|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  Руководитель научно-  методического совета  Рожкова Ю.В.   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №1 от \_\_\_\_\_\_\_\_ | «Согласовано»  Заместитель директора  по ВР Кургузов Н.В.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. | «Утверждено»  Директор МОУ ИРМО  «Мамоновская СОШ»  Полякова Н.В.   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г. |
| Рабочая программа  **«**Оптимизацию системы межличностных  отношенийв классных коллективах **»**  для 5-8 классов  (направление развития личности школьника: социальное)  Составил: педагог – психолог Туйманова Т.В.  Рабочая программа составлена на основе комплексной программы «Все цвета, кроме чёрного» (Сборник образовательных профилактических программ. Сост.: М.Н.Галстян, Т.П.Аксютич, М.И.Сахаровская, А.П. Старкова. Изд. 3-е, испр. и доп.– Иркутск: «На Чехова», 2013.)  2017/2018 учебный год | | |

**Пояснительная записка**

1. **Актуальность темы.**

В младшем подростковом возрасте отношения внутри школьного класса зачастую обостряются. По мере нарастания числа и интенсивности противоречий может в детском коллективе может закрепиться конфликтная модель отношений. Целесообразно предпринимать действия по ее преодолению на начальных этапах, пока не нанесен существенный ущерб личностному развитию отдельных учащихся и развитию учебной группы в целом.

Рабочая программа предназначена для реализации в общеобразовательном учреждении в форме внеурочной деятельности. Принципы организации, формы и методы профилактической работы с учащимися соответствуют их возрастным особенностям. Представленная в программе коррекционная модель охватывает взаимоотношения со сверстниками.

**Теоретическое обоснование программы.** Внутренне конфликтные классы целесообразно рассматривать как целостные организмы, а не группы конфликтных детей. Такие классы имеют яркие социально-психологические особенности, и, соответственно, требуют использования социально-психологических технологий для работы с ними. К особенностям внутренне конфликтного класса можно отнести:

* несбалансированность системы внутригрупповых отношений, закрепление отдельных учащихся в неконструктивных позициях «жертвы» или «преследователя»;
* признание учащимися существующей модели отношений в классе нормативной.
* низкий уровень групповой сплоченности
* несформированность навыков общения и преодоления конфликтов у учащихся.

**Целью программы** является создание условий для преодоления внутренней конфликтности школьного класса.

**Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:**

* создание условий для осознания учащимися имеющихся трудностей в отношениях;
* создание условий для формирования мотивации к преодолению этих трудностей;
* создание условий для формулирования «антиконфликтного» контракта и обсуждения возможностей его соблюдения;
* создание условий для развития коммуникативной компетентности учащихся;
* создание условий для формирования / подержания у учащихся ощущения собственной значимости в системе отношений в классе;
* создание условий для повышения сплоченности класса.

В процессе изучения данной программы у обучающихся сформируются коммуникативная, конфликтогенная, правовая компетенции, умение работать в команде, выстраивать конструктивные взаимоотношения со сверстниками, умение принимать ответственность за свои решения.

**К концу обучения предполагается достижение ребенком следующих результатов**:

* снижении количества и остроты конфликтов;
* улучшении эмоционального климата в классе;
* повышении внутригрупповой сплоченности.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы**

Программа рассчитана на обучение детей возраста 11-14 лет

**Целевая группа.** Программа предназначена для учащихся 5-8 классов общеобразовательных школ.

**Сроки реализации программы**

Срок реализации программы: втечении одной четверти.

**Количество часов** – 10 часов.

**Формы организации обучения детей на занятии:** тренинг, лекция с элементами беседы, лекция с обратной связью.

**Виды деятельности**: игровая, познавательная.

**Организация занятий.** Программа рассчитана на 10 занятий по 1 академическому часу (1занятие в неделю) и предназначена для группы подростков в количестве 10-30 человек.

**Методическое оснащение.** Ведущим программы может быть психолог или педагог, знакомый с основами прикладной конфликтологии. Ведущему необходимы навыки создания безопасного психологического пространства в группе, выстраивания субъект-субъектных отношений с подростками, осуществления консультационной работы и работы в области ведения групп.

Занятия проводятся в обычном учебном классе, имеющем стандартное оборудование (доска для записей, аудио-, видео- и мультимедийное оборудование). Для большинства классных часов необходимы раздаточные материалы, канцелярские принадлежности.

