

Тренинг-беседа для учащихся 10 класса «Это наш 10 класс!»

Классный руководитель: Сиденко С. А.

Цель – создание условий для активизации процесса успешной адаптации учащихся 10-х классов к новому классному коллективу и условиям старшей школы.

Задачи:

- Обучение способам осознания и отреагирования эмоций;
- Повышение самооценки учащихся;
- Повышение общей коммуникативной культуры;
- Формирование групповых норм партнёрского общения;
- Формирование навыков взаимодействия в команде (группе); развитие чувства «мы», внутреннего единства класса;
- Формирование благоприятного социально-психологического климата в коллективе.

Ход занятия.

Приветствие. Вступительное слово ведущего. Обозначение целей и задач тренинга и взаимодействия.

Принятие правил эффективной работы на тренинге.

1. Общение между всеми участниками и ведущим — на «ты».
2. Персонификация общения и высказываний.
3. Доверительный стиль и искренность в общении. Конфиденциальность.
5. «Стоп!»
6. «Здесь и теперь»
7. Без оценок.
8. Совместный поиск. «Обратная связь»

Упражнение «Знакомство»

Цели: формирование и закрепление нормы общения в группе (обращение друг к другу по именам), установление равенства позиций (учащиеся привыкают называть друг друга по имени, не по фамилии или прозвищу).

Инструкция. Первый участник называет свое имя, следующий – имя первого участника и свое, третий – имя первого и второго участников и свое т. д.

Упражнение «Презентация».

Цели: развитие эмпатии и навыков самопрезентации, создание условий для более глубокого знакомства друг с другом и доверительного общения.

Инструкция. Ведущий разбивает участников на пары (желательно – с малознакомыми партнёрами). Задача в течение 10 мин собрать как можно больше информации о партнёре. По окончании интервью партнёры представляют друг друга остальным участникам группы. Вопросы для обсуждения:

- Интересно ли было узнавать новое о партнёре?
- Легче было брать интервью или быть «звездой»?

Упражнение-разминка «Меняются те, кто ...».

Участники группы сидят на стульях в кругу. Доброволец стоит в центре круга т.к. для него нет свободного стула. Он - водящий. Водящий должен объявить, кто будет меняться местами. Например, он говорит: *"Поменяйтесь местами те, кто сегодня*

чистил зубы (поменяйтесь местами те, кто в брюках; поменяйтесь местами те, у кого светлые волосы; поменяйтесь местами те, кто любит учиться и т.д.) ". Все участники группы, которые обладают указанным свойством, должны встать со своего места и поменяться местами с кем-то из друзей.

Упражнение «Двадцать Я».

Каждому члену группы даются ручка и бумага.

"Двадцать раз ответьте на вопросы "кто я, какой, я ". Используйте характеристики, черты, интересы, чувства для описания себя, начиная каждое предложение с местоимения "Я"... Когда все закончат, каждый по очереди будет зачитывать то, что написал "

Возможный вариант: *"Можете не зачитывать свой список всем, а дать прочитать его только тем, кому захотите "*.

Вопросы для обсуждения:

- Какой участник более точно охарактеризовал себя?
- Какие качества каждый участник отметил в себе?
- Для кого было сложно написать все 20 предложений?
- А кто написал больше 20 предложений?

Проективный рисунок «Я-старшеклассник»

Учащимся предлагается взять листок бумаги и представить и изобразить себя в роли старшеклассника. Можно использовать и другой вариант проективного рисунка «Моя жизнь в 9-ом классе и Я-старшеклассник».

Деловая игра «Права и обязанности старшеклассников и педагогов».

Все учащиеся в произвольном порядке разбиваются на две команды - старшеклассники и педагоги. В течение 10-15 минут на листе бумаги каждая команда соответственно составляет список прав и обязанностей старшеклассников и педагогов.

Затем начинается обсуждение и принятие каждого права. Ведущий делит доску на две половины для педагогов и учащихся. Затем начинает записывать называемые по очереди права той или другой команды в соответствующую колонку. ВАЖНО! Права фиксируются на доске только в том случае, когда они безоговорочно приняты другой стороной. И так далее игра продолжается до тех пор, пока не будут записаны и составлен список прав и обязанностей для педагогов и старшеклассников.

При обсуждении игры можно разграничить понимание понятий «права» и «обязанности». Составленный кодекс прав и обязанностей принимается классом и педагогом класса, фиксируется, а затем может быть повешен в уголке класса. В игре могут принимать и другие педагоги.

Упражнение «Незаконченные предложения».

Каждому из участников раздаются листы с незаконченными предложениями:

Я хочу, чтобы период моего обучения в 10-11 классах.....

Больше всего я хотел бы, чтобы в 10-м классе ...

Лучше всего мне с теми одноклассниками, кто ...

Будущее мне кажется ...

Думаю, что я достаточно способен, чтобы ...

Я был(а) бы очень счастливым человеком, если бы в 10-м классе ...

Я жду от своих учителей ...

Наступит тот день, когда ...

Школа - это ...

Старшеклассник - это...

Упражнение «Пожелание в дорогу».

Каждый участник подписывает листок бумаги, затем по команде ведущего передает этот листок соседу. На листе каждый пишет пожелание другому «Желаю тебе в 10-м классе ...».

Завершение занятия

Итоговая рефлексия участников.

Вопросы для обсуждения:

- Что нового о себе и одноклассниках узнали?
- Чему научились?
- Что понравилось/не понравилось?
- Что было полезным, важным?

Прощание.