческие изменения, обучать индивидуализированным приемам межличностного общения

**Материалы:** карточки с указанием ситуации, флажки красного, зеленого и желтого цвета, листы бумаги по количеству участников.

#### **1. Приветствие**

Все участники встают в два круга (внутренний и внешний) лицом друг к другу. Задание: поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.

#### **2. Разминка**

##### **Упражнение «Массаж по кругу»**

Все участники стоят друг за другом, ладони лежат на плечах стоящего впереди. Каждый ребенок начинает осторожно массировать плечи и спину впереди стоящего. Через две минуты все поворачиваются на 180 градусов и массируют плечи и спину партнеру, стоящему с другой стороны.

**3. Работа по теме занятия Информационный блок *Ведущий*.** Может ли человек, обладающий массой достоинств, быть некультурным? Есть ли взаимная связь в понятиях «поведение» и «культура»? Культурное поведение — это:

— поведение человека в соответствии с теми нормами, которые выработало и которых придерживается данное общество;

— определенные способы общения, которые подсказывают правила поведения в той или иной ситуации.

Эти способы общения учат нас правильно вести себя:

— за столом;

- быть вежливыми и предупредительными со старшими;
- уметь вести себя в малознакомом и хорошо знакомом обществе;
- уметь вести себя в школе;
- с друзьями.

Культура поведения воспитывается с детства. Хорошие манеры необходимы каждому. Если они станут внутренней потребностью человека, то помогут в значительной степени устранить множество поводов для плохого настроения, которое еще подчас порождает грубость и невоспитанность людей. «Добрые приличия опираются, как и требования хорошего вкуса, на здравый смысл, на законы человеческого такта, которые вырабатываются без особого труда у каждого, кто требователен к себе и внимателен к людям», - писал Лев Кассиль. Культурный человек — это человек, убежденный в правоте своего поведения. В моделях своего поведения в различных ситуациях он опирается не на необходимость соблюдать внешние приличия, а на свою совесть — мерило культурности человека. Приведите примеры культурных традиций своего народа.

#### **Упражнение «Ворвись в круг»**

**Ведущий.** Встаньте в один большой круг, возьмитесь за руки. Один ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в него. Как только ему это удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него. Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боли. Дайте возможность как можно большему числу детей проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился вне круга не более одной минуты. Дети должны впустить этого ребенка в круг, а кто-то другой выходит из него и продолжает игру.

**Анализ упражнения.** Что вы делали для того, чтобы проникнуть в круг? Что вы чувствовали, когда были частью круга? Что вы почувствовали, когда проникли в круг?

#### **Упражнение «Оцени ситуацию»**

Участники работают в парах. Они получают карточки с указанием ситуации, которую нужно разыграть. Остальные дети оценивают реплики и поведение ребят. Для оценки сыгранных ролей используются флажки: красный флажок — человек поступает опасно; зеленый флажок — человек поступает верно; желтый флажок — человек поступает справедливо.

**Ситуация 1.** Купе поезда. В нем едут три человека. На очередной станции заходит новый попутчик. Показать, как будут общаться люди в купе.

**Ситуация 2.** В магазине стоит очередь. Вы попросили последнего в очереди предупредить тех, кто подойдет позже, что вы отошли в другой отдел. Когда вы пришли и заняли свое место, люди начали возмущаться.

**Ситуация 3.** Ваш лучший друг ведет себя неправильно. Вы это знаете. Ваши действия.

Группа высказывает мнение по разыгрываемой ситуации и выдвигает версии правильного поведения. Учащимся раздаются карточки с перечнем нравственных качеств для заполнения.

Дети должны отметить степень выраженности этих качеств у самих себя. Оценивание идет следующим образом: **В** (высокая степень выраженности); **С** (средняя степень выраженности); **Н** (низкая степень выраженности); прочерк (отсутствие данного признака).

#### **Упражнение «Подарок»**

**Ведущий.** Сейчас мы будем дарить друг другу подарки. Средствами пантомимы каждый изображает какой-либо предмет и дарит его соседу справа (это может быть цветок, мороженое, мяч и др.). За подарок необходимо поблагодарить.

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

#### **4. Рефлексия.**

##### **Занятие № 5. «Общение в моей жизни»**

**(1 час 20 минут)**

Давайте понимать друг друга с полуслова, чтоб, ошибившись раз; не ошибиться снова.