**Режим занятий**

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ИРМО «Мамоновская СОШ». Продолжительность занятий: 40 мин., перерыв для отдыха детей между каждым занятием 10-15 минут (СанПиН 2.4.4.1251-03 - санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей).

**2. Содержание курса «Коррекционно-развивающая программа, направленная на оптимизацию системы межличностных отношений »**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Вводное занятие. Знакомство. Актуальность. | 1 |
| 2 | Рефлексия сложившейся ситуации | 1 |
| 3 | Мотивирование к преодолению конфликтов | 1 |
| 4 | Создание «антиконфликтного кодекса» | 1 |
| 5 | Итоги промежуточных занятий | 1 |
| 6 | Межличностные отношения | 2 |
| 7 | Повышение сплоченности класса | 2 |
| 8 | Рефлексия «Чего мы достигли?» | 1 |
| Итого | | 10 |

**Раздел 1: Вводное занятие. Знакомство. Актуальность.**

Знакомство. Создание условий для рефлексии сложившейся в классе структуры отношений.

**Организационная форма**: лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности**: познавательная, игровая

**Раздел 2: Рефлексия сложившейся ситуации.**

Рефлексии сложившейся в классе структуры отношений.

**Организационная форма**: лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности**: познавательная, игровая

**Раздел 3. Мотивирование к преодолению конфликтов**

Формирования мотивации к преодолению конфликтности отношений.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**Раздел 4.** Создание «антиконфликтного кодекса»

Формирования мотивации к конструктивному общению с одноклассниками.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**Раздел 5. Итоги промежуточных занятий**

Рефлексии изменений, произошедших в системе отношений.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**Раздел 6. Межличностные отношения**

Оптимизация системы межличностных отношений в классе.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**Раздел 7. Повышение сплоченности класса**

Оптимизация системы межличностных отношений в классе.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**Раздел 8. Рефлексия «Чего мы достигли?»**

Создание условий для рефлексии результатов занятий.

**Организационная форма:** лекция с обратной связью, тренинговое занятие

**Виды деятельности:** познавательная, игровая

**3. Оценка эффективности программы:**

Критерием эффективности программы является достижение поставленных целей и задач, которое может быть оценено:

1. На основе субъективных мнений (самоотчетов) подростков-участников программы;
2. На основе экспертных оценок со стороны ведущего программы и классного руководителя.

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Коррекционно-развивающая программа, направленная на оптимизацию системы межличностных отношений в 5-8 классах»**

**Классы 5-8**

**Составил: педагог – психолог Туйманова Т.В.**

**Количество часов: 10**

**Всего\_10\_ час; в неделю\_\_1\_\_ час.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Занятия** | **Наименование темы занятия** | **Виды учебной деятельности** | **Дата** | **Количество часов** |
| **Раздел 1. Вводное занятие. Знакомство. Актуальность.** | | | | |
| 1 | Вводное занятие. Знакомство. Актуальность. | Тренинг |  |  |
| **Раздел 2.Рефлексия сложившейся ситуации** | | | | |
| 2 | Рефлексия сложившейся ситуации | Тренинг  Лекция с элементами беседы |  |  |
| **Раздел 3. Мотивирование к преодолению конфликтов** | | | | |
| 3 | Мотивирование к преодолению конфликтов | Тренинг  Лекция с обратной связью |  |  |
| **Раздел 4. Создание «антиконфликтного кодекса»** | | | | |
| 4 | Создание «антиконфликтного кодекса» | Тренинг |  |  |
| **Раздел 5. Итоги промежуточных занятий** | | | | |
| 5 | Итоги промежуточных занятий | Тренинг |  |  |
| **Раздел 6 . Межличностные отношения** | | | | |
| 6 | Межличностные отношения | Тренинг  Лекция с обратной связью |  |  |
| 7 | Межличностные отношения | Тренинг |  |  |
| **Раздел 7. Повышение сплоченности класса** | | | | |
| 8 | Повышение сплоченности класса | Тренинг |  |  |
| 9 | Повышение сплоченности класса | Тренинг |  |  |
| **Раздел 8. Рефлексия «Чего мы достигли?»** | | | | |
| 10 | Рефлексия «Чего мы достигли?» | Тренинг  Лекция с элементами беседы |  |  |

**Техника безопасности на занятиях социальной направленности**

1. Участники занятий должны демонстрировать высокую культуру поведения и общения, вежливость, доброжелательность, безусловное выполнение всех указаний и запретов педагога.
2. Воспитанники во время проведения тренинговых мероприятий запрещается:

* драться,
* толкаться,
* подставлять друг другу подножки,
* совершать любые другие действия, влекущие за собой опасность для здоровья, жизни самого воспитанника и других участников занятия,

1. Воспитанникам запрещается покидать занятия без разрешения или без извещения об этом педагога.
2. Не приносить на занятия посторонние ненужные предметы, чтобы не травмировать своих товарищей.
3. Выполнять только работу, предусмотренную заданием педагогов .
4. Соблюдать дисциплину.

