



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ ТОЛЕРАНТНОСТИ

ЦЕНТР ТОЛЕРАНТНОСТИ



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

**СБОРНИК ЛУЧШИХ
ИНТЕРАКТИВНЫХ
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРАКТИК
В ОБЛАСТИ ПРОФИЛАКТИКИ
КСЕНОФОБИИ И ЭКСТРЕМИЗМА
В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

2021–2022

Москва



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ ТОЛЕРАНТНОСТИ

ЦЕНТР ТОЛЕРАНТНОСТИ

В сборнике представлены лучшие методические разработки, выполненные педагогами в рамках участия в программе повышения квалификации «Код БЕЗопасности: интерактивные методы профилактики ксенофобии экстремизма в молодежной среде» 2021–2022 учебного года.

Проект реализуется с использованием гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов.



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

ОГЛАВЛЕНИЕ:

<i>Авдониная А. А.</i> Сценарий интерактивного занятия «Общечеловеческие ценности» (6–7 класс)	7
<i>Андреянова Л. В.</i> Методическая разработка на тему «Формирование сплоченности коллектива учащихся» (5–8 классы)	10
<i>Анохин П. А.</i> Урок психологии / классный час по теме развития эмоционального интеллекта: «Чувства и эмоции. Я понимаю себя. Я понимаю тебя» (1–11 классы)	13
<i>Анохина Е. А., Сурдуляк–Серебренникова Г. В., Сурдуляк–Серебренников А. В.</i> Урок психологии / классный час на тему: «Я, мой внутренний мир и мир вокруг» (8–11 классы)	19
<i>Антоненкова Т. А.</i> Сценарий интерактивного занятия по профилактике конфликтов для младших школьников (2–4 классы)	26
<i>Аратина С. В.</i> Сценарий интерактивного занятия «Откроем сердца» (3–4 класс)	28
<i>Архипова В. В.</i> Сценарий интерактивного занятия для студентов на тему «Профилактика ксенофобии и экстремизма в молодежной среде»	31
<i>Ахмедова Е. А.</i> Тренинг профилактики ксенофобии и экстремизма в молодежной среде путем снижения уровня конфликтности подростков (студенты)	34
<i>Барашкова Е. В.</i> Социально-психологическая игра «Что не так?» (7–11 классы, студенты)	37
<i>Буткина Е. В.</i> Сценарий интерактивного занятия «Учимся говорить – нет» (9–11 классы)	38
<i>Бутова О. В.</i> Игра с элементами социодрамы «У границы» (10–11 классы)	42
<i>Валеева Р. Р.</i> Методическая разработка занятия «Большая стройка» по профилактике ксенофобии и экстремизма в молодёжной среде (16–17 лет)	45

Гаврилова Г. Э.

Сценарий интерактивного занятия «Мы разные, но мы вместе. Единство многообразия» (5–10 классы)48

Галицкая Л. В.

Упражнения по профилактике ксенофобии и экстремизма в молодежной среде (студенты)52

Гапонова О. В.

Сценарий интерактивного занятия «Последствия обиды» (1–11 классы)54

Глазкова А. А.

«Не со мной»: занятие по профилактике травли в Интернете (подростки 12–17 лет, учащиеся школ и колледжей)58

Глубокая Е. Б.

Творческая мастерская «Твое настроение. Запахи и ароматы» (1–11 классы)64

Делина Н. В.

Сценарий интерактивного занятия «Мои лучшие друзья» (3–4 классы)68

Дивидентова О. Н.

Классный час по определению лидеров в классе «Круг лидеров». Техника «Я-высказывание» (10–11 классы)74

Диордиева Е. А.

Сценарий интерактивного занятия «Игротека: игра началась!» (7–12 лет)78

Егорова Е. Н.

Сценарий интерактивного занятия «Как я вижу других и себя» (15–18 лет)80

Елькина З. А.

Интерактивное внеклассное мероприятие для обучающихся 9–11 классов по профилактике вовлечения в деструктивные и экстремистские организации91

Епихина Е. Ю.

Сценарий интерактивного занятия «Тайна толерантной планеты» (классный час с элементами тренинга) (4–6 классы)94

Клинкова Е. А.

Интерактивная технология «Вредные советы от школьной службы примирения. Правила рационального поведения в конфликте». Техника «Я-высказывание» (4–6 классы)99

Козменко В. В.

Методическая разработка интерактивного занятия «Солнце всем на планете одинаково светит!» (10–12 лет)104

Кузнецова Е. С.

Сценарий интерактивного занятия по теме «Дискриминация» (15–18 лет)108

Мосина Е. С.

Сценарий интерактивного занятия «Толерантность к себе и другим» (13–14 лет) ... 120

Нагаева К. П.

Сценарий интерактивного занятия «Ломаем стереотипы» (6 класс)124

Ноина Д. А.

Сценарий интерактивного занятия «Интересные различия» (15–17 лет)128

Нырова Л. Ю.

Практикум с элементами тренинга «Конфликты и способы их разрешения»
(педагоги, студенты)129

Парфёнцева Е. А.

Сценарий интерактивного занятия «Классный час «Давайте знакомиться!»
(студенты)141

Петрова А. Ю.

Сценарий интерактивного занятия «Такие ли мы разные?» (средняя школа)144

Печерская Ю. В.

Сценарий интерактивного занятия «Корабль» (5–6 классы)147

Романова Л. И.

Сценарий интерактивного занятия «Кто похитил доброту?» (10–12 лет)149

Семенова Г. А.

Сценарий интерактивного занятия «Мы выбираем жизнь» (9 класс)151

Сергеева А. А.

Интерактивный подростковый тренинг «Сделала больно и покинула чат»
(профилактика кибертравли) (5–9 классы)153

Сергеева А. А., Макаренко О. И.

Методическая разработка занятия подросткового психологического клуба
«О тебе» на базе Культурного центра «Северное Чертаново» «Что помогает мне
дружить?» (10–13 лет)158

Смирнова С. А.

Сценарий интерактивного занятия-тренинга для учащихся 7–8 классов
«Профилактика ксенофобии: в единстве наша сила»161

<i>Стародубцева Н. С.</i> Сценарий интерактивного занятия «Час общения «Школа человечности» (младший школьный возраст)	165
<i>Степанова А. В.</i> Сценарий интерактивного занятия на тему «Профилактика буллинга в школе» (упражнение «Дерево желаемых чувств») (11-12 лет)	169
<i>Субботина Н. С.</i> Безопасное поведение в сети Интернет (занятие для учеников 3-4 класса)	172
<i>Тайтакова О. А.</i> Сценарий интерактивного занятия «Толерантная личность» (профилактика конфликтов) (студенты)	178
<i>Тихонова Н. П.</i> Сценарий мероприятия для классного часа «Мы разные, но мы вместе, в этом наша сила, дружба и веселье!» (5 класс)	182
<i>Товбина О. В.</i> Семинар с элементами тренинга по профилактике буллинга для учащихся 3-4 классов «Мы выбираем дружбу!»	185
<i>Томилина Е. Н.</i> Интерактивное занятие «Мир без насилия – мир, в котором я живу» (9-11 классы, студенты)	192
<i>Урычева М. С.</i> Сценарий интерактивного занятия «Вместе мы сила» (10-11 лет)	197
<i>Хаматова И. В.</i> Методическая разработка интерактивного занятия «Как хорошо, что мы все такие разные!» (4 класс)	211
<i>Хатомченкова М. О.</i> Классный час «Цветочная поляна» (3-4 класс)	214
<i>Черемных Л. В.</i> Мероприятие по профилактике жестокости и насилия среди подростков «Главное – неравнодушие» (13-14 лет)	205
<i>Яжнаева А. И.</i> Сценарий интерактивного внеклассного мероприятия «Такие ли мы разные?» 4 класс)	212



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ЦЕННОСТИ»

Авдониная А. А.,

Приморский край, Михайловский район с. Осиновка

Цели:

Личностные:

- формирование основ социальных компетенций;
- ориентация в особенностях социальных отношений и взаимодействий;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам;
- формулировка собственного мнения и позиции, аргументация и координация её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

Метапредметные:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

Предметные:

- умение характеризовать общечеловеческие ценности;
- понимание особенностей и практическое владение способами коммуникативной, практической деятельности, используемыми в процессе познания человека и общества.

Задачи:

1. Сформировать понимание общечеловеческих ценностей.
2. Проанализировать изменения представлений о различиях и общности.
3. Закрепить важность уважительного отношения к своим ценностям и ценностям других.

Целевая аудитория: 6–7 класс (подростки 12–13 лет).

Ожидаемый результат:

- у учащихся возникнет потребность научиться выражать свои чувства, высказывать свои мысли и демонстрировать свое отношение к окружающему миру общественно приемлемыми способами, что будет способствовать формированию толерантного восприятия окружающего мира.

