Заняття з елементами тренінгу
"Скажи мені хто твій друг”

Мета заняття. Розвиток навичок дружнього спілкування, підвищення групової згуртованості.

Обладнання: стікери, фломастери, маркери, крейда для вправи "Вузький міст", ватман для "Мозкового штурму", фішки для вправи "Комплемент", носики для клоунів для гри "Зустріч клоунів".

Хід заняття

І. Вступне слово тренера (3 хв.)

Ми з вами продовжуємо спілкуватися один з одним, "відчувати" один одного та говорити про дружні стосунки, які важливі для кожного з нас.

Вправа "Струм” (10 хв.)

Мета. Отримати досвід відчуття єдності групи.

Учасники заняття сідають у коло, беруться за руки, заплющують очі. Ведучий посилає сигнал - "струм" - потискуючи руку свого сусіда праворуч. Той отримує сигнал у ліву руку й передає його правою, й так далі по колу. Потрібно намагатися передавати "струм" якомога швидше, щоб його потік не переривався, й кожен учасник одночасно і приймав сигнал і передавав його.

Зворотній зв'язок. Проводимо обговорення:

* Що було для тебе найбільш важливим під час гри?

Вправа "Правила” (10 хв )

Мета. Повторити правила, створити доброзичливу атмосферу.

* Давайте повторимо наші правила.

Тренер пропонує учасникам пригадати правила, що існують у групі. Якщо учасники правильно називають правило, тренер знімає відповідну смужку паперу й відкриває його на плакаті. Учасники мають пригадати всі правила групи.

Вправа: "Не хочу хвалитися, але я ...”

Мета: розвивати у підлітків уміння короткої самопрезентації, позитивне самосприйняття.

Хід вправи: Кожен по черзі називає своє ім’я та говорить фразу, що починається зі слів: «Не хочу хвалитися, але я...»

Мозковий штурм "Що таке дружні стосунки в класі? "(5 хв )

Мета. Визначити, що таке дружні стосунки.

Всі відповіді учасників записуються на фліп-чарті. Після цього ведучий зачитує всі визначення і підсумовує їх, та наголошує на тому, що дружні стосунки роблять спілкування в класі приємним та радісним. Кожний із нас

відчуває себе потрібним, поважним, необхідним і унікальним, коли його цінять за те, що він є своєрідною особистістю.

Вправа "Комплімент” (10 хв.)

*Мета.* Розвиток рефлексії, емпатії.

Ведучий пояснює дітям, що таке комплімент і пропонує спробувати зробити один одному комплімент. Починає гру з себе роблячи комплімент комусь із дітей. Гра триває доти, поки компліменти не отримають всі гравці. Ведучий обов'язково наголошує на тому, що компліменти роблять наше спілкування приємним. Можна видавати фішки за оригінальність висловленого компліменту.

Слухання і обговорення притчі про батька та трьох його синів.

*Педагог*. Мабуть, ви добре знаєте притчу про батька та трьох його си­нів, які постійно між собою сперечалися. Сперечалися та сварилися. Сварилися й знову сперечалися. І ніхто не міг вмовити хлопців помиритися. Вони терпіти не могли один одного. Сини виросли, опинилися на порозі дорослого життя, і відчуваючи передсмак омріяної свободи, кожний обдумував свій власний жит­тєвий шлях, на якому вже не буде набридливих братів. Тоді батько покликав їх до себе. Вони слухняно прийшли до його кімнати і з подивом зауважили, що та­то тримав у руках віник. "Навіщо? " - думали хлопці.

* Ось моє останнє прохання перед тим, як ви залишите цей дім, - звернувся до синів батько, - зламайте цей віник!
* Що за дурниця? - здивовано дивилися один на одного сини, але не нава­жилися перечити батькові.

Зламати, то зламати! І хлопці взялися до справи. Вони по черзі щосили гнули, крутили, вертіли віника своїми молодими дужими руками, але нічого не могли вдіяти. Добряче втомившись, сини повернулися до батька з подря­паними руками та розпашілими лицями. І старший сказав:

* Не виходить, віник дуже міцний.
* Ніяк не виходить, він дуже товстий, - додав другий.
* Нікому не під силу зламати його, - завершив третій.