##### **Булат Окуджава**

**Цель:** дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.

**Материалы:** листы бумаги и ручки по количеству участников, магнитофон, аудиозаписи.

#### **1. Приветствие**

Ведущий предлагает детям поздороваться с каждым из группы за руку и при этом сказать: «Привет! Как-дела?» Говорить нужно только эти слова. Освободить

**Нравственное качество**      **Свойства, признаки, элементы, Степень характеризующие это качество сформированности личности**

1. Благодарность
2. Великодушие
3. Вежливость
4. Доброжелательность
5. Доброта

Человечность    6. Сострадание

7. Милосердие
8. Любовь к людям
9. Забота о ближних
10. Послушание
11. Щедрость
12. Умение прощать
13. Внимание, внимательность

свою руку от приветствия можно лишь после того, как участник начинает здороваться другой рукой со следующим членом группы.

#### **2. Разминка**

##### **Упражнение «Дыхание»**

**Ведущий.** Устройтесь удобно на стуле. Расслабьтесь и закройте глаза. По собственной команде постарайтесь отключить внимание от внешней ситуации и сосредоточьтесь на своем дыхании. При этом не стоит специально управлять дыханием, не нужно нарушать его естественный ритм.

### **3. Работа по теме занятия Информационный блок**

**Ведущий.** Все наше общество состоит из мужчин и женщин разных национальностей. Взаимодействие начинается с самого рождения: сначала в кругу семьи, затем в детском саду, в школе. Вот тут-то и начинается самое интересное: чем старше вы становитесь, тем лучше понимаете, кто вам нравится, кто — нет, с кем бы вы хотели дружить, а с кем нет, а к 6-7-му классу вы уже точно определяете свои симпатии и антипатии. Возникает множество вопросов, связанных с общением в различных ситуациях. Но верно то, что у всех людей есть возможности и способности общаться с другими людьми. Кто-то может делать это лучше, кто-то хуже.

Общение — это взаимодействие людей друг с другом. Общаясь, люди передают друг другу знания, опыт

обмениваются мнениями и впечатлениями, делятся чувствами, открывают других людей и при этом лучше узнают себя. Различают вербальные и невербальные средства коммуникации. Вербальное общение — это слова; невербальное общение — выражение лица, поза, жесты, походка.

#### **Вопросы для обсуждения**

- Всегда ли ваше общение с другими людьми бывает успешным?
- Нужно ли учиться общению? Как вы считаете, для чего это нужно?

«Самая главная роскошь на земле — это роскошь человеческого общения» (Антуан де Сент Экзюпери).

- Можете ли вы подтвердить или опровергнуть эту фразу?
- Говорил ли кто-нибудь вам слова: «Я не хочу с тобой общаться»?
- Были ли эти слова справедливы?
- Как вы на них реагировали?

Общение — это своего рода понимание другого человека. Нужно создать условия, чтобы собеседник мог высказаться, необходимо внимательно выслушать его, попытаться понять его мысли и чувства. Только так может возникнуть ситуация взаимной симпатии. Вы станете интересны своим знакомым, они с удовольствием будут общаться с вами. Согласитесь, что в игре можно воспроизвести самые невероятные ситуации, придумать всевозможные решения.

#### **Упражнение «Пустой стул»**

Для проведения упражнения необходимо нечетное количество участников. Предварительно все рассчитываются на первый-второй. Все вторые номера сидят на стульях, первые стоят за спинками стульев, оставшийся без пары участник группы стоит за спинкой свободного стула. Его задача — пригласить кого-нибудь из сидящих на свой

стул. При этом он может пользоваться только невербальными средствами, говорить ничего не надо. Сидящие на стульях очень хотят попасть на свободный стул. Задача

тех, кто стоит за спинками стульев, удержать своих подопечных. Для этого надо взять их за плечи в тот момент, когда они соберутся пересесть. Ведущий следит за тем, чтобы руки не держались все время над подопечными. Через некоторое время участники меняются местами. При этом один из стоящих остается стоять за стулом. Анализ упражнения. Каким образом вы приглашали кого-либо на свой стул? Как понимали, что вас пригласили на стул? Что больше понравилось: стоять за стулом или сидеть на стуле?

### **Тест-игра «С тобой приятно общаться»**

**Ведущий.** Известно, что ссоры между людьми чаще всего возникают из-за отсутствия культуры общения. В ссорах люди чаще обвиняют других.

Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. На улице, в школе вам приходится постоянно общаться со сверстниками. Давайте проверим, какие вы в общении, при помощи теста «С тобой приятно общаться». Постарайтесь отвечать откровенно и сразу.

**Ведущий.** Проанализируйте свое общение с людьми. Я предлагаю вам запомнить правила и фразы-пароли общения.

### **Вот некоторые секреты эффективного общения**

#### **В общении:**

Не оправдывайте себя! (Меня не понимают, меня не ценят, ко мне несправедливы, я забыла и пр.).

Не снимайте с себя ответственности!

Не общайтесь с людьми только из-за внешних стереотипов!

Будьте искренни!

Будьте справедливы!

Считайтесь с чужим мнением!