**Правила техники безопасности в аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
2. При возникновении пожара в кабинете немедленно прекратить занятия, по команде учителя организованно, без паники покинуть помещение.
3. При получении травмы немедленно сообщить об этом учителю.

**Правила техники безопасности по окончанию занятий**

1. Выходите из кабинета спокойно, соблюдая дисциплину.

**Список литературы.**

Задания и упражнения, используемые в программе, модифицированы на основе методик, представленных в следующей литературе:

1. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе. – СПб.,2002.
2. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе. Ростов-на-Дону, 2006.
3. Гуггенбюлъ А. Зловещее очарование насилия. СПб., 2002.
4. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность неравнодушных. М., 2011.
5. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. 2007. № 1.
6. [Млодик И.Ю.](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fwww.childpsy.ru%2Flib%2Fauthors%2Fid%2F21843.php&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNFo3RGy488cFdZBF20cxjsEO8a7aQ)Школа и как в ней выжить: взгляд гуманистического психолога. М., 2011.
7. Петрановская Л. Детки в клетке. Взгляд психолога на травлю в школе // http://www.semya-rastet.ru/razd/rebenka\_travjat\_v\_shkole\_chto\_mozhno\_sdelat/
8. Руланн Э. Как остановить травлю в школе. М., 2012.
9. Селиванова О.А., Шевцова Т.С., Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении. Тюмень, 2011.
10. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Разрешение конфликтов и ведение переговоров. Красноярск-Москва, 2001.
11. Шульга Т.И., Слот В., Спаниярд Х. Методика работы с детьми «группы риска». М., 2001
12. Материалы газеты «Школьный психолог» за период с 1998 по 2015 г.г.

**ПРИЛОЖЕНИЕ .**

**Занятие 1. Вводное занятие. Знакомство. Актуальность.**

**Цель занятия:** создание условий для знакомства класса с форматом предстоящей работы, прояснение представлений детей о сложившейся ситуации.

**Материалы:** бумага для записей, цветные карандаши, материалы для оформления «визиток», ватман, маркер, бумага для рисования, цветные карандаши

**Ход занятия:**

1. ***Приветствие ведущего, знакомство с классом, оформление «визиток» (5 минута)***
2. ***Упражнение « Знакомство» (10 минут)***

***Описание упражнения:***

***1 этап:*** На бейджиках участники пишут свое имя, и по очереди представляются (по часовой стрелки).

***2 этап:*** Вначале участники разбиваются на пары (заготавливаются разного цвета карточки, по сходным цветам карточек и слаживается пара). В течении 5 минут нужно вести разговор на тему «Чем мы похожи», затем «Чем мы отличаемся» По окончанию проводится обсуждение, какие отличия и сходства нашла пара друг в друге, обращается внимание на то, что было легко, что было трудно сделать, какие были открытия. В итоге делается вывод о том, что все мы в сущности похожи, и в тоже время разные, но мы имеем право на это.

***4. Принятие правил в группе( 5 минут)***

***3. Рисунок «Наш класс» (15 минут).*** Организуется индивидуальная работа: рисунок на тему «Наш класс». Рисунки не подписываются, сдаются ведущему. Затем ведущий показывает рисунки классу, обсуждается вопрос о том, какие отношения существуют в классе. Делается вывод о том, что для некоторых / многих эти отношения дискомфортны.

«Чем мешают дискомфортные отношения в классе?». Результаты обсуждаются совместно. Делается вывод о том, что страдает и учеба, и настроение, и желание ходить в школу.