А батько, тримаючи віник на колінах, без поспіху розв'язав мотузку й слухав своїх недружніх дітей. Мотузка, що тримала вкупі десяток прутиків, нарешті розв'язалася. Тоді батько подав своїм синам ті тоненькі прутики, з яких складався віник, і попросив:

* Спробуйте-но ще раз.

Цього разу робота закипіла. Брати легко переламували окремі прути­ки. Вони швидко впоралися з завданням і в один голос вигукнули:

* Справу зроблено!

Але жоден з них не здогадувався, навіщо батько вигадав таке дивне за­вдання. А тато, дивлячись з любов'ю на кожного з своїх синів, сказав:

* Діти мої, доки ви будете разом, ніхто не зможе вас здолати. Так само, як ви не змогли зламати цей віник, міцно зв'язаний мотузкою. Але якщо ви поки- нете один одного, вас швидко переможуть, ".переламавши" поодинці, так, як ви переламали ці прутики. Разом ви - сильні, а поодинці - слабкі. Тож за­вжди будьте разом!

Відтоді сини забули, що таке ворожнеча. Вони стали дружними і кроку­вали спільною дорогою, завжди перемагаючи всі негаразди, які їм траплялися.

Слово педагога. Ось навіщо вам потрібен друг. Адже самотня людина ніколи не буває сильною.

"Двом краще, ніж одному, бо як упадуть, один одного підніме. Горе ж одному, як упаде, нема нікого, щоб його підвести".

Друг підніме тебе, коли ти впадеш, зігріє, коли ти замерзнеш. Встане по­ряд, коли на своєму шляху ти зустрінеш ворога. Потішить тебе, коли ти плака­тимеш. Підтримає, коли ти налякаєшся. Радітиме твоїм успіхам і розділить важ­кий тягар невдач.

Вправа: "Перетворення”

Мета: Визначити особливості самовираження учасників за допомогою метафоричних засобів.

Хід вправи: Кожному учасникові пропонується закінчити такі речення:

* Якби я був книжкою, то був би
* Якби я був явищем природи, то був би
* Якби я був музикою, то був би
* Якби я був дорослим, я був би

Вправа "Морський банан" (15 хв.)

Мета. Розвивати комунікативні навички спілкування, дружні почуття один до одного, формувати взаємодію між дітьми.

Ведучий розповідає дітям про морську розвагу "Морський банан". Діти сідають на лавку, один за одним, тримаючи за лікті того, що сидить по переду.

Тренер говорить, що вітерець дме легкий, тому море хитає "банан" повільно (діти повільно хитаються). Тепер вітер посилюється і "банан" розгойдується сильніше. Але існує правило: необхідно міцно тримати друзів за лікті, щоб ніхто не впав у воду.

Ведучий наголошує на тому, що важливо підтримувати і допомагати один одному.

Вправа "І це здорово!"

Мета: Налаштування на доброзичливе ставлення до інших.

Хід вправи: Учасники стоять півколом, достатньо великим, щоб було зручно виступати. Ведучий пропонує кожному по черзі вийти у центр півкола і розповісти про своє захоплення.

У відповідь на кожне таке висловлювання всі, хто стоїть у півколі, повинні разом відповісти: «І це здорово!».

Гра "Зустріч клоунів” (20 хв.)

*Мета.* Розвивати комунікативні навички спілкування.

Жили собі на світі два клоуни. Одного звали Бім, другого - Бом. Бім працював в Одеському цирку, а Бом -- в Київському. Вони ніколи не зустрічалися, хоча й чули один про одного. Якось навесні діти із міста Бердянська запросили їх на дитяче свято "Бердянські кнопочки". Приїхавши до міста клоуни нарешті зустрілися, познайомилися, зраділи один одному... Учням пропонується вигадати й показати, як відбувається ця зустріч, що робили й казали клоуни.

Зворотній зв'язок. Проводимо обговорення:

* Що допомагало вам, а що заважало працювати при виконанні завдання?
* Чому вас навчила ця вправа?

Вправа «Коктель» Учні об’єднуються по 3 особи (банан, апельсин, лимон). По команді міняються.

Рефлексія групи (10 хв.)

Запитання до учнів:

* Що таке дружба?
* Які риси правдивого друга?
* Хто є справжнім другом?
* Чим відрізняється друг від знайомого?
* Чи потрібні випробування у дружбі?
* Чи можлива дружба між хлопцем і дівчиною?

Чи є друзями чоловік та дружина?