Время, необходимое на подготовку: 20 минут.

Время, необходимое на проведение: 30 минут.

Вспомогательные материалы: разноцветные флажки с надписями ценностей (патриотизм, социальная солидарность, мир и дружба между народами, благополучие близких, любовь, мир, свобода, уважение, законы, гражданственность, семья, труд и творчество, наука, религия, природа, человечество) чистые листы, фломастеры, изображение земного шара

Краткое описание идеи: одноклассники совместно определяют и разбирают мировые общечеловеческие ценности, распределив их по значимости.

План подготовки: сделать флажки и на них нанести надписи с ценностями, подготовить чистые листы, фломастеры, выставить столы и стулья по кругу.

Форма: беседа + опрос + практическая работа.

Описание занятия

1. Учащиеся рассаживаются за круглый стол, лицом друг к другу.
2. Классный руководитель задает вопрос:
«Как вы понимаете, что такое «общечеловеческие ценности»?» (аудитория отвечает)
3. Далее классный руководитель в доступной форме рассказывает учащимся о понятии «общечеловеческие ценности». Общечеловеческие ценности представляют собой определённую систему важнейших материальных и духовных ценностей. **Общечеловеческие ценности** представляют собой набор самых общих требований к поведению человека, принадлежащего к любой культуре. С философской точки зрения общечеловеческие ценности – это некий комплекс идеалов, идей, которые актуальны для людей во всем мире, независимо от стадии развития общества и исторического процесса, от культуры, в которой человек живет, и от места, которое он занимает в своем обществе.
4. На видном месте находится корзина с флажками, каждый учащийся выбирает себе по одному флажку.
5. Далее учащиеся поочередно называют ценности, которые написаны на флажках, и объясняют их значение в современном мировом обществе (классный руководитель дополняет описание):
 - *патриотизм* – любовь к своей стране, к своему народу, к своей малой Родине, служение Отечеству;
 - *социальная солидарность* – свобода личная и национальная, доверие к людям, справедливость, милосердие, честь, достоинство;
 - *гражданственность* – служение Отечеству, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, поликультурный мир, свобода совести и вероисповедания;
 - *семья* – любовь и верность, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода;
 - *труд и творчество* – уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость;



- *наука* – ценность знания, стремление к истине, научная картина мира;
- *религии* – представления о вере, духовности, религиозной жизни человека, ценности религиозного мировоззрения, толерантности, формируемые на основе межконфессионального диалога;
- *природа* – эволюция, родная земля, заповедная природа, планета Земля, экологическое сознание;
- *человечество* – мир во всем мире, многообразие культур и народов, прогресс человечества, международное сотрудничество.

6. Учащимся раздаются чистые листы и предлагается распределить в порядке убывания значимости ценности, которые были написаны на флажках.

7. Учащиеся обсуждают полученные результаты и выделяют те общие ценности, которые записали первыми в своих списках.

8. Классный руководитель предлагается ребятам записать общечеловеческие ценности вокруг изображения земного шара, которые очень важны для счастливой жизни каждого отдельного человека и человечества в целом. Далее полученную схему классный руководитель предлагает поместить на одном из стендов к классной комнате (учащиеся высказывают мнение).

9. Классный руководитель задает следующие **вопросы для обсуждения**:

Как ценности влияют на жизнь людей?

Какими ценностями вы руководствуетесь каждый день?

Что нового вы сегодня для себя узнали?

(учащиеся рассуждают, выражают свое мнение)

– Закончить эту тему хотелось бы словами:

Жизнь достойного человека – это жизнь, построенная на общечеловеческих ценностях.

– Пожелать вам хочу: цените свою жизнь и свои ценности!

– Благодарю всех за работу!

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА НА ТЕМУ «ФОРМИРОВАНИЕ СПЛОЧЕННОСТИ КОЛЛЕКТИВА УЧАЩИХСЯ»

**Андреянова Л. В.,
МБОУ «СОШ № 31», г. Симферополь**

Целевая аудитория: 5–8 классы.

Время проведения: 45 минут.

Цель: достичь хороших межличностных отношений (специфики формальных и неформальных организационных связей в коллективе и соотношение между ними), демократического уровня в коллективе, оптимального уровня психологической совместимости коллектива.

Задачи занятия (мини-тренинга):

- способствовать созданию благоприятной психологической атмосферы;
- учить детей доверять и поддерживать друг друга, разрешать поставленные задачи всего класса, а не индивидуально;
- обучаются детей навыкам сотрудничества и взаимодействия.

Ход занятия

Психолог: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами проведем тренинг о дружбе и сплочении. Сегодня вы узнаете много нового и интересного о своих товарищах, чего не знали раньше, расскажете о себе и станете настоящей большой командой. Мы с вами немного отдохнем от учебы и поиграем.

Психолог: Как вы считаете, что самое важное в коллективе?

А что значит сплочённый коллектив? (дружный, где ребята понимают друг друга, идут на помощь и т. д.)

Сплоченный коллектив всегда добивается многих вершин и побед. Ведь чем крепче дружба и доверие между вами, тем легче вам всем вместе преодолевать трудности. Давайте мы с вами вспомним одну притчу: (Психолог читает детям притчу, они внимательно слушают).

Жил на берегу моря старец. Был он совершенно один, и никого у него не было на всём белом свете. И вот однажды поздним вечером он услышал стук в дверь. Старик спросил:

- Кто там?
 - Это твоё богатство, – ему ответили за дверью. Но старец ответил:
 - Когда-то я был сказочно богат, но это не принесло мне никакого счастья, – и не открыл дверь. На следующий день он вновь услышал стук в дверь.
 - Кто там? – спросил он.
 - Это твоя любовь! – услышал он ответ. Но старец сказал:
 - Я был любим, и сам любил безумно, но это мне не принесло счастья! – и опять не открыл дверь. На третий день к нему снова постучали.
 - Кто там? – спросил старик.
 - Это твоя дружба! – услышал он в ответ. Старец улыбнулся и открыл дверь: – Дружбам я всегда рад.
- Но вдруг... вместе с дружбой к нему в жилище вошли и любовь, и богатство. И старец сказал:
- Но ведь я пригласил только дружбу!
- На это вошедшие ответили ему:



— Ты столько лет прожил на земле и до сих пор не понял одну простую истину? Только вместе с дружбой приходят и любовь, и богатство.
Психолог: Ребята, вы согласны с этим? А вы дружите между собой? Как хорошо вы знаете друг друга? Давайте проверим!

ИГРЫ-УПРАЖНЕНИЯ НА МИНИ-ТРЕНИНГ

Упражнение «Интересный факт о товарище»

Детям предлагается разбиться на пары, выбирая себе в пару одноклассника, с которым они меньше всего знакомы. В течение 30 секунд они должны рассказать друг другу 3 интересных факта, которые не знает никто. Затем пары меняются.

Упражнение «Я хочу пригласить человека, который похож на меня тем, что...»

Ребёнок приглашает выйти человека, который, как ему кажется, чем-то на него похож, далее приглашённый человек приглашает следующего и т. д., постепенно выходят все дети.

Упражнение «Строй»

Вы можете легко и быстро построиться по росту (начиная с самого высокого), по дате рождения (начиная с первого числа), по цвету волос (начиная с самого светлого), но сделать это молча.

Упражнение «Мы идем в поход»

Игрок, сообщив своё имя, называет предмет, начинающийся на первую букву своего имени, который он может взять в поход (для начала мы упрощали задание и называли просто любой предмет, подходящий для похода). Например: «Меня зовут Катя, я иду в поход и беру с собой компас». Тогда следующий игрок произносит: «Меня зовут Сережа, я иду в поход и беру с собой спальник, а еще Катю с компасом» и т. д.

Можно придумывать каждый раз новое место посещения.

Упражнение «Счёт до десяти»

Сейчас по сигналу «Начали!» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее... Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

Упражнение «Рассказ о друге»

Предложите детям выбрать кого-либо из своих друзей и рассказать о нем, не называя его имени. Если детям трудно самим составить рассказ, предложите им ответить на вопросы:

- Кого больше всего любит ваш друг?
- Что больше всего любит делать ваш друг?
- Какое у него любимое время года?
- Есть ли у него любимые животные?
- Как он любит одеваться?
- Какое хорошее качество есть у вашего друга?
- Какие книги он любит больше всего?

- Какую музыку он любит больше всего? и т. д.

Дети должны угадать имя того, о ком рассказали.
Предупредите детей, что их рассказ должен быть направлен на положительные черты характера того или иного человека.

Упражнение «Рисунок на спине»

Участники становятся в цепочку, друг за другом. (Если людей много, то их стоит разбить на несколько групп и выстроить в цепочки) Последнему в цепочке необходимо показать картинку. Рисовать будем пальчиком. Он рисует эту картинку на спине у участника, который стоит впереди него. Последний пытается в это время понять, что же было нарисовано у него на спине, и нарисовать это же на спине у человека, стоящего впереди него. И так до конца цепочки. После окончания сверяются первый и последний рисунок. Данная игра – хороший повод посмеяться и уловить особенности окружающих людей.

