

## Психологическое занятие: «Круг Дружбы» (1-4 класс)

### ЦЕЛЬ:

- создание положительного эмоционального климата в коллективе; знакомство участников тренинга друг с другом.
- формировать стремление к самопознанию, возможности распознавать личностные качества и качества окружающих, стремление к взаимодействию с другими людьми.
- способствовать социализации личности, сформировать лидерские качества.

### Задачи:

- формирование и развитие дружеских качеств;
- самопознание и развитие мотивации к самосовершенствованию;
- развитие творческих и интеллектуальных способностей;
- развитие уверенности в себе;
- формирование способности к самостоятельному выбору и готовности брать ответственность на себя;
- получение опыта лидерства, руководства;
- развитие чувства коллективизма в общем деловом функционировании, осознания принадлежности к группе; обучение совместной деятельности;
- развитие инициативы;
- снижение уровня конфликтности, тревожности;
- умение не терять самообладания в нестандартных и критических ситуациях.

**Ресурсный материал к занятию: компьютер, музыка для релаксации, ватман, ваза, листочки А4, фломастеры, клубок ниток, смайлики**

## Приветствие

– Добрый день, дорогие ребята! Я рада приветствовать вас и надеюсь, что наше с вами занятие будет увлекательным и полезным.

Давайте поиграем в **игру «Я - дрозд, ты - дрозд»**.

Психолог показывает действия. Дети повторяют проговаривая.

Я - дрозд, ты - дрозд,

У меня - нос, у тебя - нос,

У меня - глазки, у тебя - глазки,

У меня - сладки, у тебя - сладки,

Мы любим друг друга.

Ребята, посмотрите как мы сегодня сидим, (дети отвечают, что в кругу).

Давайте назовем его **«Кругом Дружбы»**.

А как вы думаете почему? Всем известно, что у круга нет ни начала ни его...

Конца, правильно. И сегодня каждый из нас становится равным другому. А для того, чтобы наш круг был целостным, не разрывался мы должны соблюдать правила, ведь даже в дружбе я думаю, что вы со мной согласитесь есть свои секреты и правила давайте их обсудим.

### На листочках правила работы в группе:

1. Активность.
2. Взаимное уважение.
3. Высказывание своей точки зрения по очереди.
4. Добровольность участия в упражнениях.
5. Возможность делиться своим мнением.
6. Право высказываться предоставляется всем желающим.

## **Ход занятия:**

### **Знакомство**

А сейчас давайте представимся.

**Проведем упражнение 1 “Твое имя” или упражнение «Снежный ком»:**

**Играющие сидят в кругу. Первый называет свое имя, второй – имя первого и свое, третий – имена первого и второго, потом – свое и т.д., пока круг не замкнется. В итоге последний в круге говорит имена всех играющих, а затем и свое. Легче, конечно, быть первым, но последним – полезней.**

Все участники встают в круг, каждый по очереди делает шаг в круг и произносит свое имя в той форме, которая ему нравится. Так его будут называть сегодня. Затем он возвращается на место и все повторяют его имя. Кто желает начать? ( я начну первая). Как вы себя чувствовали при выполнении этого упражнения? Ваши ощущения? Психолог, Дейл Карнеги утверждал, что самое приятное слово для большинства людей – это их собственное имя.

### **Упражнение 2 “Нить”**

Все участники становятся в круг. Ведущий: вам необходимо назвать качества личности, помогающие жить в обществе и дружить, при этом вы передаете клубок ниток друг другу, разматывая его. В конце концов, все участники окажутся связанными между собой. (Получилась переплетенная, как паутина, нить).

Как вы думаете, что у нас получилось? Вот так же связаны между собой все люди – деятельностью, поступками желаниями, событиями.

психолог: А сейчас потяните каждый нить на себя. Сдвиньтесь на шаг вправо. Почему нить рвется? Почему вам не удалось сместиться? (Каждый тянет её на себя). Так и в коллективе, нужно уметь договариваться, выполнять общие правила, работать сообща, понимать, друг друга.

