



Государственное автономное учреждение Калининградской области для обучающихся, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр диагностики и консультирования детей и подростков»

## Тема презентации:

Занятие-тренинг по профилактике буллинга в подростковой среде, по сплочению классного коллектива «Наш класс –единое целое!»

Ведущий занятия -тренинга:  
педагог-психолог ГАУ КО «ЦДиК  
детей и подростков»  
Безручкина Ольга

Васильевна

Калининград, 2019 г.

## Цель занятия - тренинга:

создание условий для преодоления трудностей в межличностных отношениях обучающихся, снижения риска возникновения буллинга, установления благоприятного психологического микроклимата в классном коллективе.



# Задачи:

## Воспитательная:

- Воспитание уважения друг другу.
- Сплочение классного коллектива на основе сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности, проявления одобрения и поддержки друг другу, взаимного доверия.

## Развивающая:

- развитие личностных качеств: активности, чувства уверенности, самостоятельности.
- развитие коммуникативных навыков взаимодействия со сверстниками.

## Обучающая:

- Развитие навыков межличностной коммуникации в соответствии с установленными правилами, вступать в контакт, проявлять внимание и интерес друг другу, поддерживать отношения на основе сотрудничества в совместной деятельности.
- Развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражения чувств других людей;
- Развитие навыков ответственного поведения в коллективе.

# Знакомство.

Ведущий представляется. Сегодня вам предлагается поговорить о том, как важно чувствовать себя успешным и от чего это зависит.

Мы с вами разные, чем-то отличаемся друг от друга, у каждого свой характер, опыт общения. И как важно в классе чувствовать понимание, доверие друг к другу, доброжелательность.

И сегодня мы постараемся не только прояснить наши представления о классе, о своих одноклассниках, но и приобрести новый опыт общения друг с другом, чтобы каждому из вас было приятно и комфортно чувствовать себя в классе.

Я предлагаю познакомиться друг с другом поближе, сделаем это так, каждый назовет свое имя, скажет с каким настроением он пришел на занятие и чего ему хотелось, чего он ожидает от этой встречи.

## Обсуждение и принятие правил работы в группе.

- проявлять друг к другу, уважение, быть доброжелательными.
- правило активности, каждый из вас имеет возможность проявить себя, выразить свое мнение.
- не оценивать друг друга
- говорить от своего имени
- правило безопасности – не выносить опыт за пределы круга
- можно смеяться и шутить



## Задание-разминка «Поменяйтесь местами те, кто...».

**Цель:** снятие напряжения, раскрепощение, активизация и эмоциональная настройка участников занятия.

Ведущий предлагает поменяться местами тем у кого:

- светлые волосы
- есть старший брат
- любит общаться с друзьями;
- любит путешествовать;
- у кого есть страничка в контакте;
- был в Третьяковской галерее;
- Бывают ссоры с ребятами
- Кто хотел бы научиться улучшить свои способности в общении.



# Упражнение «Карусель интересных тем».

**Цель:** преодоление барьеров межличностного общения, создание условий для проявления одобрения и поддержки друг другу, взаимного доверия; развитие внимания и интереса друг к другу.

## **Инструкция к выполнению задания:**

участники рассчитываются на «первый –второй» и образуют два круга.

Первые номера размещаются во внутреннем круге, спиной - внутрь круга. Вторые номера выстраиваются во внешнем круге, так, чтобы у каждого была пара с участником.

Ведущий предлагает темы для обсуждения в течении 1-2 минут, после обсуждения, по сигналу, участники второго круга смещаются вправо и меняют партнера

## **Например:**

- Мой самый первый день в школе
- Каким я был в детстве
- Мой любимый предмет
- Кем я хочу быть в будущем
- Что мне нравится в моих одноклассниках
- Что у меня лучше всего получается
- Мой любимый учитель
- Часто ли я ссорюсь
- Мой лучший друг
- Какую помощь ребятам моего класса я могу оказать
- Город моей мечты
- Чего я хочу добиться в пятом классе



По завершению выполнения задания ведущий вместе с участниками обсуждает полученный опыт.

# Задание - проект «Вырастим дерево нашего класса!»

Цель: сплочение классного коллектива на основе сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности, проявления одобрения и поддержки друг другу, взаимного доверия.

Ведущий предлагает участникам задание –  
- Пусть на дереве распусться яркие разноцветные листочки. Напишите на них свои пожелания, советы, что нужно сделать, чтобы наш класс, стал пространством понимания, доброжелательности, понимания и сотрудничества!

Участникам предлагается нарисовать ладошку, разукрасить и написать что необходимо для этого, можно в виде пожеланий, ожиданий, советов. После этого ладошку необходимо вырезать и наклеить на силуэт дерева. Это и будет основой нашего класса!

По завершению задания пожелания озвучиваются участниками и ладошка размещается на дереве.



## Итог занятия

**Цель:** обобщение полученного опыта.

С участниками занятия-тренинга проводится круг обратной связи, им предлагается поделиться своими чувствами, мыслями, впечатлениями, и тем опытом, который они приобрели в результате встречи

«А сейчас, можно было бы поделиться, что для вас было самым интересным, важным и полезным сегодня нашей встрече?

-Какие открытия вы для себя сделали?»

Сегодня мы с вами много успели: сколько сделано! Мы познакомились, выразили свои ожидания, сформулировали правила, расширили свои представления друг о друге, поработали над проектом –вырастили дерево нашего класса!

# Завершение занятия – веселая заминка «Скажи да!»

**Цель:** создание условий для возникновения чувства завершенности, единения с группой, коллективом сверстников.

**Инструкция для выполнения:** «Протяни свою левую руку и положи на ладонку все то, что ты знал до этого о себе, о своих одноклассниках, а на правую ладонку положи все то, что ты узнал сегодня, во время нашей встречи, теперь соедини свои ладонки, закрой-хлопни правой ладонкой сверху и скажи «Да!»».



# Литература, используемая для подготовки занятия -тренинга

[1.Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. - М: Ось-89, 1999. – 176 с](#)

[2.Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой. Автор -Жекулина Т.М. Издательство Генезис, 2018.-184 с.](#)

[3.Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения - Практическое пособие / Пер. с нем.: В 4-х томах. Т. 2 - М: Генезис 1998 — 160 с.: ил.](#)

[4.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе \(5-6 классы\).- М.: Генезис, 2006.г.](#)

## Интернет -источники:

Педагогическая библиотека, раздел психология: <http://pedlib.ru/>

-Журнал «Школьный психолог»: <https://psy.1sept.ru/>