Упражнение «Пожелания»

Участникам раздаются листочки с именами одноклассников. Каждый должен написать пожелания тому, кто указан на листочке. Затем пожелания даются тому, кому они предназначены. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

Психолог: В конце ребятам предлагается всем вместе подумать, какой их класс, и нарисовать его на ватмане, на нем же написать все его качества. Можно писать как положительные, так и отрицательные. Позже ребята могут подумать, как можно избавиться от отрицательных черт их класса.

Заключение

Психолог: Наш тренинг подошел к завершению. Хочу спросить у Вас, что нового вы сегодня узнали? Что полезного вынесли для себя, для группы?

Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе Вы – сила! Спасибо всем за участие!»



**УРОК ПСИХОЛОГИИ / КЛАССНЫЙ ЧАС
ПО ТЕМЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА:
«ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ. Я ПОНИМАЮ СЕБЯ. Я ПОНИМАЮ ТЕБЯ»**

Анохин П. А.

ОАНО «Международная школа Внуково», г. Москва

Целевая аудитория: дети и подростки 1–11 классов.

Ожидаемые эффекты:

- знакомство учеников с внутренним миром человека, своим и другого;
- развитие умения видеть в себе и других общие качества, чувства и эмоции;
- увеличение сплочённости группы, проявление активности и инициативы в группе;
- развитие эмпатии;
- уменьшение состояния психологической защиты.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут.

Время, необходимое на проведение: 40 минут (урок). Упражнение можно проводить и как отдельную часть занятия, в зависимости от этого может проводиться от 10 (в качестве психологической разминки) до 20 минут (ключевое упражнение).

Вспомогательные материалы: карточки с напечатанными фразами по теме «Чувства и эмоции», иллюстративный материал по теме «Чувства и эмоции» (плакаты, картинки эмоций и т. п.), пакет/шапка, из которой участники по очереди вытаскивают карточку [1].

Краткое описание идеи

Профилактике ксенофобии и экстремизма необходимо уделять внимание на протяжении всего процесса обучения ребёнка. Одним из ключевых постулатов для развития этого качества личности может стать принцип «многогранности» — я понимаю себя, свои чувства, эмоции, черты характера, учусь принимать все в себе, все свои «границы», даже те, которые мне не очень-то нравятся (например, страх, робость, несдержанность, чувствительность), и применять их осознанно по назначению. И я учусь видеть и в другом человеке все те же чувства, эмоции и черты характера даже.

Научившись принимать и понимать самого себя, детям и подросткам станет легче принимать и понимать другого человека. Таким образом снижается и проявленность ксенофобии и склонность к экстремизму.

План подготовки: подготовить помещение для работы; расставить стулья в круг. Другой вариант упражнения: участники остаются сидеть за партами (во время урока), ведущий сам подходит к каждому участнику и предлагает вытянуть карточку.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

1) Приветственное слово ведущего.

Ведущий представляется, говорит несколько слов о себе, о теме урока, предлагает принять правила работы на тренинге: «на ты и по имени» (для тренингового/образовательного центра (для школьного формата не рекомендуется)), «говорить по одному и по поднятой руке», «не перебивать», «знак тишины».

2) Подготовка к упражнению. Теоретическая часть.

Небольшая теория о чувствах и эмоциях. Механизм функционирования чувств и эмоций, эффекты накопления, принцип «зарядки и разрядки». Основные компоненты эмоционального интеллекта: умение распознавать, осознавать, называть чувства и эмоции и управлять ими. Один из простых инструментов для работы с чувствами и эмоциями – умение называть, вербализировать эмоции.

3) Подготовка к упражнению. Инструкции по проведению.

Вы уже знаете что-то о чувствах, мы с вами говорили о том, что все чувства хорошие, говорили про чувство уважения. Один из самых простых и эффективных инструментов работы с эмоциями и чувствами – это их проговаривать, озвучивать. В этой игре вы потренируетесь это делать.

Задание сложное: вам, может быть, будет сложно, вы, может быть, будете чувствовать стеснение или волнение. Это нормально. Это непривычно и необычно говорить о чувствах открыто. Если заметите это, проговорите про себя или вслух: я сейчас волнуюсь, я немного стесняюсь. И не осуждайте себя за это.

Ведущий озвучивает правила игры: Каждый участник по очереди вытаскивает из пакета/шапки карточку, на которой написан какой-то текст (показать несколько). Ваша задача – продолжить фразу и сказать о себе. Другие участники прислушиваются к себе, к своим чувствам и эмоциям. После этого карточку вытаскивает следующий человек.

Я покажу пример.

В процессе игры ведущий даёт комментарии о природе и функции тех или иных чувств и эмоций, их смысле, при необходимости задаёт уточняющие вопросы, обращается к группе: «Ребята, знакомо вам такое?», «Поднимите руку, кому это знакомо». Тем самым активирует процессы сплочения и сближения.

4) Подведение итогов, рефлексия.

Что для тебя было нового и важного на занятии? Какие чувства ты сейчас испытываешь?

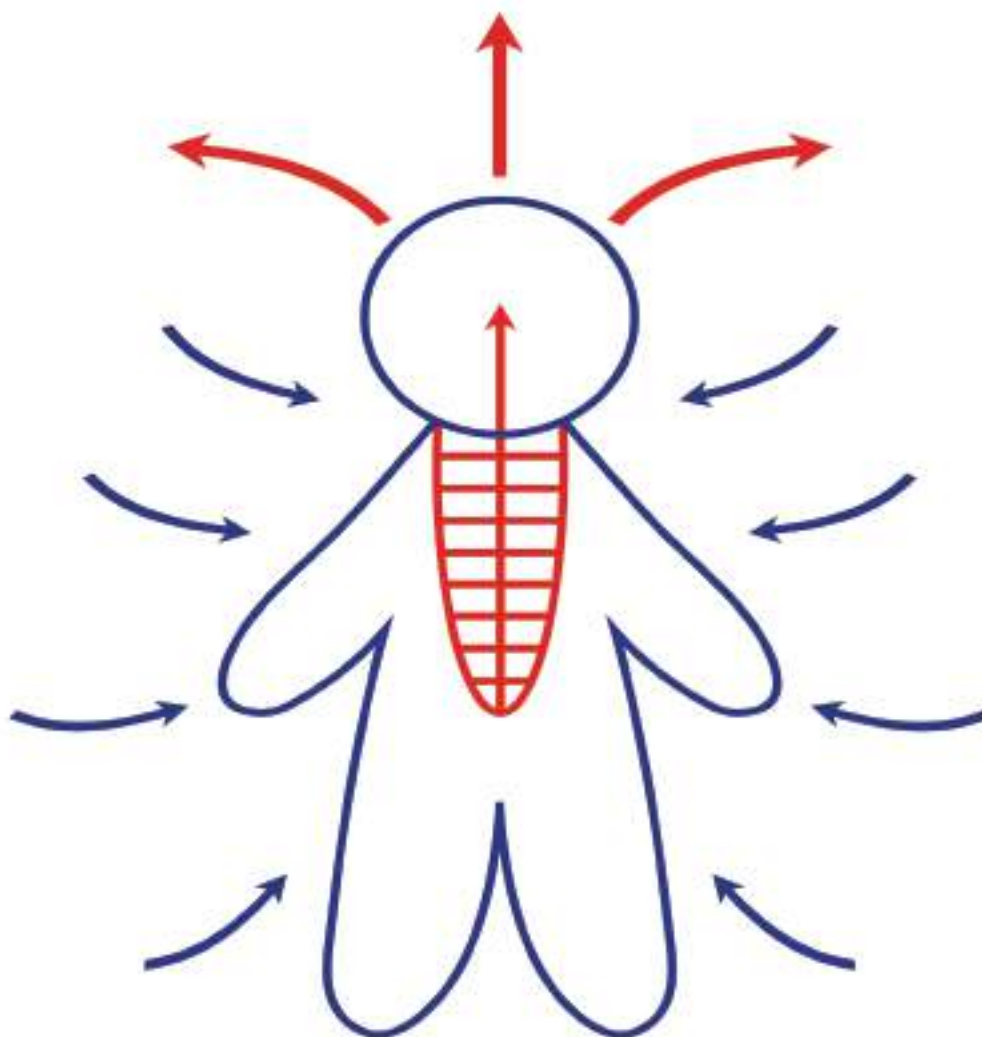
Ведущий наблюдает за процессом обсуждения, при необходимости помогает участникам группы, задавая наводящие вопросы, стимулируя говорить открыто и честно, и др.