Не бойтесь говорить правду!

Радуйтесь успехам людей, которые вас окружают!

Будьте естественны в общении!

Не бойтесь правды, высказанной в ваш адрес!

Анализируйте свои отношения с людьми, смотрите в них, как в зеркало!

### **4. Рефлексия**

Ведущий предлагает детям поделиться впечатлениями о занятии:

— Что понравилось?

— Что бы вы хотели изменить?

— Давайте оценим наше занятие: на счет «три» покажите нужное количество пальцев одной руки.

### **Занятие № 6. «Общение и уважение»**

**(1 час 20 минут)**

Хочешь достигнуть цели своего стремления — спрашивай вежливо о дороге, с которой сбился.

#### **У. Шекспир**

**Цель:** формировать навыки эффективного повседневного общения, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

**Материалы:** листки бумаги и ручки по количеству участников.

### 1. Приветствие

Все участники встают в два круга лицом друг к другу. Им предлагается задание поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.

### 2. Разминка

**Упражнение «Я рад общаться с тобой»** Ведущий предлагает одному из участников протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой». Тот, кому протянули руку, берет ее за нее и протягивает свободную руку другому, произнося эти же слова. Так постепенно, по цепочке, все берутся за руки, образуя круг.

### 3. Работа по теме занятия

#### Упражнение «Расшифруй слово»

**Ведущий.** Представьте себе, что слово «толерантность» требует расшифровки, но необычной. Необходимо каждую букву, входящую в слово, использовать для того, чтобы дать характеристику понятия «толерантность». На примере слова общение расшифруйте слово толерантность:

**О** — объединение, открытость;

**Б** — близость, безопасность;

**Щ** — щедрость;

**Е** — единомыслие;

**Н** — необходимость;

**И** — искренность, истина;

**Е** — единение.

Участники выполняют работу самостоятельно, объединившись в небольшие группы. По окончании работы дети обсуждают результаты исследования и объясняют свой выбор.

**Информационный блок Ведущий.** Мы с удовольствием проводим время с теми, кто нас понимает, кто нам интересен, и стараемся избегать общения с людьми, которые неприятны и не вызывают симпатии. Однако такое общение не только неизбежно, оно может быть плодотворным и полезным.

Примером этому может служить Авраам Линкольн, выдающийся президент Америки. Свое общение с людьми он строил таким образом, что не только не избегал общения с неприятными ему людьми, но и отвечал на неприязнь по отношению к себе теплым и человечным отношением. В 1864 году, в разгар предвыборной борьбы за президентский пост, Аврааму Линкольну пришлось столкнуться с очень решительным, влиятельным и мстительным оппонентом Чарльзом Совордом. Этот человек использовал любую возможность, чтобы высказать негативное отношение к будущему президенту Америки. Однако несмотря на это Линкольн победил и неожиданно для всех пригласил Соворда занять один из ключевых постов в своей администрации. Близкое окружение Линкольна не могло понять, почему президент это сделал и как он сумел найти общий язык с Совордом.

Линкольн был не только умен, но и чрезвычайно дальновиден. Он сумел разглядеть в Соворде незаурядные качества личности и превратил ненависть в дружбу.

Соворд был поражен отношением Линкольна к себе, служил в его администрации верой и правдой в пользу президента и государства. Именно Соворд стал человеком с которым Линкольн провел последние минуты своей жизни, когда был смертельно ранен.

Нет такого человека, с которым нельзя было бы найти точек соприкосновения. Для того чтобы с кем-то поладить,

подружиться, надо приложить усилия, поработать душой и сердцем, преодолеть ошибки в оценке людей, с которыми общаешься

### **Упражнение «Подойди ближе»**

Выбирается центральный участник. Он встает спиной к товарищам. К нему по очереди подходит каждый член группы. Можно варьировать движение: подходить медленно, быстро, вразвалочку... Когда центральный участник почувствует, что ему становится некомфортно, он говорит: «Стоп!» — и подходящий останавливается.

**Анализ упражнения.** Как ты себя чувствовал, когда стоял спиной к участникам группы? Насколько близко ты позволил партнеру подойти к тебе? Почему? Каким образом еще можно дать понять другому человеку, что он подошел к твоим «границам»? Проявляли ли участники уважение к товарищу, стоящему спиной к группе?

### **Информационный блок**

**Ведущий.** Уважение — это такое отношение к людям, при котором мы ценим человека несмотря на его недостатки. Даже если человек не согласен с нашим мнением, это не повод для того, чтобы его не уважать.

Уважение влечет за собой доброе отношение к человеку. Воспитать в себе уважительное отношение к людям можно лишь в том случае, если мы научимся видеть в любом человеке, прежде всего его положительные качества. Когда мы не уважаем человека, нас раздражают его манеры, одежда, поведение. Однако есть способы, которые позволяют человеку развивать в себе уважение к другому.