***5. Завершение занятия (5 минут).*** Обсуждается вопрос: «Мои впечатления от занятия»

**Занятие 2. Рефлексия сложившейся ситуации**

**Цель занятия:** создание условий для рефлексии сложившейся в классе структуры отношений.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), ватман, цветные карандаши, бумага для записей, ручки

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Упражнение «Счет до …» (5 минут).*** Класс работает молча и с закрытыми глазами. Задача: досчитать до 100, не нарушив условий игры: один участник называет цифру 1, второй – 2 и т.д. до тех пор, пока одну и ту же цифру не произнесут несколько голосов, в этом случае класс считается проигравшим. На материале неудачных попыток повторяются правила работы. Ситуация «нормализуется»: на самом деле, до 100 досчитать очень трудно, но к последним занятиям мы попробуем приблизиться к 100.

***3. Упражнение «Я в пространстве группы» (15 минут).*** На полу располагается лист ватмана (он представляет собой «пространство группы»). Каждый выбирает любой цветной карандаш и может на листе очертить пространство любого размера и любой формы, которая для него обозначает его место в группе. Области могут перекрываться. Затем обсуждаются впечатления от общей картины.

***4. Индивидуальная работа «Идеальная модель» (15 минут).*** Организуется индивидуальная работа. Каждый получает задание нарисовать «пространство класса» таким, каким бы оно его устраивало (анонимно). Рисунки раскладываются в центре круга, обсуждаются. Ведущий подчеркивает, что комфортные отношения в классе не обязательно предполагают крепкую дружбу всех со всеми, но предполагают уменьшение количества ссор и более приятную обстановку.

***5. Завершение занятия (4 минуты):*** обсуждение вопроса «что сегодня оказалось неожиданным?»

**Занятие 3. Мотивирование к преодолению конфликтов**

**Цель занятия:** создание условий для формирования мотивации к преодолению конфликтности отношений.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), игровая карточка для упражнения «Болото», бумага для рисования и цветные карандаши (в случае, если этап 4 предполагает рисование).

*Конец пути*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

*Начало пути*

**Ход занятия:**

***1. Приветствие. ( 10 минут)*** Ребята сидят в круге. Участникам предлагается выбрать смайл, который соответствует их настроению (проводится обсуждение выборов).

***3. Упражнение «Болото» (25 минут).*** До начала упражнения на полу размечается игровое поле 6х6 квадратов (мелом или бумажным скотчем). Часть клеток представляют собой «кочки» (на них можно наступать), часть – «трясину» (на них наступать нельзя). У ведущего есть карточка с планом безопасного маршрута через болото. Класс делится на две подгруппы (случайным образом, без учета дружеских симпатий), подгруппы получают следующее задание: «Нашим группам предстоит перебраться через болото. Оно перед вами. Сделать это будет не просто. Прежде всего, выполнять это задание нужно молча. За каждое слово, произнесенное кем-либо из участников, будет наказана вся группа: упражнение придется начать выполнять заново. Болото вы будете переходить по кочкам. Их не видно, но вы узнаете о них от ведущего. Если клетка, на которую вы встали, — это кочка, ведущий промолчит. Если — трясина, ведущий скажет: «Буль!» — участника засасывает болото, и он возвращается на берег. Следующий участник пойдет по тем клеткам, про которые уже точно известно, что они — «кочки» (в строго определенном порядке!), и попробует найти следующую, новую «кочку». Он будет продвигаться вперед, пока не услышит «Буль!». «Утонув», он вернется на берег и уступит место следующему участнику. На поле может находиться только один человек из каждой подгруппы. Остальные — либо еще стоят на берегу, либо уже перебрались через болото. Помните: перебраться должна вся группа, а за нарушение правил все участники возвращаются на этот берег».

После проведения упражнения обсуждаются вопросы о том, что было причиной неудач на начальных этапах упражнения. Подчеркивается важность командной работы и неконструктивность конфликтов в ситуации командной деятельности.

***4. Завершение работы (5 минут).*** Обсуждение: чего бы я хотел пожелать своему классу (не отдельным одноклассникам!). Если упражнение «Болото» завершилось быстро и осталось время, пожелания можно оформить в виде рисованных тематических открыток.

**Занятие 4. Создание «антиконфликтного кодекса»**

**Цель занятия:** создание условий для формирования мотивации к конструктивному общению с одноклассниками.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), карточки для упражнения «Кто сказал мяу?», бумага для записей, ручки, таблички «учителя», «родители», «полицейские», ватман, маркер.

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Разминка «Кто сказал мяу» (5 минут).*** Участники случайным образом вытаскивают карточку, на которой написано название животного (теленок, котенок и жеребенок). Карточку нельзя показывать другим участникам. По сигналу ведущего все начинают свободно перемещаться по помещению, издавая звуки соответствующего животного. Задача: собраться в три команды.