[1] Занятие и входящие в него методические материалы разработаны мною совместно с коллективом Региональной общественной организации содействия инновациям в педагогике, психологии и медиации «Нравственное поколение». Все предоставленные материалы являются авторской интеллектуальной собственностью, при копировании ссылка на авторство обязательна.



Приложение:

1. Для теоретической части.
- 1) Механизм «накопления» и «подавления» чувств и эмоций.





2) Влияние эмоции на коммуникацию между людьми.



3) Алгоритм работы с чувствами и эмоциями.





3. Для практической части.

Напечатать и вырезать карточки.

Мне страшно, когда...	Я злюсь, когда...	Я благодарен за...	То, что мне нравится в других, это...
То, что мне не нравится в других, это...	Я чувствую печаль и грусть, когда...	Я чувствую несправедливость, когда...	Я чувствую разочарование, когда...



Я мечтаю о том, чтобы...	Я чувствую стыд, когда...	Когда я думаю о самом важном человеке в моей жизни, то я...	Когда я остаюсь наедине с собой, то я...
-------------------------------------	--------------------------------------	--	---

УРОК ПСИХОЛОГИИ / КЛАССНЫЙ ЧАС НА ТЕМУ: «Я, МОЙ ВНУТРЕННИЙ МИР И МИР ВОКРУГ»

**Анохина Е. А., Сурдуляк-Серебренникова Г. В.,
Сурдуляк-Серебренников А. В.
ОАНО «Новая школа», РОО «Нравственное поколение», г. Москва**

Целевая аудитория: подростки 8–11 классов.

Ожидаемые эффекты:

- мотивировать подростков к самопознанию и познанию других людей;
- расширить представления подростков о собственном внутреннем мире;
- способствовать психологической культуре гармоничного взаимодействия со своим внутренним миром и, как следствие, внутренним миром других людей;
- способствовать формированию уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, понимания его мировоззрения, позиции;
- способствовать формированию готовности ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут.

Время, необходимое на проведение: 90 минут (два урока).

Вспомогательные материалы: текст визуализации «Зеркальный шар», раздаточный индивидуальный материал по количеству детей, шариковые ручки, простые карандаши.

Краткое описание идеи

Заниматься профилактикой ксенофобии и экстремизма необходимо не столько, когда ситуация уже произошла, а заблаговременно, формируя у детей правильное представление о внутреннем мире каждого человека и законах его функционирования. Научившись принимать и понимать самого себя, подросткам легче принимать и понимать других людей. А как следствие, снижается проявленность ксенофобии и склонность к экстремизму.

Суть предлагаемого занятия заключается в том, чтобы познакомить подростков с визуализацией «Зеркальный шар»: чтение визуализации ведущим (или совместное чтение вслух текста с группой), самостоятельная работа детей по раздаточному материалу, групповое обсуждение. Применяя предлагаемую методику, подростки могут научиться лучше понимать свой внутренний мир и внутренний мир других людей.

Данное занятие может входить в комплексную программу психологической работы с детьми [1].

План подготовки: подготовить помещение для работы; при необходимости (если нет столов) подготовить планшеты для участников занятия.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

1) Приветственное слово ведущего.

Ведущий представляется, говорит несколько слов о себе, о теме программы, предлагает придерживаться правил работы на тренинге.

2) Подводка к визуализации.

Ведущий: «Ребята, вы любите смотреть фильмы?»

Дети отвечают.

Ведущий: «Спасибо. Сейчас я расскажу вам одну историю, и вы будете её не только слушать, но и представлять. Это похоже на просмотр кинофильма. И вы это будете делать особенным способом.

Сядьте так, чтобы вам было удобно. Облокотитесь на спинку стула. Руки положите на колени. Ручки отдельно, ножки отдельно. Сделайте движение плечами, чтобы освободить грудную клетку. Вдох... выдох... Закройте глаза. Пусть ваши глаза будут закрыты. И когда будет что-то происходить в этой комнате, вы будете слышать мой голос и, возможно, ещё какие-то звуки. Пусть ваши глаза будут закрыты до тех пор, пока я не дам команду открыть их. Говорить ничего не нужно. Сделайте глубокий вдох... выдох, ещё вдох... выдох. Почувствуйте, как ваше тело расслабляется... Ваши глаза закрыты. Ваше дыхание спокойное, ровное. Сердце бьётся чётко, ритмично. Вы в безопасности... и можете полностью расслабиться... И всё то, что вы будете сейчас слышать, вы можете представить себе.

УПРАЖНЕНИЕ-ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

«ЗЕРКАЛЬНЫЙ ШАР»

Мне нравится сравнивать человека с зеркальным шаром. Представьте себе зеркальный шар, который висит под куполом цирка. В лучах прожектора он ярко сверкает и переливается всеми цветами радуги, потому что свет отражается в каждой зеркальной грани... Этот образ завораживает, не правда ли?

Каждого человека, любого из нас можно сравнить с таким многогранным зеркальным шаром. Наши грани – это наши чувства, эмоции, потребности, убеждения, ценности, качества, черты характера, мысли, поступки, роли, которые мы выполняем в жизни.

И когда мы осознанно проявляем свою многогранность – принимаем все свои качества, мысли и поступки; признаём необходимость и ценность ошибок; понимаем, что все чувства и эмоции важны, – тогда мы можем воспринять все грани окружающей реальности, ощутить всю полноту жизни, увидеть все краски мира. Вспомните сверкающий в лучах прожектора зеркальный шар.

Если же мы не принимаем какие-то черты своего характера, осуждаем себя за какие-то поступки или, может быть, считаем, что каких-то эмоций и чувств у нас вообще нет, то мы будто бы закрашиваем грани своего зеркального шара чёрной краской.

Мы с детства привыкли считать, что есть правильные и хорошие черты характера, поступки, мысли и чувства, а есть неправильные и плохие, которые нужно в себе

искоренять или хотя бы скрывать. Но ни то, ни другое не работает. Мы тратим огромное количество энергии, времени, сил, чтобы стать или хотя бы казаться хорошими и правильными. Но снова и снова по разным поводам получаем упрёки в свой адрес от близких и малознакомых людей, а ещё больше от самих себя. От психологов мы не раз слышали совет: «Научитесь принимать и любить себя». Но как можно принять, да ещё и полюбить свои ошибки и недостатки! Получается, что на нашем зеркальном шаре всегда остаются закрашенные грани?

А что если попробовать заглянуть под чёрную краску, поближе рассмотреть свои недостатки и ошибки, чтобы лучше понять себя и осознать себя многогранной личностью?

Предположите, что у каждого человека есть все грани, какие только существуют в природе. И каждый ваш поступок, даже тот, который вы считаете ошибкой, каждая черта характера, даже та, от которой вы хотите избавиться, каждая эмоциональная реакция, за которую вы себя осудили, – любая из ваших граней имеет значение и выполняет важную функцию. Поэтому вместо осуждения себя я предлагаю осознать смысл, функции своих граней и научиться проявлять их конструктивно.

Приведу пример. Мужчины и молодые люди часто не позволяют себе проявлять сентиментальность, считая её признаком слабости. В то время как женщины и девушки ценят в мужчинах умение тонко чувствовать и сопереживать. Мужчинам нужно об этом помнить и научиться выражать свои чувства.

Многие женщины запрещают себе проявлять открытость в отношениях с мужчинами, чтобы избавить мужчин от критики, которая, по общепринятым представлениям, негативно влияет на отношения. А мужчины просто сходят с ума из-за того, что никак не могут понять, «чего же хочет женщина!» Женщинам необходимо научиться открыто и с уважением говорить мужчинам обо всём, что важно для отношений.

Ещё пример. Невозможно выдержать грубость, если её проявляют постоянно. Но в критической ситуации грубое поведение может защитить слабого и восстановить справедливость. Бесплезно осуждать себя за грубость, необходимо научиться управлять своим чувством гнева, чтобы проявлять грань грубости адекватно ситуации.

Продолжу примеры. Вы замечали, с каким упорством порой мы убеждаем себя и окружающих в том, что «никогда никого не обвиняем и вообще не умеем обижаться»? Мы предпочитаем стерпеть обиду и даже не говорим обидчику, что чем-то недовольны в отношениях, что наши интересы нарушены. Но жертвовать своими интересами раз за разом тяжело. Не удивительно, что такая позиция рано или поздно приводит к конфликту. Или к срыву. Или к серьёзной болезни. Важно помнить: чувство обиды посылает нам сигнал о том, что границы личности нарушены и необходимо что-то поменять в отношениях, чтобы помочь друг другу проявлять любовь.

Есть такие грани – черты характера или поступки, – которые очень трудно увидеть и признать в себе, например, «предательство» или «преступление».

Мы говорим, что в каждом человеке есть все грани – от предательства до героизма, от ненависти до любви, хотя проявляются они у всех по-разному, в большей или меньшей степени. Какие-то свои грани человек в течение жизни может так и не проявить. Но потенциально в каждом из нас существуют все грани. Мы можем, например, представить, что если окажемся на месте другого человека, то поступим так же, как он. Эта наша способность помогает нам лучше понимать мотивы и поступки других людей.