**ПЕРВОЕ** — это терпимость. Терпимость другой вере, нации, к немощной старости, терпимость к материнскому беспокойству, к отцовской требовательности, к детской беспомощности, к человеческой боли и страданиям.

**ВТОРОЕ** — это настройка на одну волну с человеком, который в ваших глазах достоин уважения, и попытка посмотреть на окружающий мир его глазами.

**ТРЕТЬЕ** — размышление о том, как к нам относится человек, уважение к которому нам так тяжело проявить.

### **Упражнение «Слепой и поводырь»**

Упражнение проводится в парах. Один из участников — «слепой» (ему завязывают глаза), второй — его «поводырь», старающийся, аккуратно и бережно провести напарника через различные препятствия, созданные заранее (столы, стулья и пр.). Если есть желающие принять участие в игре, то они могут создавать «баррикады» из своих тел, расставив руки и ноги, замерев в любом месте комнаты. Задача проводника — провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники могут поменяться ролями.

В игре «поводырь» может контактировать со «слепым» разными способами: говорить о том, что нужно делать, или просто вести его за собой, поднимая ногу «слепого» на

нужную высоту, чтобы, например, перешагнуть через препятствие. Таким образом тренируется владение вербальными и невербальными средствами общения. Можно ухудшить ориентацию «слепого» в пространстве, раскрутив на месте после того, как ему завязали глаза.

**Анализ упражнения.** Как вы себя чувствовали, когда были «слепыми»? Вел ли вас «поводырь» бережно и уверенно? Знали ли вы все время, где находитесь? Как ощущали себя в роли «поводыря»? Что делали, чтобы вызвать и укрепить доверие «слепого»? В какой роли чувствовали себя комфортнее? Хотелось ли во время игры изменить ситуацию? **Ответы** можно начинать следующими предложениями:

- Мне было легко, потому что...
- Мне было трудно, потому что... **Итак, общение — это:**
- стремление к пониманию;
- желание быть понятым;

- внимание и внимательность не только к знакомым людям;
- желание и умение позитивно самовыражаться.

#### **4. Рефлексия.**

### **Занятие № 7. «Конфликт — неизбежность или...»**

**(1 час 20 минут)**

Я не ищу конфликтов, но я не боюсь конфликтов, я смело иду на их решение. *Н. Сытин*

**Цель:** обучать детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

**Материалы:** магнитофон, аудиозаписи.

#### **1. Приветствие**

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

#### **2. Разминка**

##### **Упражнение «Рубка дров»**

**Ведущий.** Представьте, что вам необходимо нарубить дрова. Возьмите в руки воображаемый топор, примите удобную позу. Топор заносите высоко над головой, резко опускаете на воображаемое бревно. Рубите дрова, не жалея сил. Вместе с выдохом полезно издавать какие-то звуки, например: «Ха!»

#### **3. Работа по теме занятия**

**Ведущий.** Все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, что наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной, приводящей к возникновению конфликтов (барьеров в общении). Классическим образцом неразрешимого конфликта могут служить два барана, не желающие уступить друг другу дорогу на узком мосту.

Ведущий пишет на доске высказывание и просит участников объяснить его значение: «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они строят стены» (С. Лец).

В ходе обсуждения дети приходят к пониманию «барьеров (стен) в общении», которые появляются во время ссор между людьми. При этом одна или обе стороны используют соответствующие вербальные и невербальные приемы, препятствующие позитивному общению.

Конфликт — это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

### **Игра «Толкалки без слов»**

Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями от игры и сообщают, трудно ли было все это проделывать молча.

**Анализ.** Было ли ощущение напряжения и раздражения? Мог ли между некоторыми из играющих вспыхнуть конфликт? Что помогло избежать конфликта?

### **Игра «Ситуация»**

Школьникам предлагается разыграть ситуацию «В классе».

Ведущий формулирует ситуацию: «Представьте, что один из вас входит в класс после болезни, а его парта занята новым учеником. Он начинает выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!»

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров: Можно ли было не доводить ситуацию до конфликта?

Сцена разыгрывается еще несколько раз в разных вариантах. Отношения выясняются:

—с угрозой, указаниями, поучениями (надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать);

—с критикой (если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту);

—с обобщениями (ты такой же бестолковый, как все новенькие);

—с безразличием к новенькому (он недостоин моего внимания).

Обсуждаются все варианты: дети развивают ситуацию, показывают ее последствия, отмечается тот ученик, который смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

**Анализ.** Какова цель разрешения любого конфликта? Можно ли превратить конфликт из ссоры в конструктивный диалог?

### **Мозговой штурм «Конфликт. Способы решения»**

Ведущий предлагает участникам поделиться собственным опытом выхода из конфликтных ситуаций. Проводится обсуждение возможных способов решения конфликтных ситуаций. Выводы записываются на доске:

— Извиниться, если действительно не прав.

