

Занятие-тренинг «Навстречу друг другу»

Цели и задачи: создать комфортную, доброжелательную обстановку, содействовать сплочению детей; формировать эстетическую культуру; чувства сопереживания, толерантности; формирование общечеловеческих ценностей: доброты, внимания к ближнему; снятие эмоционального напряжения, тревожности.

Участники: дети с ОВЗ 5-9 классов.

Материалы и оборудование: плакат «Дерево дружбы», музыкальные произведения «Полька», «Звук дождя», листы бумаги по количеству участников, фломастеры.

1. Упражнение «Познакомимся»

Дети становятся в круг, ведущий-взрослый берет мяч и становится вместе с детьми. Надо назвать имя и любимый цвет. Взрослый начинает: «Меня зовут Анна, я люблю красный цвет», и кидает мяч кому-то из детей. Ребенок называет свое имя и любимый цвет и кидает мяч следующему.

2. Упражнение «Доброе тепло»

Вспомните, как вас называли, когда вы были маленькими. Вспомнили? Тогда садитесь на стулья и возьмитесь за руки. От меня вправо (влево) пойдет «тепло», то есть я легонько прикоснусь своим плечом к плечу соседа, называя своё имя, и вспоминая, как ласково называли меня в детстве, мой сосед так же – к следующему, и так по кругу. Давайте попробуем.

Каковы ваши ощущения после выполнения задания? Почувствовали тепло? Это не обязательно теплое плечо, это дружеское прикосновение, душевное, оттого и теплое.

4. Упражнение «Поменяйтесь местами». Поменяйтесь местами те, кто...кто любит шоколад, у кого сегодня хорошее настроение, кто любит мороженое.

5. Игра «Волшебные слова»

Растает даже ледяная глыба от слова теплого: ... (спасибо)

Зазеленеет старый пенек, когда услышит: ... (добрый день)

Если больше есть не в силах, скажем мы всегда: ... (спасибо)

Мальчик, вежливый и развитый, говорит, встречаясь: ... (здравствуйте)

Когда нас бранят за шалости, говорим: простите ... (пожалуйста)

И во Франции, и в Дании на прощанье говорят: ... (до свидания)

6. Игра «Совместное творчество»

Все дети садятся в круг. У каждого лист бумаги и фломастер. По сигналу все начинают рисовать. Как только музыка останавливается, все заканчивают рисовать и передают свой начатый рисунок по кругу. По следующему сигналу детям нужно продолжить рисунок, который каждый получил, пока не прозвучит следующий сигнал. Так можно продолжать, пока листы не вернутся к своим хозяевам. А теперь посмотрим, что получилось?

7. Упражнение: «Дождик».

Цель: снятие напряжения и тревоги, развитие групповой сплоченности.

Участники группы становятся по кругу, друг за другом и кладут открытые ладони на спину впереди стоящего. Легкими прикосновениями каждый участник имитирует капли начинающегося дождя. Капли падают чаще, дождь становится сильнее и превращается в ливень. Большие потоки стекают по спине.

8. Упражнение «Я хороший»

Один из детей выходит в центр круга и произносит: Я хороший! (шёпотом, громче, очень громко). Каждый по очереди выходит в круг.

Далее, все дети вместе произносят эти слова: Я хороший! Мы хорошие! (шёпотом, громче, очень громко)

9. «Дерево нашей дружбы!»

Нас много, и мы вместе, будем продолжать дружить. В знак нашей дружбы, напишите свои имена на дереве.

10. Упражнение «Аплодисменты»

Цель: снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.

Психолог. Мы с вами хорошо поработали. И в завершение я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты. Похлопаем друг другу.