Во всех гранях есть смысл: очевидный или глубинный, но точно есть! Ведь мир отношений, как и вся Вселенная, существует по определённым законам и правилам. Давайте изучать эти законы, чтобы осознанно строить отношения с собой и другими людьми и жить в гармонии с миром.

Подумайте, какие свои качества вы не принимаете, за какие поступки вы себя осуждаете, какие эмоции подавляете?.. Представьте себе свой зеркальный шар. Сколько на нём закрашенных граней? У кого-то из вас, может быть, на зеркальном фоне всего несколько чёрных пятен. У кого-то целая четверть или даже треть шара закрашена чёрной краской. Чей-то шар лишь наполовину зеркальный. Подумайте, может, вы используете в жизни лишь половину своих возможностей и ресурсов?.. А у кого-то, бывает и такое, – на чёрном фоне всего лишь несколько зеркальных пятнышек... Как выглядит ваш зеркальный шар? Этот образ помогает ответить на вопрос: «Как я к себе отношусь?»

Получилось у вас представить? Предлагаю вам поставить задачу: понять значение каждой грани своей личности, чтобы все грани в себе видеть, принимать, любить и использовать по назначению. Давайте начнём счищать чёрную краску со своего зеркального шара. Не знаю, сколько времени потребуется для этой работы, может быть, целая жизнь. Сегодня и в дальнейшем мы будем практиковаться осознавать свою многогранность и помогать в этом друг другу.

А теперь представьте себе ещё один зеркальный шар – это образ какого-то человека из вашего окружения. Наверняка на его поверхности тоже есть чёрные пятна, потому что качества и поступки других людей мы зачастую осуждаем ещё больше, чем свои собственные. Обида, непонимание возникают между людьми, когда мы поворачиваемся друг к другу разными гранями. Если мы не принимаем в другом человеке какие-то грани, обвиняем его, раздражаемся на него, то это происходит потому, что мы в самих себе эти самые грани не принимаем, осуждаем или вовсе не видим! Получается, что этот человек помогает нам их увидеть и осознать. Когда мы признаём и принимаем собственные грани, то гораздо легче понять другого человека, как бы он себя ни проявлял. Тогда мы находим в себе ту грань, которую видим в другом, и обида уходит. Мы говорим: «Я знаю в себе и вижу в тебе... страх... гнев... боль... надежду... любовь... доверие...»

Личность другого человека так же многогранна, как и наша собственная. И вместе с этим каждый из нас уникален, так как по-особенному распоряжается своей многогранностью. Мы обогащаем друг друга своим опытом.

Чтобы научиться понимать и принимать себя и других, необходимо серьёзно и ответственно работать над собой, менять свои убеждения, развивать свой

характер, учиться разрешать конфликты, общаться от сердца к сердцу и строить отношения на принципах сотрудничества.

В каждом человеке так же, как и в нас, есть все существующие в природе грани, обладающие глубинным смыслом. А что делать с закрашенными гранями, мы уже знаем: наша ежедневная работа заключается в том, чтобы счищать краску с собственного зеркального шара, а также со всех других зеркальных шаров, плывущих в пространстве Вселенной.

3) Выход из визуализации.

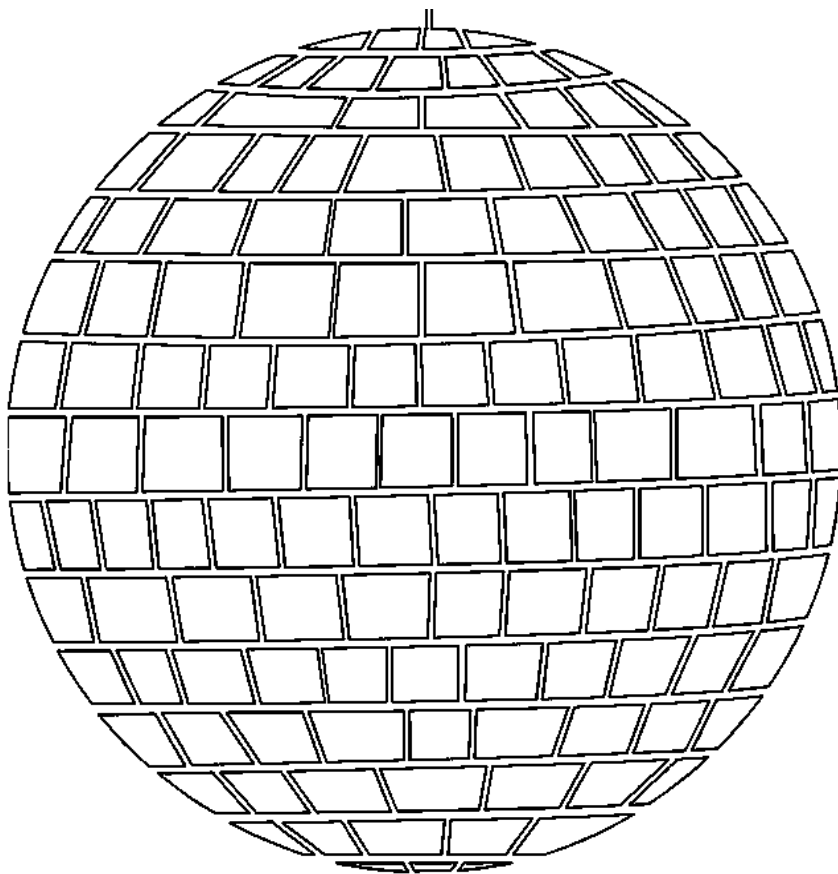
Ведущий: «А теперь представьте комнату, в которой вы находитесь, людей, которые рядом с вами... Сделайте вдох... выдох... Ещё вдох... выдох... Медленно пошевелите пальцами ног... Пошевелите пальцами рук. Потихоньку пошевелите руками... ногами... можно немного потянуться... И медленно открывайте глаза».

4) Работа с индивидуальным заданием.

Ведущий: «Теперь вас ждёт индивидуальное задание. Я раздам каждому лист, где нарисован зеркальный шар – образ-метафора из нашего задания – и написаны три вопроса. Ваша задача – прочитать и ответить на вопросы. А после этого мы обсудим упражнение все вместе.



Бланк индивидуального задания



1. Посмотри на свой «зеркальный шар»: в какой пропорции находятся зеркальные и «закрашенные чёрной краской» грани? Используй простой карандаш, чтобы отобразить этот образ на бумаге.
2. Назови и подпиши минимум три свои «грани», которые «закрашены чёрной краской».
3. Подумай и подпиши, в чём может быть глубинный смысл и польза этих граней, если проявлять их конструктивно.

5) Групповое обсуждение.

Ведущий задаёт вопросы:

- Удалось вам представить свой зеркальный шар? Поделитесь, у кого что получилось.
- Кому было сложно представить этот образ?
- Какие мысли и идеи вам запомнились из визуализации?
- Какие грани у вас оказались закрашены чёрной краской?
- Давайте вместе подумаем, как глубинный смысл у грани «_____» (использовать пример из названных детьми граней)?

4. Завершение работы.

Ведущий задаёт вопрос: «Что вы сейчас чувствуете? Назовите 2 чувства (эмоции), которые вы сейчас ощущаете. А также скажите, чем была для вас полезна сегодняшняя работа».

[1] Занятие и входящие в него методические материалы разработаны мною совместно с коллективом Региональной общественной организации содействия инновациям в педагогике, психологии и медиации «Нравственное поколение».

Все предоставленные материалы являются авторской интеллектуальной собственностью, при копировании ссылка на авторство обязательна.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОНФЛИКТОВ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ (2-4 КЛАССЫ)

Антоненкова Т. А.

МБОУ «СШ № 13 им. Э.Д. Балтина»

Необходимые материалы: изображение вороны и по паре варезек (для раскрашивания) по количеству человек в группе, проектор для просмотра мультфильма, карандаши, фломастеры, мелки для рисования, сценарий, лист А3, маркер.

Время на подготовку: минимальное. Распечатка необходимых материалов, карандаши, фломастеры, мелки принести с собой, если дети забыли взять. Время проведения занятия зависит от количества человек в группе: 40–45 минут.

Проведено может быть как классным руководителем, так и специалистом (социальным педагогом) совместно с классным руководителем.

Ожидаемый эффект: снижение уровня конфликтов в классах, умение договариваться.

1. Приветствие ребят педагогом, ученики усаживаются удобно, убирают все посторонние предметы, чтобы ничего не мешало. **2 минуты**

Здравствуй, ребята! Сегодня мы с вами отправимся в путешествие и побываем на острове Конфликтов, познакомимся с Белой вороной и, конечно, узнаем о том, кто такой настоящий друг.