— Учиться спокойно выслушивать претензии партнера.

— Всегда придерживаться уверенной и ровной позиции, не переходить на критику.

— Попробовать переключить разговор на другую тему (сказать что-то доброе, неожиданное, веселое).

**Ведущий.** Рассмотрим некоторые варианты поведения в конфликте. В чем их сильные и слабые стороны? вспомните, как вели себя в игре конфликтующие стороны? Был ли их выбор разрешения конфликтной ситуации эффективным?

**Соперничество.** Ты упорно отстаиваешь свою точку зрения, ни в чем не уступаешь сопернику. Такая тактика оправдана, когда решается действительно что-то важное и значительное и любая уступка серьезно затрагивает твоё достоинство и достоинство твоих близких, подвергает риску твоё благополучие, здоровье. Постоянная приверженность данной тактике может обеспечить тебе репутацию скандалиста и неприятного человека.

**Избегание.** Ты делаешь вид, что никаких разногласий не существует, все замечательно. Такая тактика требует порой недюжинной выдержки. Однако ею (тактикой) можно воспользоваться в том случае, если предмет спора не имеет для тебя особого значения (вряд ли стоит доводить дело до конфликта, если твой друг утверждает, что Стивен Сигал — актер всех времен и народов, а тебе он не так уж и нравится). Если в настоящий момент конфликт разрешить невозможно, в будущем эти условия могут появиться (тебя ужасно раздражает двоюродная сестра подруги, приехавшая к ней в гости, но стоит ли конфликтовать, ведь она приехала на время). Но постоянно использовать эту тактику избегания не стоит. Во-первых, это немалая нагрузка для психоэмоционального состояния: попытка загонять эмоции внутрь может негативно отразиться на здоровье. Во-вторых, если делать вид, что все прекрасно, то конфликтная ситуация сохраняется на неопределенный срок.

**Сотрудничество.** Ты рассматриваешь своего соперника как помощника в решении возникшей проблемы, пытаешься встать на точку зрения другого, понять, как и почему он не согласен с тобой, извлечь максимальную пользу из его возражений. Например, ты предлагаешь встретить Новый год на даче, а друг против. Попробуй внимательно прислушаться к возражениям друга. Что именно вызывает у него сомнение: проблемы, связанные с отоплением дома, невозможность получить согласие от родителей или что-то другое. Обрати внимание на слабые стороны своего плана, которые могут испортить замечательный праздник. Если вы вместе придете к единому мнению, наверняка конфликт будет исчерпан. Сотрудничать можно не только с друзьями, но даже с теми, кого сложно считать доброжелателями.

**Приспособление.** Этот вариант поведения предполагает, что одна из конфликтующих сторон отказывается от собственных интересов и приносит их в жертву другому человеку. Ты можешь возразить: с какой стати я должен уступать? Но в ряде случаев такой вариант поведения наиболее правильный. Например, твоя мама терпеть не может рок-музыку и считает ее кошмарной. Стоит ли пытаться переубедить ее и конфликтовать? Зачем заставлять нервничать дорогого, любящего тебя человека? Попробуй уступить, включая музыку тогда, когда мамы нет дома.

**Компромисс** предполагает, что обе стороны идут на уступки для того, чтобы преодолеть спорную ситуацию. Так, ты договариваешься с родителями, что можешь приходить домой вечером на час позже при условии, что заранее готовишь домашнее задание, прибираешься в комнате и т.д. Компромисс требует от обеих сторон четкого соблюдения обязательств. Ведь нарушение договоренности — само по себе повод для

возникновения конфликта, договориться в котором будет уже значительно сложнее, потому что потеряно доверие.

Но сколь разнообразны ни были бы стратегии поведения в конфликтной ситуации, неизменным условием для ее конструктивного разрешения являются:

- умение понять своего оппонента, посмотреть на ситуацию его глазами;
- желание объективно разобраться в причинах конфликта и его течении (обычно в пылу ссоры видна лишь «надводная часть айсберга», которая не всегда позволяет верно судить об истинной проблеме);
- готовность сдерживать свои негативные чувства;
- готовность обоих найти выход из трудной ситуации.

Необходимо делать акцент не на «кто виноват?», а на «что делать?».

Не забывайте, что выйти из конфликтной ситуации часто помогает чувство юмора.

### **Упражнение**

#### **на «Я-высказывание»**

**Ведущий.** Как высказать свою точку зрения, не обижая партнера? Можно использовать в конфликтной ситуации схему «Я-высказывание».

