**Тренинговое занятие**

**«Давайте научимся друг друга уважать»**

**5-6 класс**

****

**Давайте познакомимся.**

**Цели:**

- сформировать группу участников;

- способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;

- познакомить с правилами психологического тренинга, выработать ритуал прощания.

**Оборудование:** газеты,

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

Знакомство.

Упражнение « Чуткие руки».

Упражнение « Кляксы».

**Основная часть.**

**Принятие правил:**

- Нельзя перебивать друг друга.

- Нельзя мешать друг другу.

- Нельзя оскорблять друг друга.

***На занятиях всем должно быть:***

1.Интересно. Для этого нужно быть активным, правдивым, уметь слушать каждого.

2. Комфортно. Запрещаются оскорбления, упреки, обвинения.

3. Безопасно. Все, что происходит на занятиях, для всех секрет.

4. Полезно. Выполняем добросовестно задания.

**Упражнение «Чуткие руки»**

Психолог: приглашает к доске 10-12 детей. После того, как эта группа выполнит 3-4 задания, дети возвращаются на места, а учитель приглашает следующих ребят так, чтобы в итоге в упражнении приняли участие весь класс. Можно приглашать детей, сидящих на одном ряду или как-то иначе.

«Сейчас я попрошу подойти ко мне тех, кто сидит… Станьте, пожалуйста, рядом, в линеечку, лицом к классу. Молодцы! Я попрошу (называет имя одного из детей) потрогать у всех руки и определить, у кого самые теплые руки».

Ребенок определяет, у кого самые теплые, по его мнению, руки, потрогав руки всех детей.

Психолог: «Хорошо! У (называет имя ребенка) сейчас самые теплые руки. Я попрошу теперь тебя определить, у кого из ребят самые прохладные руки. Прикоснитесь к рукам ребят, почувствуй, какие они: теплые, холодные и выбери потом самые прохладные руки». Ребенок определяет у кого самые прохладные, после чего тот, кого выбрали, выполняет следующее задание.

Варианты заданий: определить, у кого самые теплые (прохладные) щеки (уши); определить у кого самый теплый (прохладный) нос (лоб). Важно, что ребенок выполняет задание , прикасаясь к другим детям.

Психолог благодарит детей за их работу и переходит к следующему заданию.

***Упражнение «Кляксы»*** *.* ( Выполняется в парах. Один из детей берет немного краски того цвета, какого ему хочется и капает на лист бумаги. Его партнер дорисовывает «кляксу» до какого-либо образа. Затем участники меняются ролями. Это упражнение способствует налаживанию взаимодействия между детьми и обладает диагностической ценностью. Агрессивные и подавленные дети выбирают краски темных цветов. Они «видят» в «кляксах» агрессивные сюжеты (драку, страшное чудовище и др.). Дети, предрасположенные к гневу, выбирают черную или красную краску. Дети с пониженным настроением – лиловые и сиреневые тона. Серые и коричневые тона выбираются напряженными и конфликтными детьми.

***Упражнение «Мое настроение»*** У вас у всехбывает плохое настроение, чтобы научится снимать плохое настроение, нам понадобится для этого много газет. По моей команде вам нужно будет как можно быстрее разорвать газеты на мелкие кусочки. Раз, два,три…….

**Заключительная часть.**

Наше занятие подошло к завершению. На столе лежат смайлики. Если вам понравилось занятие, возьмите смайлик желтого цвета, если вы остались равнодушным к занятию - зелёный смайлик, а если занятие вам не понравилось, возьмите синий смайлик.

