

Тренинговое занятие для детей «Я и мой мир вокруг меня»

Цель: формирование адекватной жизненной позиции путем тренинга первичных социальных навыков несовершеннолетних в период реабилитации.

Задачи: способствовать формированию умения слушать, высказывать свою точку зрения, аргументировать и отстаивать свою позицию.

Организация занятия.

Предлагаемый вариант рассчитан на 45 минут.

Необходимо выбрать такое помещение для занятий, которое может обеспечить и работу в «кругу», и двигательные упражнения, и возможность работы в удобных позах. Работа осуществляется с помощью игровых методов, элементов психогимнастики. Необходимо отметить, что на двух противоположных стенах комнаты с одной стороны должны быть вдоль стены размещены ватманы с заранее нарисованными силуэтами участников, а на другой на небольшом расстоянии друг от друга «рисунки-рожицы» эмоциональных состояний.

Оборудование: лист ватмана, фломастеры, CD проигрыватель, альбомные листы с изображением эмоциональных состояний в виде «рожиц».

Ход занятия.

Ритуал начала занятия.

Звучит плавная музыка.

Ведущий: «Здравствуйте! Попрошу всех занять удобное положение на коврик. Сегодня мы с вами поговорим об эмоциях, чувствах. Но мы будем не только говорить об этом, но и мы будем играть. А начнем с того, что каждый, еще раз представится нам, поэтому надо назвать свое имя и сделаем мы это по очереди. И так начинаем».

Упражнение «Путанка» (разминка).

Цель: создание положительного эмоционального фона, преодоление смущения и застенчивости, повышение уверенности в себе.

Ведущий предлагает детям встать тесным кругом и повернуться правым боком к центру круга: закрыть глаза и по команде всем одновременно протянуть правую руку к центру, стараясь схватить чью-нибудь руку, чтобы в каждой

руке была только одна рука. Затем все открывают глаза и распутываются, в результате клубок распадается на отдельные пары.

Обсуждение: Какие ощущения вы испытывали, когда с закрытыми глазами нашли руку, т.е. пару? А когда открыли? Чувствовали ли вы теплоту и поддержку от своего партнера?

«Хорошо! Спасибо за ответы. Ребята это упражнение позволило нам почувствовать тепло друг друга. Это очень важно! Так как каждый из нас взаимодействует друг с другом, с окружающим миром, т.е. с природой, со своей семьей, с близкими, с друзьями, с соседями, учителями и т.д. И наше взаимодействие может быть положительным, таким как удовлетворение, доброта, радость и другие, а также отрицательным как ссора, обида, неприятные высказывания... (ведущий показывает и обращает внимание детей на листы с эмоциональными «рожицами»).

Следующее упражнение называется «Силуэт». Оно поможет нам высказать свою точку зрения, аргументировать и отстоять свою позицию».

Каждый участник должен выбрать себе один из силуэтов расположенный на стене, за исключением своего. Затем дети должны написать на листке качества присущие этому силуэту, но только хорошие. На все 10 минут.

Обсуждение: Что тебя удивило? Какие качества тебе присущи, а какие нет? Чего ты уж никак не ожидал? Все ли тебе нравится? Как ты думаешь, как тебя видят все? Есть ли у тебя отрицательные качества и можешь ли ты о них сказать? Хотелось ли тебе написать о плохих качествах? Легко ли тебе было написать о хороших качествах? Можно ли говорить об этом силуэте только лишь с хорошей стороны?

Итог занятия: «А теперь ребята давайте задумаемся над нашими хорошими качествами и со временем будем их все более развивать. Это позволит нам больше общаться, дарить друг другу положительные заряды энергии, радоваться жизни и не создавать ссор, не ругаться, быть терпимее, дружелюбнее, увереннее в себе.

Наше занятие подходит к концу. Давайте встанем, возьмемся за руки, и каждый скажет любое доброе пожелание для всех нас. А теперь настало время прощаться».