**Событие** — «Когда...» (описание нежелательной ситуации): «Когда вы на меня кричите...»

**Ваша реакция** — «Я чувствую...» (описание ваших чувств): «Я чувствую себя беспомощным...»

**Предпочитаемый исход** — «Мне хотелось бы, чтобы...» (описание желаемого варианта): «Мне хотелось бы, чтобы мы спокойно во всем разобрались».

**Формула обоснования** — «Я хотел бы... потому что...»

«Я-высказывание» позволяет другому слушать вас и спокойно реагировать, предполагает ответственность говорящего за поведение в конфликте.

«Ты-высказывание» («Ты каждый раз перебиваешь», «Ты никогда не здороваешься») нацелено на обвинение другого человека. Научиться не конфликтовать с окружающими, не раздражаться совсем не просто — этого не добиться простыми тренировками и упражнениями. Самый верный способ — навести порядок в самом себе.

## **5. Рефлексия.**

### **Занятие № 8. «Комплимент — дело серьезное?»**

**(1 час 20 минут)**

Давайте говорить друг другу комплименты, ведь это всё любви прекрасные моменты.

**Булат Окуджав**

**Цель:** развивать умение замечать положительные качества в людях, выражать это в доброжелательной и приятной форме.

**Материалы:** тканевые мешочки, картонные сердечки.

#### **1. ПРИВЕТСТВИЕ**

Все здороваются, называя друг друга по имени.

#### **2. Разминка**

**Упражнение «Мешочек « Кричалки - визжалки »**

Всем участникам группы раздаются «мешочки криков». Ведущий объясняет, что пока у детей в руках находятся мешочки, они могут в них кричать и визжать столько, сколько хочется. Через некоторое время мешочки завязываются тесемками, все «кричалки» закрываются.

### **3. Работа по теме занятия**

**Ведущий.** Согласны ли вы со следующими утверждениями:

- Культурного человека отличает умение приятно и свободно общаться с окружающими. Он может внимательно выслушать то, что говорит собеседник, даже поможет ему высказать свое мнение. Такой человек сумеет расположить к беседе даже замкнутого или расстроенного человека.

- Почти у каждого человека есть возможность стать обаятельным и доброжелательным собеседником.

Помогает ли продуктивному и доброжелательному общению такое понятие, как «комплимент»?

Комплимент — любезные, приятные слова, лестный отзыв.

Увы, в сознании некоторых людей сложилось представление, что комплимент — это лесть, способ добиться расположения или внимания другого человека ради каких-либо личных целей.

Лесть — лицемерное, угодливое восхваление.

Итак, живешь ли ты в дружбе и согласии с людьми? Всегда ли можешь расположить к себе? Как этого достичь? Давайте поговорим об этом.

#### **Упражнение «Шаг навстречу»**

Ведущий приглашает двух участников (желательно друзей) выйти, например, к классной доске и стать лицом друг к другу с разных сторон класса. Задание: нужно сделать шаг навстречу другу и сказать ему что-либо приятное. Очередной шаг делает второй участник и т.д.

Обычно задание вызывает смущение. Дети не сразу вспоминают приятные слова. Первые шаги навстречу, как правило, делаются довольно большими, чтобы по быстрее сблизиться. Ведущий отмечает, что даже другу мы часто стесняемся сказать хорошие слова. Возможно, что некоторые конфликты с родителями и друзьями происходят из-за того, что мы редко говорим им приятное.

**Ведущий.** С помощью комплимента можно исправить настроение, изменить его в позитивную сторону:

- «Ты так замечательно выглядишь!»

- «Ты вчера сделал интереснейший доклад, все просто заслушались!»

Если ваше настроение оставляет желать лучшего, то, естественно, такие слова помогут приободриться и задуматься: а так ли уж все плохо? И, возможно, предотвратят необдуманный поступок.

Вспомните, когда вы в последний раз говорили друг другу добрые слова? Начинать делать комплименты никогда не поздно. Они помогут избавиться от ссор и напряжения, поддержат того, кому трудно.

Но умение делать комплименты — целое искусство! Ведь комплименты бывают разными! Можно сказать:

«Ты просто супер!», «Ты замечательный!». Но у этого варианта есть недостатки — не всегда понятно, за что вы хвалите человека. К тому же может возникнуть ощущение, что это своего рода отговорка, сказанная из соображений вежливости, соблюдения правил приличия.

Можно похвалить не самого человека, а то, что человеку дорого: «Слушай, какая у тебя замечательная коллекция марок! Никогда такой интересной не видел!»; «Вчера видела твои фотографии на выставке. Все вокруг так и ахали. Говорят, очень профессиональные. Цвет, композиция — безупречны!».

Но для этого нужно хорошо знать вкусы и интересы человека, чем он гордится, что считает достойным.