2. Упражнение «На что похоже настроение?» 3 минуты

Посмотрите в окошко. Сегодня у нас солнышко и тучки, которые проплывают, и остается ясное небо, и мое настроение похоже на солнышко. А на что похоже ваше настроение?

Высказывания детей. Каждого благодарим за ответ и в конце упражнения подводим итог. Собираем все ответы в небольшой рассказ.

5–7 минут (в зависимости от размера группы).

У нас сегодня есть гостья – Ворона. Давайте посмотрим о ней мультфильм.

3. Просмотр мультфильма «Белая ворона» (студия анимации «Рыжий воробей») – 4 минуты.

4. Обсуждение мультфильма и раскрашивание – 15 минут.

Ребята, мы с вами просмотрели мультфильм. Его автор – Тимофей Шилов. И ему было 15 лет при создании этого ролика.

Как вы считаете, почему белая ворона делала такие поступки? (Ответы детей).

Почему, когда она увидела таких же ворон, как она сама, не захотела с ними остаться? (Ответы детей).

У вас лежат изображения вороны. Давайте с вами раскрасим наших ворон в любые цвета.

Дети раскрашивают картинки.

Педагог: посмотрите, какие замечательные вороны у нас получились. Давайте с вами сделаем выставку наших работ.

Оформляется выставка детских работ в классе.

5. Ребята, скажите, пожалуйста, а если мы хотим общаться с другими людьми, что нужно?

Упражнение «Варежка» – 10 минут.

Ответы детей.

Правильно. А еще нам нужно уметь договариваться. У вас у каждого лежит по варежке на столе. Возьмите карандашики, фломастеры. Посмотрите, у вашего соседа по парте есть тоже варежка. А что нужно, чтобы правая и левая варежки были одинаковые?

Ответы детей.

Правильно. Договориться, каким цветом раскрасить, что нарисовать на них. Давайте с вами их раскрасим.

Молодцы, ребята. Посмотрите, какие замечательные пары варежек у нас получились.

Обсуждение с детьми, легко ли им было договориться.

5. «Остров конфликтов» – 5 минут.

Ребята, мы с вами сегодня многое узнали. И сейчас отправимся на остров. Остров этот необычный. Там живут такие же, как и мы люди, но они часто ссорятся. Есть школа, где мальчишки и девчонки общаются и хотят дружить, но не получается. Давайте с вами поможем им и составим список правил, которые нужно всем соблюдать.

Обсуждение и запись правил на листе А3.

Молодцы. Спасибо вам за работу!

Правила оставляем в классе в классном уголке.

6. Рефлексия – 3 минуты.



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ОТКРОЕМ СЕРДЦА»

Аратина С.В.

МБОУ «Сугашская СОШ», с. Сугаш, Республика Алтай

Занятия разработаны для учащихся 3–4 классов по профилактике ксенофобии и экстремизма, являются частью психолого-педагогической работы по формированию толерантных установок. Они могут выступать в качестве одной из форм внеклассной работы с учениками, и рассчитаны на 2 занятия, продолжительностью от 30 мин до 1 часа. В случае необходимости количество занятий может быть увеличено. Число участников не должно превышать одного класса.

Во время занятий использовались различные формы: беседы, презентации, диспуты, практические задания, подвижные игры.

На протяжении всего цикла строго соблюдались следующие принципы:

- конфиденциальность;
- безоценочность высказывания;
- только от первого лица (Я-высказывание);
- только «здесь и сейчас».

Ожидаемый эффект: сплочение коллектива, терпимость по отношению к другим, желание общаться друг с другом.

Вспомогательные материалы: цветные карандаши, фломастеры, листы А3, бумажные сердечки с именами учащихся, шапка.

ЗАНЯТИЕ № 1 «КТО Я? КТО РЯДОМ СО МНОЙ?»

Цель: создание комфортного микроклимата в классе.

Задачи:

1. Определение типологических особенностей личности и их влияния на статус каждого участника группы.
2. Создание в группе атмосферы сплоченности и доверия.
3. Формирование толерантного отношения друг к другу.

Откроем сердца друг другу

Детям раздаются шаблоны сердечек. Каждый должен написать на нем свое имя и опустить в шкатулку или шляпу, которую держит ведущий. После этого учитель идет по кругу, и каждый ребенок достает любое сердечко наугад. Прочитав имя, школьник должен назвать качество характера одноклассника, которого он назвал, и отдать ему сердечко.

Успешно проведенный процесс служит началом формирования детского коллектива. Это является основой активного общения между одноклассниками, установления прочных контактов, налаживания коммуникативных связей.

Верим – не верим

Игроки встают или рассаживаются по кругу. По очереди каждый человек говорит, как его зовут, и сообщает о себе три факта: два правдивых, а один – выдуманный. Вожатый проводит голосование, по итогам которого определяется, чему ребята поверили, а чему – нет. Затем игрок говорит, что он выдумал.

Важно! В ходе этой игры взрослому надо обращать внимание на то, чтобы дети доброжелательно относились друг к другу и не очень эмоционально реагировали на выдумки.

Шапка-невидимка

Дети садятся лицом друг к другу, образуя круг. Обходя этот круг с внешней стороны, ведущий незаметно оставляет шапку сзади кого-нибудь из детей и дальше бежит по кругу. Игрок, за спиной которого оставили шапку, должен догнать ведущего, а ведущий должен постараться занять место игрока в круге. Тот, кто остался без места в круге, должен показать своё искусство, например, спеть песню, рассказать анекдот или станцевать и т. д. Далее этот игрок становится ведущим и продолжает игру.

ЗАНЯТИЕ № 2 «ЧЕМ МЫ ОТЛИЧАЕМСЯ? ТАКИЕ ЛИ МЫ РАЗНЫЕ?»

Цель: формирование положительных установок толерантного поведения.

Задачи:

1. Закрепить атмосферу доверия и понимания друг друга.
2. Сформировать ответственность за сохранение уважительного отношения к учащимся класса разных национальностей.
3. Поддержать стремление учащихся говорить открыто и уважительно о том, что их волнует.

Верёвочка жизни

Каждый получает верёвочку длиной 18 см. Из этой верёвочки он должен сделать картинку или символ своей жизни, а затем объяснить всем значение этой модельки.

Диспут

Чем мы отличаемся? Такие ли мы разные?

Дети делятся на 2 команды. Им даются листы А3, цветные карандаши, фломастеры. Каждая команда работает отдельно, обсуждают свою тему. Потом защищают друг перед другом.

Берега

Дети разделяются на две команды и берутся за руки. Две команды выстраиваются один против другого на расстоянии 10–20 шагов. По жребию одна команда начинает игру: «Плечистый Кирилл и черноглазая Амина, кто нужен вам из нас?» На что вторая команда называет имя одного из игроков противоположной команды. Игрок, которого назвали, разбежавшись, должен постараться разорвать сомкнутые в цепи руки второй команды. Если ему удастся это сделать, то он выбирает кого-нибудь

(Большой Дима) из их команды и вместе с ним возвращается в свою команду. А если ему не удаётся, остаётся в этой команде. В какой из этих двух команд в конце игры остаётся больше игроков, та команда и побеждает.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ НА ТЕМУ «ПРОФИЛАКТИКА КСЕНОФОБИИ И ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ»

**Архипова В.В.
БПОУ РА «Медицинский колледж», г. Горно-Алтайск**

Целевая аудитория: студенты первых курсов.

Ожидаемый эффект:

1. Обсудить понятие экстремизма после просмотра ролика «Профилактика экстремизма в молодежной среде», так как кинолекторий очень сильно воздействует на восприятие подростками каких-либо тем.
2. Постановка проблемных вопросов и поиска их решений по этой теме.
3. При помощи упражнения «Этноцентризм» осознать предрасположенности в пользу своей культуры, своего народа и что все мы разные со своими достоинствами и недостатками, это надо понимать и принимать.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: мультимедийное оборудование для просмотра ролика, две прозрачные коробки одинакового размера, по 10 карточек на каждого участника.

Краткое описание идеи: познакомить поподробнее с понятием «экстремизм», что за это бывает, какие последствия. Провести упражнение «Этноцентризм» и разобрать, что это за понятие. Плавное подвести к выводу, что в нашей многонациональной Республике Алтай проживает много национальностей и должно быть уважение и принятие каждого человека независимо от национальности, вероисповедания, внешности и др.

План подготовки: особой подготовки не требуется, главное, чтобы кабинет был оборудован мультимедийным оборудованием.

Подробное описание

Педагог: Добрый день, уважаемые студенты! Я очень рада сегодня с вами встретиться в этот солнечный, ясный день! Как у Вас настроение?

1. Упражнение: «Закончи предложение...» Кому я кину мяч, тот заканчивает предложение «У меня сегодня настроение ...».

Ответы студентов.

