

## Классный час в форме тренинга

**Тема: «Сплочение классного коллектива»**

**Цель:**

- ✓ Способствовать развитию у подростков познавательного интереса, активной жизненной позиции;
- ✓ Способствовать формированию у подростков понятия «Единый, дружный коллектив»;
- ✓ Способствовать развитию у подростков толерантности, уважения друг к другу, эмпатии.

### Актуальность

Не всегда подростки хотят и могут эффективно взаимодействовать друг с другом. Поэтому взрослым (учителям, родителям) необходимо оказать им помощь и поддержку.

Проблема сплочения детского коллектива всегда остается актуальной как в начальной школе, так и в параллелях средней и старшей школы. Объясняется это тем, что отношения в коллективе влияют на разные показатели благополучия подростка в школе: на эффективность межличностного общения и взаимодействия, на поведение подростка и на успешность его учебной деятельности. Затруднения и проблемы в общении с одноклассниками могут стать причиной целого ряда проблем у подростка и иметь неблагоприятные последствия, такие как: низкая самооценка, неуверенность в себе, повышенная раздражительность или даже агрессивность как форма самозащиты, либо замкнутость, страх публичного выступления перед классом, нежелание посещать школу, низкая учебная мотивация и много другое. Поэтому, развитие групповой сплоченности, улучшение эмоционально-психологического климата в классе является неотъемлемым условием успешности учебной деятельности.

Кроме того, очень важным является не только уровень сплоченности классного коллектива, но и вектор направленности деятельности его членов. Это может быть направленность на учебу, на получение высоких оценок, на повышение имиджа и статуса класса, а также это может быть реализация лишь целей, связанных с внеучебными интересами, общением, развлечениями, либо направленность против одного или нескольких учеников, которые выступают в роли «изгоев». Поэтому очень важно проводить систематическую работу в классе, направленную не только на сплочение коллектива, но и на формирование положительного вектора направленности данного коллектива.

### Ход занятия:

В начале занятия можно провести психодиагностическое исследование по методике «Социометрия», целью которой является изучение межличностных отношений в классе. Кроме того, следует обсудить с ребятами правила работы в тренинге, чтобы они их приняли и согласились придерживаться их.

**1. Упражнение «Доверие к классу».** Упражнение проводится в кругу, позволяет психологу понять, насколько комфортно чувствуют себя ученики в данном коллективе.

**Психолог:** давайте встанем в круг, закроем глаза и покажем на пальцах количество баллов доверия к классу ( максимум 10, минимум 1), затем по команде откроем глаза.

Теперь давайте обменяемся своими мыслями, мнениями относительно атмосферы в вашем классе, трудностей, проблем классного коллектива. Высказываются все желающие.

**2. Упражнение «Ты мне нравишься».** Это упражнение способствует развитию хороших отношений между подростками. Подростки отличаются друг от друга по способности открыто выражать свои эмоции и чувства, быть открытыми в межличностном общении. В данном упражнении все участники получают возможность развить этот важный навык.

**Материалы:** мягкая игрушка

**Психолог:** Сядьте удобно. Сейчас мы с вами будем стараться сказать друг другу приятные слова, комплименты, которые, конечно, все любят получать. И делать это мы будем так: кидаем игрушку и тому, кто ее поймал, говорим следующее: «Ты мне нравишься ... или Мне понравилось, как ты...». Начнем. Можно говорить приятные слова, комплименты, хвалить за что-либо или благодарить. И обязательно запоминайте те слова, которые услышите в свой адрес.

**Рефлексия:** С подростками необходимо обсудить то, какой они видят смысл в упражнении, что такое комплимент, зачем он нужен, за что мы можем друг другу говорить приятные слова и какой в этом смысл, почему каждый человек достоин приятных слов и любви.

**3. Упражнение «Рисунок на спине».** Участники делятся на 3 команды и строятся в три колонны параллельно друг другу. Каждый при этом смотрит на спину впереди стоящего

участника. Упражнение выполняется без слов. Ведущий показывает последнему участнику команды простой рисунок, который тот должен нарисовать пальцем на спине впереди стоящего участника. Первый участник должен воспроизвести на бумаге то, что у него нарисовали на спине. Таким образом, игра будет напоминать игру «глухой телефон».

**Рефлексия:** Необходимо обсудить чувства учеников после упражнения, трудности, с которыми они столкнулись.

Данное упражнение способствует развитию коммуникативных навыков, повышению уровня сплоченности и взаимопонимания между участниками, развитию навыков невербального общения.

- 4. Упражнение «Нарисуй дом».** Упражнение проводится в группе. Группы определяются путем простой жеребьевки. Данное упражнение признано выполнить сразу несколько задач: способствовать развитию навыков невербального общения, навыков групповой работы и взаимодействия, развитию сплоченности и умения совместно решать поставленные перед группой задачи разного характера и сложности, умению прислушиваться и слышать друг друга, уважать других. Данное упражнение несомненно будет способствовать сплочению подростков, так любая коллективная деятельность, имеющая единую цель способствует сплочению участников, развитию у них эмпатии, стимулирует проявление лидерских качеств.

**Психолог:** Каждой команде необходимо выполнить следующее задание: нарисовать до мечты, при этом разговаривать строго запрещается. Разрешается только в начале упражнения договориться, кто за что будет отвечать и не более того.

**Рефлексия:** Необходимо обсудить, что помогало участникам решать данную творческую задачу, какие ощущения и чувства у участников были по ходу выполнения работы и как они оценивают свой результат.

В заключении занятия следует обсудить все упражнения, их сложность, чувства участников и возможные выводы. Также следует предложить подростка заполнить анкету.

#### Анкета 1.

1. Самочувствие в классе:
  - А. Мне здесь хорошо, чувствую себя в кругу друзей;
  - В. Есть отдельные друзья и товарищи;
  - С. Скорее я здесь одинок.
2. Отношение к классу:
  - А. Дорожу своим классом;
  - В. Не задумывался о значении класса в моей жизни;
  - С. Хотел бы перейти в другой класс.

3. Оцени психологическую атмосферу в классе:

Дружелюбие	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Враждебность
Согласие	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Несогласие
Увлеченность	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Равнодушие
Продуктивность совместной деятельности	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Непродуктивность совместной деятельности
Теплота в отношениях	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Холодность
Сотрудничество	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Отсутствие сотрудничества
Взаимная поддержка, дружелюбие	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Недоброжелательность
Занимательность, заинтересованность	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Скука
Безразличие друг к другу	5 4 3 2 1 0 1 2 3 4 5	Сочувствие друг друга

**Ритуал прощания:** В кругу участники передают друг другу игрушку и делятся своими впечатлениями о занятии.