***3. Деловая игра «Разработка кодекса» (35 минут)***

Этап 1. Получившиеся подгруппы случайным образом получают названия: «учителя», «родители» и «полиция» (это те, кто заинтересован в преодолении конфликтов в школе, обозначаются табличками). Задача: от лица своих персонажей составить перечень мер, которые могли бы помощь преодолеть конфликты в школьных классах (письменно).

Этап 2. Подгруппы представляют результаты своей работы. Все предложенные меры записываются. Затем классу предлагается вспомнить, что они не учителя, родители и полицейские, а те самые дети, для которых придуманы все эти меры (таблички убираются). Обсуждаются впечатления.

Этап 3. Подгруппам (предлагается продумать перечень мер, которые они готовы применить сами к себе и выполнять. По итогам составляется общий список, фиксируется на ватмане. Вносятся только те пункты, с которыми согласно большинство (не более 5-7 пунктов).

Этап 4. Итоговый список мер принимается открытым голосованием, участники могут расписаться на ватмане в знак согласия с текстом кодекса.

***4. Завершение работы (4 минуты):*** обсуждение вопроса «на сколько процентов (или баллов) я чувствую себя готовым придерживаться этого кодекса в течение ближайших дней (до следующего занятия?)».

**Занятие 5. Итоги промежуточных занятий**

**Цель занятия:** создание условий для рефлексии изменений, произошедших в системе отношений.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), карточки с заданиями для упражнения «Башня», картонные прямоугольники («кирпичи») красного, желтого, зеленого, синего и коричневого цветов (по 12 каждого цвета на каждую команду).

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (10 минут)*** Приветствие . Упражнение "Давайте здороваться как …"

Участники рассчитываются на 1-й 2-й( либо по цвету карточек) , образуют внутренний и внешний круг. Каждый участник внутреннего круга стоит в паре с участником внешнего круга - положение "карусель". Внутренний крут неподвижен. По команде ведущего пары приветствуют друг друга, затем представители внешнего круга переходят к соседу слева и т.д.

Ведущий объявляет, что сейчас все будут здороваться друг с другом, но не совсем привычными способами. Ведущий хлопает в ладоши и кричит: "Как деловые люди рукопожатием!" Все пожимают друг другу руки. Затем ведущий хлопает в ладоши и выкрикивает: "Правыми коленями!!" Все касаются коленом колена и здороваются и т.д.

Можно здороваться:

* правыми локтями,
* левыми коленками,
* затылками,
* спинами,
* реверансом как французские короли и королевы,
* как африканские слоны, громко топая ногами,
* без помощи слов и рук, а только взглядом (например, подмигиванием),
* Фразой: "Ба! Какие люди") и т.п.

***3. Самооценка достижений (5 минуты).*** Ведущий напоминает содержание кодекса поведения, принятого на прошлом занятии, и просит участников оценить, насколько они лично придерживались его (показав количество пальцев от 0 до 5). При желании свой ответ можно прокомментировать. Переходом к следующему упражнению может быть предложение проверить объективность самооценки.

***4. Упражнение «Башня» (20 минут)***

Группа делится на подгруппы по 8-10 человек. Задача каждой подгруппы – построить башню, следуя определенным правилам. Разговаривать при этом нельзя. Правила:

1. в основании башни должно быть 6 кирпичей
2. в башне должно быть нечетное количество этажей
3. в пятом ряду не должно быть красных кирпичей
4. в третьем ряду обязательно должны быть два зеленых кирпича
5. желтые кирпичи непрочные, и их использовать нельзя вообще
6. на левой стене башни должны быть два балкончика
7. четвертый ряд должен быть из кирпичиков двух цветов, чередующихся по очереди
8. в четвертом ряду нельзя использовать синие кирпичи
9. при строительстве башни можно использовать только нечетное количество зеленых кирпичей
10. верхним этажом башни должен быть красный кирпич

Участники подгруппы получают одно из приведенных выше указаний таким образом, чтобы его не видели остальные. После этого они не имеют права произносить вслух не единого слова. Задание считается выполненным, если группа успела построить башню, точно соблюдя все правила. Ведущий строго следит за соблюдением правил. По итогам обсуждается эффективность совместной работы, подчеркивается прогресс в сравнении с предыдущими занятиями.