Обсуждение в общем, от чего зависит наше настроение, как оно меняется, как его сохранить и держать на определенном уровне.

2. Просмотр ролика «Профилактика экстремизма в молодежной среде», 3 мин

3. Обсуждение ролика.

Вопросы:

1. Что случилось с Ильей?
2. Что такое экстремизм?
3. Какие последствия действий этого направления?
4. Ваше отношение к действиям экстремистского характера?
5. Вы когда-нибудь находились в подобных ситуациях или испытывали это на себе?
6. Что каждый из нас должен знать и делать, чтобы экстремизма у нас не было?

4. Упражнение «Этноцентризм»

Мы живем, ребята, в многонациональной Республике Алтай! Какие национальности у нас проживают?

Правильно, основные три – русские, алтайцы, казахи, и конечно же, много других национальностей! И каждая национальность уникальна, и ее представитель тоже. Наше идентичность сложна, многомерна и комплексна. Мы сейчас с вами рассмотрим и проиграем одну из самых значительных – этническую идентичность. Итак, готовы?

Каждый участник получает 10 карточек и записывает на них те десять качеств, которые характерны для его этнической группы – по одному качеству на каждой карточке. Затем ведущий просит подумать, какие из этих качеств относятся к позитивным, а какие к негативным. В одну коробку участники складывают листочки с позитивными качествами, в другую с негативными. Когда работа проделана, ведущий пересчитывает количество карточек в каждой коробке и объявляет результат, который затем обсуждается с группой. Как правило, позитивных качеств получается намного больше, чем негативных. Ведущий должен подчеркнуть эту разницу и объяснить участникам, что такой результат – проявление этноцентризма. Этот феномен, с одной стороны, помогает этнической группе поддерживать свою культуру, а с другой, если чрезмерно выражен, определяет восприятие других культур сквозь призму собственной, которая позиционируется как исключительная и наиболее достойная. Подобная позиция приводит к ощущению национального превосходства и высокомерию.

Вопросы для обсуждения:

1. Почему своя национальность и своя культура обычно оцениваются позитивно, какое значение имеет для человека высокая оценка собственной этнической группы?
2. Этноцентризм как предпочтение собственной этнической группы – это естественный эволюционный механизм или групповой эгоизм и переоценка качеств своей группы?
3. Почему важно осознавать этот феномен?
4. Всегда ли позитивная оценка собственной группы автоматически означает негативное отношение к другим группам? (Подводим к позитивной идентичности, позитивная оценка одновременно и своей, и других групп – это единственно возможный вариант построения толерантных отношений и с собой, и с другими. А это очень важно для многонациональной Республики Алтай для сохранения мира, согласия и уважения всех национальностей нашей республики.

Рефлексия

- Какое значение имеет для вас это занятие?
- Приходилось ли вам раньше задумываться о том, что личность каждого человека формируется под влиянием людей, принадлежащих не к одной группе, а к разным
- исповедующих разную религию, относящихся к разным народам и этносам?
- Какие преимущества есть у мультикультурной личности? Есть какие-либо сложности мультикультурной личности? Это же нам с вами очень близко?
- Что важного и полезного каждый из вас узнал сегодня на занятии, что вы поняли, какие открытия для себя сделали? Опишите это буквально в одном-двух предложениях.

ТРЕНИНГ ПРОФИЛАКТИКИ КСЕНОФОБИИ И ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ ПУТЕМ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ КОНФЛИКТНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Ахмедова Е. А.

**Филиал ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»
г. Геленджик**

Целевая аудитория: студенты СПО (16–19 лет).

Ожидаемый эффект: овладение участниками необходимыми навыками профилактики ксенофобии и экстремизма, предупреждения и управления конфликтами.

Время, необходимое на подготовку: 2–3 дня для предварительного выявления «группы риска» через диагностику уровня конфликтности.

Время, необходимое на проведение: 2,5 часа.

Вспомогательные материалы: интерактивная доска, блокноты и ручки (для участников тренинга).

Краткое описание идеи: суть разработки – через практические упражнения, предложенные подросткам с высокой конфликтностью, сформировать навыки бесконфликтного общения. Способствовать уменьшению предубеждений друг к другу в процессе совместной деятельности.

План подготовки: Группа формируется на основе результата диагностик уровня конфликтности. Участниками становятся люди, чей уровень конфликтности выше нормы. Подготовка помещения: Помещение должно быть просторным, с небольшим количеством мебели и оборудования, чтобы группа могла беспрепятственно разместиться, образовав круг.

Подробное описание

Программа тренинга

Вводная часть:

- ознакомление участников с целями и задачами тренинга;
- знакомство с ведущим и участников друг с другом.

Фаза контакта

1. «Интервью».

Цель: знакомство участников, снятие напряжения, раскрепощение.

Тренер (куратор или педагог-психолог) делит группу на пары. Если количество участников тренинга нечетное, то возможна одна тройка. Каждый человек должен представить своего партнера группе, предварительно опросив его. В случае если участники испытывают затруднения в описании партнера, тренер может предложить список примерных вопросов:

- Имя, фамилия



- *Возраст (в зависимости от желания)*
- Хобби
- Мечта
- Сильные и слабые стороны характера

2. Фаза лабиализации.

Цель: формирование мотивации к бесконфликтному взаимодействию с людьми путем осознания участниками неэффективности привычных для них способов обнаружения мыслительных и поведенческих стереотипов мышления в специальных интеллектуальных задачах.

Тренер разбивает участников в группы по 4–5 человек. Группа работает методом «мозгового штурма». Дается любое понятие, а группа должна придумать как можно больше определений. Ведущий предупреждает, что определения могут быть самыми необычными и даже абсурдными на первый взгляд. После обсуждения каждая группа зачитывает свой вариант. Побеждает группа с наибольшим количеством оригинальных и точных определений.

После 2–3 обсуждений тем же группам дается слово «конфликт». Группы озвучивают определения. Те, в которых конфликт рассматривается с деструктивной стороны, записываются с одной стороны доски, позитивные определения – с другой. Затем участники обсуждают получившиеся определения и вырабатывают единое подробное понятие.

Делается вывод о том, что конфликт – понятие неоднозначное, требующее дальнейшего изучения. Он может возникать между людьми любой национальности, любых убеждений.

Фаза обучения. Цель: способствовать осознанию и коррекции индивидуальных особенностей, а также снять напряженность, страх перед результатом.

1. «Мельница» (сюжетно-ролевая игра)

Цель: разыгрывание небольших конфликтных ситуаций, формирование настроения на дальнейшую работу.

Участники тренинга образуют два круга – внешний и внутренний, поворачиваются лицом друг к другу и инсценируют небольшие диалоги – те ситуации, которые предлагает ведущий. В среднем дается 2 минуты. После каждого диалога внешний круг двигается на шаг по часовой стрелке, участники разыгрывают эпизод со следующим партнером.

Примерные ситуации:

1. Внешний круг – преподаватели, внутренний – студенты, не выучившие домашнее задание.
2. Внешний круг – продавцы, внутренний – капризные покупатели.
3. Внешний круг – начальники, внутренний – подчиненные, допустившие много ошибок в отчете.

4. Внешний круг – соседи, которых затопили; внутренний – соседи сверху, которые затопили соседей снизу.

После каждого диалога участники обсуждают свое типичное поведение в подобных ситуациях, анализируют ошибки.

2. Упражнение «Настойчивость – сопротивление»

Цель: испытать на себе, прочувствовать эмоции, переживания людей на каждой стадии конфликта.

Группа разбивается на пары, в которых один человек является настаивающим, а второй – сопротивляющийся. Настаивающий участник озвучивает своё требование (например, пойти сегодня на футбольный матч), а сопротивляющийся аргументировано озвучивает причины, по которым не может выполнить требования. И настаивающий, и сопротивляющийся приводят доводы в свою пользу. Каждая фраза, каждый аргумент должны быть хорошо продуманы и прочувствованы. Упражнение заканчивается, когда один из пары огласится с доводами оппонента. Если этого не происходит, упражнение заканчивается по истечении доводов. Далее в парах участники меняются ролями.

После выполнения упражнения обсуждаются физические реакции, эмоции, чувства, которые возникают в подобных ситуациях. Тренер дает рекомендации по снижению напряженности в подобных ситуациях.

3. Упражнение «Ток-шоу»

Упражнение проводится в виде драматизации конфликта. Задаются ситуация, характерные роли, но основное действие разворачивается спонтанно.

Цель упражнения – проанализировать динамику конфликта, интерпретацию участниками конфликта, причин и мотивов их поведения и испытываемых ими чувств.

Проведение упражнения: определяется конфликтная ситуация, актуальная для целей группы, назначаются действующие лица, выбираются исполнители главных ролей. С каждым участником выбираются стратегия, мотивы и зона разногласий с другими участниками. Определяются исполнители ролей второго плана (соседи, родственники). Таким образом, в драматизации участвуют все.