Иногда можно сделать комплимент, сравнив человека с дорогими для тебя или известными и популярными людьми. Например: «Ты такой же мужественный, как...», «Ты двигаешься так же легко, как...». Единственное, что необходимо учитывать, знает ли собеседник, с кем его сравнивают.

### **Игра «Король комплимента»**

Все участники рассаживаются по кругу. В центре стоит стул — трон. У каждого в руках вырезанные из картона сердечки. У некоторых сердечек в центре нарисована стрела,

пронзающая их. Выбранный по жребию (или просто вызвавшийся первым) участник садится на трон. Остальные по очереди говорят ему комплименты. После этого сидевший на троне подходит к каждому и вручает по сердечку. Пронзенное сердечко вручается тому, чей комплимент произвел наибольшее впечатление. Игра продолжается до тех пор, пока на троне не побывают все участники. Затем определяется тот, кто набрал наибольшее количество пронзенных сердечек. Именно он и становится королем или королевой комплимента.

**Анализ.** Легко ли было находить нужную формулировку для комплимента? Легко ли было произносить вслух комплименты? Какие чувства испытывали, когда произносили комплименты и когда слышали их в свой адрес? Что было приятнее — слушать комплименты или произносить их?

Не забывайте замечать и оценивать то хорошее, что есть в ваших друзьях, близких, знакомых. Несколько приятных слов, произнесенный с доброй улыбкой, зачастую способны превратить вашего противника в вашего сторонника.

Знаменитый американский психолог Дейл Карнеги в книге «Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей» приводит шесть правил, соблюдение которых позволяет понравиться людям:

**Правило 1.** Искренне интересуйтесь другими людьми.

**Правило 2.** Помните, что имя человека — это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.

**Правило 3.** Улыбайтесь.

**Правило 4.** Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о самих себе.

**Правило 5.** Говорите о том, что интересуется вашего собеседника.

**Правило 6.** Внушайте вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне.

Во время обсуждения участники высказывают свое отношение к правилам.

#### **4. Рефлексия.**

##### **Занятие № 9. «А без друзей на свете трудно жить...»**

**(1 час 10 минут)**

Настоящий друг везде верен в счастье и беде.

**У. Шекспир**

**Цель:** осмыслить понятия «друг», «дружба», совершенствовать навыки общения.

**Материалы:** листки бумаги и ручки по количеству участников, фломастеры, шарф, магнитофон, аудиозаписи.

##### **1. Приветствие**

Все участники берутся за руки и здороваются друг с другом, называя соседей по имени.

##### **2. Разминка**

###### **Упражнение**

###### **«Солдат и тряпичная кукла»**

Участникам предлагается представить, что они солдаты, которые стоят на плацу, вытянувшись в струнку и замерев. Как только ведущий произносит слово «солдат», дети изображают таких военных. После того как участники постоят в напряженной позе, произносится команда «тряпичная кукла». Выполняя ее, дети должны максимально расслабиться: слегка наклониться вперед так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Затем следует первая команда... и т.д. Игра заканчивается на стадии расслабления.

##### **3. Работа по теме занятия**

###### **Упражнение**

###### **«Закончи предложение»**

Участникам предлагается закончить предложения, написанные на доске:

- «Настоящий друг — это тот...»
- «Друзья всегда...»
- «Я могу дружить с такими людьми, которые...»
- «Со мной можно дружить потому, что...»

По желанию дети зачитывают свои предложения. Затем ведущий подводит итог: друзья - это те, кому мы верим, кто не предаст, не подведет, способен поддержать, посочувствовать. Другу мы можем доверить свои секреты.

###### **Упражнение «Сиамские близнецы»**

Упражнение выполняется в парах. Тонким шарфом или платком связываются руки детей, стоящих рядом (правая и левая). При этом кисти остаются свободными. Детям дают по фломастеру. Задача: нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только рукой, которая привязана к партнеру. Тему рисунка предлагает ведущий или выбирают сами участники.

Необходимо предупредить играющих, что оценивается не только качество рисунка, но и процесс работы: были ли споры и конфликты между участниками, одинаковое ли участие они принимали в работе, обсуждали ли дети сюжет рисунка, порядок рисования и пр. Можно тактично напомнить об ошибках в сотрудничестве,

допущенных детьми, но перед этим необходимо обязательно отметить положительные стороны общения.

**Анализ упражнения.** Что было труднее всего? Понравился ли ваш рисунок? Что необходимо для сотрудничества?

#### **Упражнение «Ищу друга»**

**Ведущий.** Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей. Многие газеты сейчас печатают объявления для тех, кто желает найти друзей или просто единомышленников. Какие качества упоминаются в таких объявлениях?