***4. Завершение работы (5 минут):*** обсуждение вопроса «Какие положительные изменения я могу отметить в жизни нашего класса?)».

**Занятие 6. Межличностные отношения (1)**

**Цель занятия:** создание условий для оптимизации системы межличностных отношений в классе.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), карточки для упражнения «Добыча», скотч, клубок ниток

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Разминка (10 минут) Упражнение «Броуновское движение».*** Участники свободно перемещаются по помещению. По сигналу ведущего (какое-то количество хлопков, от 2 до 7) ведущего необходимо объединиться в группы, взявшись за руки, таким образом, чтобы в каждой группе было столько человека, сколько хлопков прозвучало. Если число хлопков оказалось не кратным числу участников, классу нужно предложить придумать решение (например, «спрятать» кого-то из участников внутри своей группы и т.д.).

***3. Упражнение «Добыча» (10 минут).*** Ведущий раздает каждому по 5-8 карточек с написанными на них положительными качествами личности. По сигналу нужно закрепить на спинах товарищей (удобнее всего при помощи скотча) все карточки, не более чем по одной каждому однокласснику. По следующему сигналу ведущего игра прекращается, участники снимают со спины «добычу». Задача ведущего – следить, чтобы не осталось участника, который не получил бы ни одной карточки (для этой цели ведущий может принимать участие в игре на общих основаниях, распоряжаясь собственными карточками по ситуации). Обсуждаются впечатления от процесса раздачи и получения карточек.

***4. Упражнение «Клубок комплиментов» (20 минут)***. Упражнение выполняется в кругу. Первый участник бросает клубок любому однокласснику, предварительно наматывая на палец начало нитки, и говорит ему какой-нибудь комплимент. Получивший клубок обматывает палец ниткой и кидает клубок дальше. Так образуется паутина. Важно, чтобы клубок побывал у всех участников. Потом клубок отправляется в обратный путь: перекидывая клубок, каждый благодарит своего одноклассника за тот комплимент, который он сделал на предыдущем этапе игры.

***5. Завершение занятия (4 минуты).*** Обсуждается, что каждый участник думает о себе в данный момент.

**Занятие 7. Межличностные отношения (2)**

**Цель занятия:** создание условий для оптимизации системы межличностных отношений в классе.

**Материалы:** правила работы группы (см. занятие 1), ватман, бумага для записей, ручки, бумажные салфетки нескольких цветов

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Разминка «Вот я какой!» (15 минут).*** Участники тренинга получают от ведущего салфетки (разного цвета). Ведущий предлагает им разорвать салфетку на столько частей, на сколько они посчитают необходимым**.** Затем ведущий говорит, что по правилам игры каждый участник должен услышать в свой адрес от других одноклассников столько своих положительных качеств, сколько у него оторванных клочков салфетки.

***3. Упражнение «Суперодноклассник» (25 минут)***

Класс делится на группы по 6-8 человек (по разрезанной картинке). Каждая группа получает задание составить портрет «суперодноклассника», с которым класс был бы дружным и успешным в любых начинаниях (учебе, конкурсах, соревнованиях и т.д.). Сделать это нужно с соблюдением двух условий: во-первых, каждое качество должно принадлежать кому-то из участников подгруппы, и, во-вторых, у каждого участника подгруппы нужно заимствовать хотя бы одно качество. Результаты работы представляются всему классу. В итоге ведущий отмечает, что у каждого нашлась какая-то сильная сторона. Если группа не может найти сильной стороны личности того или иного участника, задача ведущего — помочь им, организовав мини-обсуждение.

***4. Завершение занятия (4 минуты):*** обсуждение того, что оказалось неожиданным, что удивило

**Занятие 8. Повышение сплоченности класса (1)**

**Цель занятия:** создание условий для повышения внутригрупповой сплоченности.

**Материалы:** правила (см. занятие 1), глубокая тарелка с водой

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Разминка «Хлопки по коленкам» (9 минут).*** Участники садятся в круг, левую руку кладут на правое колено соседа слева, правую – на левое колено соседа справа. Образуется круг из рук. Задача: передавать хлопки по кругу, не сбивая порядок расположения рук. Движение можно запустить обратно, хлопнув по колену соседа дважды. Допустившие ошибку могут выбывать из игры или оставаться в ней (по согласованию с классом).