### 3 )Упражнение Притчи, байки:

Информация психолога: ведущий говорит, что для того, чтобы успешно жить, учиться, работать, сотрудничать, необходимо понимать других людей. Но прежде следует разобраться в самом себе.

Мы познаем себя исходя из собственного осознания своих поступков и из того, что о нас говорят другие.

#### Тренинг «Ваза»

Вниманию детей предлагается стеклянная ваза с рисунком, задается вопрос: -Какая эта ваза?(дети описывают Изпитетом, но у всех он разный) Психолог делает вывод, что ваза была одна, а описаний её много. Затем психолог предлагает описать себя, делая коррективы с помощью вопросов-наводок. Вывод: человек один, а людей и мнений много, сколько людей столько мнений. и поэтому нам не стоит судить о людях так легкомысленно и обижать их не узнав о них лучше.

#### *Притча*

*Какие пословицы о дружбе вы знаете?*



### **3) упражнение «Это я»:**

Ведущий предлагает участникам на небольшом листе бумаги нарисовать на свой автопортрет, используя свои отпечатки пальцев и акварельные краски. Под портретом сделать подпись – «это я - ... (охарактеризовать себя одним словом)». Все портреты приклеиваются на лист ватмана: «Знакомьтесь, это мы!».

### **4) игра «Скачки»: Физкультминутка для эмоционально-физической разрядки**

Все сидят в кругу. Психолог сидит так, чтобы его было всем хорошо видно, его стул как бы отделен от остальных. Психолог говорит: "Есть ли у нас ладони?(Ребята показывают) А колени? (Кто-то неизбежно хлопнет ладошкой по коленке) Отлично! Именно так выходят кони на поле ипподрома. Все вместе, - медленное поочередное похлопывание по коленям. -Кони вышли на старт, - одной рукой бьем по колену, как бы взрывая землю Старт! Побежали! - быстрое похлопывание. - Бежим! Бежим! По мостовой! - удары кулаками в грудь поочередно (Кинг-Конг) – По песочку, - быстро тереть ладонями друг о друга. – По болоту - быстро захватить пятернями колени и вертикально поднять руки с громким чмоканьем. - Барьер! - руки зависли чуть дальше на уровне груди". И так далее. Можно придумать свои варианты "пересечения местности". Все это быстро чередуется в любой последовательности. Финал: Скоро финал! - быстро хлопаем - приближаются трибуны! Трибуна девочек. Девочки, кричим. А вот трибуна мальчиков! Ребята давай! - Возгласы. - Вот финиш. Ура! Мы победили!

### **5) игра «Большая семейная фотография»:**

Эту игру лучше проводить для выявления лидера, а также в середине занятия, и использовать как наглядный материал в вашем коллективе.

Предлагается, чтобы ребята представили, что все они – большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Необходимо выбрать «фотографа». Он должен расположить всю семью для фотографирования. Первым из семьи выбирается «дедушка» он тоже может участвовать в расстановки членов «семьи». Более никаких установок для детей не даётся, они должны сами решить, кому кем быть и где стоять. А вы постоите и понаблюдайте за этой занимательной картиной. Роль «фотографа» и «дедушек» обычно берутся исполнять стремящиеся к лидерству ребята. Но, однако, не исключены элементы руководства и других «членов семьи». Вам будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью в выборе месторасположения. Эта игра, проведённая в середине занятия, может открыть вам новых лидеров и раскрыть систему симпатий-антипатий в группах. После распределения ролей и расстановки «членов семьи» «фотограф» считает до трёх. На счёт «три!» все дружно и очень громко кричат «сыр» и делают одновременный хлопок в ладоши.

### **8) Релаксация (под музыку) рисуют «Солнышко Дружбы» Упражнение “Пять добрых слов”**

**Желаю быть.....**

#### **9) Рефлексия (психолог задает вопросы):**

- Вам понравилось наше занятие?
- Что полезного вы извлекли из нашего «Круга Дружбы»?
- С каким настроением вы занимались? (смайлики)
- Что бы вы пожелали друг другу?

**Спасибо всем за урок!**