Мы попытаемся тоже составить такое объявление. Давайте озаглавим его «Ищу друга». Вы можете рассказать немного о себе, о своих увлечениях, любимых занятиях. Объявление не должно быть большим, но старайтесь писать искренне. Можно не подписывать текст или придумать псевдоним. Объявление мы вывесим на стенд с названием «Ищу друга». Если кого-то привлечет определенное объявление, то он оставит на нем пометку. В результате некоторые объявления будут лидерами.

**Анализ упражнения.** Все ли объявления понравились? Трудно ли было писать о себе? Почему захотелось откликнуться на определенное объявление или объявление-лидер?

#### **4 Рефлексия.**

##### **«На пути к гармонии...»**

Искренность, уравновешенность, понимание самого себя и других — вот залог счастья и успеха в любой области деятельности.

##### **Г. Селье**

**Цель:** закрепить полученные знания.

**Материалы:** листки бумаги по количеству участников, цветные карандаши или фломастеры, свеча, магнитофон, аудиозаписи.

##### **1. Приветствие**

Все участники группы берутся за руки и здороваются, называя соседей по имени.

##### **2. Работа по теме занятия**

##### **Игра «Спасибо, что ты рядом!»**

Все участники стоят в кругу. Один из них встает в центр круга, другой подходит к нему, пожимает руку и говорит: «Спасибо, что ты рядом!» Они держатся за руки, а каждый следующий участник подходит и со словами: «Спасибо, что ты рядом!» — берет за руку одного из стоящих в центре. Когда все играющие окажутся в центре круга, ведущий присоединяется к детям со словами: «Спасибо, что все вы рядом!»

**Упражнение «Закончи предложение»** Участникам предлагается написать (или проговорить) окончание предложений: - Я очень хочу, чтобы в моей жизни было..

- Я пойму, что счастлив, когда...

- Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю)...

##### **Игра «Волшебный сундук»**

Ведущий руками изображает, как он смело опускает большой сундук и открывает его. Сообщает детям, что в волшебном сундуке лежат самые разные сокровища и подарки. Каждый по очереди может подойти к сундуку и выбрать для себя понравившийся

подарок. Этот подарок он изображает невербально, руками. Остальные догадываются, что он выбрал. После того как все участники получили подарки, ведущий сообщает, что в сундуке осталось еще очень много сокровищ, закрывает его и вся группа вместе поднимает волшебный сундук в небо

### **Упражнение «Дорисуй портрет»**

Участники сидят по кругу, у каждого лист бумаги и карандаш. Все карандаши разного цвета. Таким образом, у каждого участника свой цвет карандаша.

**Ведущий.** Сейчас мы с вами будем рисовать необычный портрет. Каждый участник только начинает свой портрет, а дорисовывает его группа. Для этого по моему сигналу вы будете передавать свой портрет участнику, сидящему справа. Получив портрет, вы его подрисовываете: каждый может подрисовать все, что ему хочется. По моему сигналу вы этот рисунок тоже передаете соседу справа. Таким образом ваш портрет, сделав круг, вернется к вам. Вы получите ваш портрет глазами группы. Так как у каждого из вас есть определенный цвет карандаша, вы можете понять, кто и что нарисовал на вашем портрете. А сейчас возьмите свой лист бумаги и напишите свое имя. По этой надписи вы будете знать, чей портрет у вас в руках. Итак, начинаем рисовать свой портрет.... Стоп. Передаем рисунок соседу справа. И так далее. Обсуждение рисунков.

### **Игра «Коммуникация»**

Ведущий по порядку произносит 10 предложений, описывающих реакции человека на некоторые ситуации. Каждое из предложений участники должны оценить как верное или неверное по отношению к себе, записав на листке порядковый номер предложения. Если утверждение кажется верным, то оценивается цифрой «1», если неверным, проставляется «0».

#### **Список предложений:**

1. Мне не кажется трудным искусство подражать повадкам других людей.
2. Я, пожалуй, мог бы свалить дурака, чтобы привлечь внимание окружающих или позабавить их.
  3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
  4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем есть на самом деле.
  5. В компании я часто оказываюсь в центре внимания.
  6. В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
  7. Я могу отстаивать не только то, в чем я искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.
10. Я не всегда такой, каким кажусь.

После выполнения задания участники подсчитывают сумму проставленных баллов (от 0 до 10). Этот результат в определенной степени характеризует компетентность в области общения. Чем он выше, тем лучше человек умеет общаться. Можно сравнить полученные показатели и определить самого искусного коммуникатора.

Происходит обсуждение.

### **3. Завершение**

Ведущий благодарит всех за участие в занятиях, зажигает свечу. Участники по очереди берут ее в руки и говорят о своих впечатлениях от занятий, высказывают добрые пожелания друг другу.