**Психологическое занятие «Мы дружный класс!»**

Для учащихся 5-7 классов.

Цель: Сплочение коллектива и повышение самооценки детей.

**Ход занятия**

*Психолог:  Здравствуйте ребята! Мы сегодня проведем занятие на сплочение нашего школьного коллектива.*

Цель нашего занятия – это сплочение нашего коллектива. Что значит сплочённый коллектив? (дружный, где ребята понимают друг друга, идут на помощь и т.д.)

Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

**Вначале вспомним притчу:** В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: "Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья". Сегодня на занятии мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

**1.Упражнение знакомство. «Откроем сердца друг другу»**

**Цель**: познакомиться

**Ход упражнения:** Детям раздаются шаблоны сердечек. Каждый должен написать на нем свое имя и опустить в шкатулку или шляпу, которую держит ведущий. После этого психолог идет по кругу, и каждый ребенок достает любое сердечко наугад. Прочитав имя, школьник должен назвать качество характера одноклассника, которого он назвал, и отдать ему сердечко.

Ответьте на вопрос «Что такое самоуважение?»

***Примерные ответы детей:***

– Самоуважение – это уважение человека к самому себе.

– Это уважение к своим родителям, к своей семье.

– Это когда человек ведет себя так, чтобы его все уважали.

Как вы думаете, что дает человеку самоуважение?

***Примерные ответы детей:***

– Человек, который уважает себя, всегда имеет свое мнение, не зависит от мнения других.

– Самоуважение дает уверенность в себе, спокойствие.

– Человек, который себя уважает, никому не подражает, ни под кого не подделывается.

– Только человек, который уважает себя, может уважать других людей.

Подводится итог. *Люди, уважающие себя, действуют. Они постоянно самоутверждаются, отстаивают свои права, свое мнение.  Нельзя воспитать уважение к себе, лежа на диване и мечтая о том, что все тебя будут уважать.*

Какие поступки достойны уважения? Конечно хорошие.

**Упражнение «Рисунок на спине»**

**Цель**: Развитие коммуникативных навыков, ответственности, сплоченности внутри команды. Осознать, насколько важно настроиться на понимание другого человека, а также само желание понять другого. Демонстрация возможности адекватного обмена информацией без использования слов, развитие и навыков невербального общения.

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

Участникам предлагается обсудить в командах ошибки и находки, которые были в процессе упражнения. Сделать выводы, затем, с учетом этих выводов повторить упражнение. При этом первые и последние члены команд меняются местами.

***Обсуждение в общем кругу.***

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

**Упражнение «Волшебная бутылочка»**

Упражнение позволяет участникам задуматься о тех изменениях, которые они хотели бы видеть в своем классе. Так же это упражнение можно использовать для завершения занятия.

Материалы: Бумага для заметок, карандаши, бумага формата А3.

**Психолог дает группе, следующие инструкции:** «Представьте себе, что вы нашли старую лампу, все берет ее в руки, потираете и из нее появляется волшебный джин. Теперь вы можете загадать три желания. Но есть маленький нюанс, так как лампу вы нашли вместе со своей командой, то и желания должны касаться учебы, школы. Вы может загадать свои три желания.

**Упражнения «Хорошие и плохие поступки»**

**Описание упражнения:** с помощью цветных жетонов класс делят на две команды. У каждой команды есть лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А4. Задача одной команды - написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать другого человека. Соответственно, задача другой команды - написать как можно больше поступков, из-за которых теряется уважение к человеку. По желанию, каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков. Обсуждение.

Каждая команда представляет свою тему. Дальше идет общее обсуждение.

*Очень важно то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе. Не научившись уважать себя, нам будет сложно уважать других, а значит будет сложно общаться с окружающими.*

*" Общение – это взаимодействие двух или более людей ".*

*Люди,  как  вы  уже знаете,  очень  разные:   одними  общаться  всегда  приятно,  с  другими  не  очень;  одни  легко  вступают  в  разговор,  а  другие - нет.*

***Вот  первый  закон  общения:***

*1.      Самый   главный   человек   на   свете - это   тот, кто   перед   тобой.   Относитесь   к   нему   с   вниманием   и   уважением.*

*2. Не   забывайте   вежливо   здороваться ,  прощаться ,  извиняться .*

*3.  Обращайтесь  к  собеседнику ,  называя  его  по – имени .  К  пожилым  и  незнакомым  людям  всегда  обращайтесь  на " Вы ".*

*5.          Старайтесь  не  говорить  о  людях  дурно.*

*6.  Не перебивайте  говорящего .  Внимательно  выслушайте  его  до  конца .  Если  кто-то  заговорит  одновременно  с  вами , приостановитесь , и дайте  ему  закончить .*

*7.  Не вежливо  во  время  разговора  отводить  кого – нибудь  в  сторону, чтобы  говорить  с  ним  отдельно ;  ещё  более  невежливо  подслушивать, что  говорят  двое  в  стороне .*

*8.       Не  спорьте  по  мелочам.*

*Важно не только научится правильно говорить, слушать, но и настроить себя на то, что чтобы понимать другого человека нужно желание. Без желания ваше общение не будет приносить вам ни пользы ни удовольствия.*

**Упражнение «Пожелания»**

Участникам раздаются листочки с именами одноклассников. Каждый должен написать пожелания тому, кто указан на листочке. Затем пожелания даются тому, кому они предназначены. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

**Рефлексия занятия**

–Кому, что понравилось, что не понравилось?  
– Какие  выводы сделали для себя. *(Высказывания каждого участника.)*