***3. Упражнение «Эстафета» (10 минут).*** Ребята встают в шеренгу и очень быстро передают тарелку, наполненную водой, друг другу, при этом тот, кто передал тарелку, бежит в конец шеренги. Таким образом, шеренга должна переместиться от начала на 40–50 метров. Если вода прольется, то команда начинает все сначала. Это упражнение делается несколько раз, с задачей улучшить время выполнения задания.

***4. Упражнение «Шеренга» (15 минут)****.* Участники стоят в 2 шеренгах, повернувшись лицом в одну сторону. Ведущий встает около одного из концов шеренг. Задание: «Все задания мы будем выполнять молча. Надо стремиться выполнить каждое из заданий как можно быстрее и в то же время как можно точнее. Задание первое: надо расположиться в шеренге так, чтобы здесь, около меня стоял самый высокий из нас, а на противоположном конце шеренге тот, у кого самый небольшой среди нас рост. Начали». После того, как задание выполнено, определяется шеренга-победитель и происходит взаимная проверка правильности выполнения задания. Перед следующим заданием состав шеренг меняется. На следующих этапах игры используются такие варианты заданий: темные – светлые волосы, темные – светлые глаза, 1 января, конец – 31 декабря (надо расположиться по датам рождения) и др.

***5. Обсуждение результатов занятия (5 минут)***: за что я могу похвалить сегодня свой класс?

**Занятие 9.Повышение сплоченности класса (2)**

**Цель занятия:** создание условий для повышения внутригрупповой сплоченности.

**Материалы:** правила (см. занятие 1), бумага для записей, ручки,ткань или бумага 3х3 м (например, склеенные газеты)

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Упражнение «Рисунок на спине» (9 минут)***. Класс делится на две подгруппы, которые образуют шеренги «в затылок» таким образом, чтобы первые стояли лицом к доске. Участник, стоящий в шеренге последним, задумывает рисунок, фиксирует его на листе бумаги и «рисует» пальцем на спине впереди стоящего. Тот «рисует» полученный рисунок стоящему впереди него и т.д. Таким образом рисунок получает первый участник, который фиксирует его на доске. Рисунок на доске сопоставляется с исходным. После этого стоявший первым участник уходит в конец шеренги и запускает новый рисунок.

***3. Упражнение «Стулья» (15 минут).*** Класс получает задание: «Необходимо по сигналу молча бесшумно встать со своим стулом так, чтобы в итоге у группы получился треугольник (круг, девятка, буква А). Как только все займут свое место, необходимо одновременно поставить стулья и сесть. Не должно быть ни одного звука, ни одного скрипа, стулья не должны сталкиваться. Представьте, что вы переставляете декорации во время короткой паузы в спектакле. Зрители не должны слышать ни звука». Результаты каждый раз обсуждаются, предлагается в перерывах между заданиями обсуждать способы улучшения качества выполнения задания.

***4. Упражнение «Общий брезент» (15 минут).*** Весь класс должен разместиться (встать) на кусок брезента (или лист бумаги) размером 3х3 м. После достижения группой поставленной цели брезент складывают пополам (несколько раз). Он уменьшается, но задание остается тем же. Оказывается, что можно разместиться на куске брезента размером с тетрадный лист: если каждый наступит на него только одним носком, все крепко возьмутся за руки и откинутся назад.

***5. Обсуждение результатов занятия (5 минут)***: за что я могу поблагодарить сегодня своих одноклассников?

**Занятие 10. Рефлексия «Чего мы достигли?»**

**Цель занятия:** создание условий для рефлексии результатов занятий.

**Материалы:** правила (см. занятие 1), материалы, необходимые для проведения обсуждения «Чем мне нравится мой класс»

**Ход занятия:**

***1. Приветствие (1 минута)***

***2. Упражнение «Счет до 100» (9 минут).*** См. занятие 2. Результаты сравниваются с теми, которые были достигнуты во втором занятии, делается вывод о несомненном прогрессе.

***3.***

***4. «Чем мне нравится мой класс» (20 минут)***. Создаем символ класса. В любой форме, приемлемой для класса, обсуждается вопрос «чем мне нравится мой класс». На ватмане рисуется символ класса, и приклеиваются «Ладошки» с записанными ответами.

***Упражнение «Фотография» ( 5 минут).*** Группа получает задание создать групповой кадр, расположившись так, чтобы всем было в нем комфортно. Затем участники анализируют свое состояние, могут переместиться. После окончания перемещений ведущий просит группу подготовиться к съемке и «фотографирует».

***5. Заключительное слово ведущего (5 минут)***