Группа организует пространство, напоминающее телестудию. Руководитель тренинга – ведущий шоу. Он имеет право приглашать действующих лиц, останавливать действие, организовывать рефлекссию драматизации на разных этапах разыгрывания. Действующие лица взаимодействуют в соответствии с заданными ролями на сцене. На первом этапе в драматизации участвуют лишь основные действующие лица, по мере развития действия ведущий даёт слово другим участникам.

Рефлексия занятия с помощью методики «Незаконченные предложения»:

- сегодня меня удивило...
- в следующий раз я хотел бы...

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА «ЧТО НЕ ТАК?»

Барашкова Е. В.

МБОУ СОШ №7 им. П. Д. Стерняевой, с. Кабардинка, г. Геленджик

Целевая аудитория: Школьники (7-11 кл.), студенты.

Данная игра проводится в уже сложившемся коллективе (класс, кружок, секция), где участники уже имели опыт взаимодействия друг с другом.

Цель: формирование внимательного отношения друг к другу, взаимопонимания в коллективе.

Задачи:

- развитие умения взаимодействовать в коллективе;
- формирование дополнительных личностных качеств (способностей);
- формирование умения объяснять свои действия и поступки,
- формирование умения отслеживать и выражать свое эмоциональное состояние.

Время, необходимое на подготовку: минимальное. Раздать задания действующим лицам. Дополнительного инвентаря не требуется.

Условия игры: Игра проводится во время другого внеклассного (возможно и классного) мероприятия. Например, поход, отдых на природе, экскурсионная поездка классом, день именинника и т. п. Нескольким членам коллектива негласно, так, чтобы они не знали друг о друге и другие члены коллектива не знали о них, дается задание не так, как обычно, но не сильно выражая это. Например, ребенок, который неактивно принимает участие в совместной деятельности, не помогает, должен, наоборот, предлагать свою помощь в делах коллектива; общительного ребенка попросить сыграть роль молчаливого, сильного – роль слабого, слабого – роль сильного и т. д., исходя из особенностей коллектива.

В завершении мероприятия всем членам коллектива следует задать вопрос:

«Ребята, а кто-нибудь обратил внимание, было ли в нашем с вами сегодняшнем взаимодействии что-то необычное, что происходило не так, как всегда?»

Если члены коллектива внимательны друг к другу, они обратят на это внимание еще задолго до беседы и при вопросе сразу же дадут на него ответ.

В некоторых коллективах потребуются дополнительные наводящие вопросы: «Все ли из вас вели себя (поступали) так, как обычно?», «Что именно было необычным (непривычным)?»

Когда все участники будут разгаданы, необходимо задать им вопрос: «А каково вам было в новой роли?», «Легко ли у вас получалось выполнять все необходимое?», «Поделитесь впечатлениями», «Какие эмоции вы испытывали?»

Выводы: «Все мы являемся членами коллектива (семья, класс, кружок, секция, двор). Очень важно быть внимательными к членам своего коллектива, при взаимодействии проявлять свои лучшие качества. Полезно иногда выходить из своей зоны комфорта, например, для достижения какой-либо цели.

Эта игра может использоваться и при обсуждении темы «Ярлыки».



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «УЧИМСЯ ГОВОРИТЬ – НЕТ»

**Буткина Е. В.
СОШ № 1, г. Данилов**

Целевая аудитория – учащиеся 9–11 классов.

Ожидаемый эффект – научиться говорить «нет» в случае, когда оказывается давление со стороны группы.

Время, необходимое на подготовку – неделя.

Время, необходимое для проведения – 45 минут.

Вспомогательные материалы – мягкая игрушка, чистые листы, мяч, карточки с описанием ситуаций, памятка «Правила уверенного отказа».

Краткое описание идеи

План подготовки.

1. Определить цель занятия.
2. Сформулировать задачи по теме.
3. Определить целевую аудиторию.
4. Реализация занятия.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Цель: профилактика девиантного поведения подростков, формирование умения противостоять чужому давлению, выражать отказ оптимальными способами.

Задачи: развивать способность делать самостоятельно свой выбор и умение поступать в соответствии с собственным решением; формировать представление о силе группового давления на личность, расширять поведенческий репертуар подростка в процессе конфронтации с группой.

Оборудование занятия: мягкая игрушка в виде солнца, чистые листы, мяч, карточки с описанием ситуаций, памятка «Правила уверенного отказа».

Ход занятия

I. ПРИВЕТСТВИЕ.

– Здравствуйте ребята!

Сейчас я предлагаю вам поздороваться друг с другом, но здороваться будем необычным способом. Вы видите, у меня в руках (мягкая игрушка). Мы с вами будем передавать друг другу игрушку, при этом надо будет поздороваться с тем человеком, которому ты ее бросил, назвав его по имени, и сказать какой-либо комплимент.

Учитель: Сегодня будем учиться говорить: «Нет!», т. е. противостоять чужому давлению, выражать отказ, учиться уверенному поведению при отстаивании своей позиции.

– Как вы думаете, что такое социальные нормы?

Дается определение.

Социальные нормы – это общепризнанные правила, образцы поведения, стандарты деятельности, призванные обеспечивать упорядоченность, устойчивость и стабильность социального взаимодействия индивидов и социальных групп.

Знаете ли вы, что такое девиантное поведение?

Девиантное поведение – это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся общественных норм.

II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.

1. Упражнение «Рассказ о себе»

Инструкция: каждый из ребят, не указывая своего имени на листе, записывает 5 качеств, которые больше всего ценит в себе, и за которые его уважают другие люди.

«Камешек в ботинке»

Перевернув лист бумаги, участник записывает 1 качество, которые ему не нравится в себе и неприятно.

Обсуждение: по желанию можно озвучить и проговорить, важно обсудить упражнение в общем кругу и спросить участников группы, что они чувствовали, когда слушали рассказ о себе, много ли там было совпадений с их представлениями о своей жизни.

Просмотр социального ролика для молодежи. (на выбор)

Обсуждение ролика (Какая значимость этого ролика? Умей сказать «нет»!

– Основой появления негативной девиации является воспитание и поведение, а также общество, в которое попадает человек.

2. Упражнение с элементами тренинга. Игра «Откажись по-разному»

– Я буду бросать некоторым из вас мяч, поймавший делает мне предложение (например, отправиться в тундру, погулять).

Ведущий выражает отказ по-разному.

– Что вы можете сказать об услышанных отказах?

а) Отказ – соглашение: человек в принципе согласен с предложением, но по каким-то причинам не решается дать согласие. Например: ребята, спасибо, но мне так неудобно вас затруднять.

– Кто получил на своё предложение такой вид отказа?

б) Отказ – обещание. Человек в принципе согласен с предложением, но в данный момент он не может его принять. Даёт понять, что при других обстоятельствах предложение было бы принято. «Пойдём завтра в кино» – «С удовольствием, но завтра у меня занятия по математике».



– Кто получил такой отказ?

в) Отказ – альтернатива. Отказ направлен на альтернативное предложение. Трудность такого отказа в том, чтобы придумать ценное альтернативное предложение: «Пойдём завтра в спортзал» – «Давай лучше погуляем по посёлку».

г) Отказ – отрицание. Человек даёт понять, что не согласится ни при каких обстоятельствах на предложение. «Нет, я не поеду на лодке, потому что боюсь воды. Нет, я ни за что не поеду в лес».

д) Отказ – конфликт. Крайний вариант отказа – отрицание. Агрессивен по форме. Может содержать оскорбления или угрозы. «Давай сходим на дискотеку» – «Ещё чего! Сам топай!» Этот вид отказа эффективен в случае выраженного внешнего давления».

Вывод: о разных видах отказа.

3. Упражнение-тренинг «Сумей отказаться»

Сейчас вы сами сможете себя проверить в ситуациях, как вы можете не попасться на групповое давление.

Ребятам предлагается разделиться на три группы (по 2–3 человека). Каждая команда получает карточку с описанием ситуации, затем по ситуации разыграть отказ. Остальные участники игры оценивают эффективность выбранной формы отказа по параметрам:

- реальная возможность избежать пробы вещества при использовании данной формы отказа;
- возможность избежать данного конфликта, агрессии;
- целесообразность попытки повлиять на взгляды, поступки человека, предлагающего вещество (когда стоит пытаться убедить предлагающего пробу в опасности знакомства с наркотическими веществами, а когда нужно думать лишь о своей безопасности).

Оценивание, обсуждение проводится после каждой инсценированной ситуации. Во время оценивания ведущий должен незаметно направлять мысль детей на то, что найти верный отказ может только человек с уверенным поведением. Уверенными должны быть голос, интонация, жесты, мимика, движения.

Памятка «Правила уверенного отказа»

1. Если вы хотите отказать человеку, чётко и однозначно произнесите ему: «НЕТ». Постарайтесь объяснить причину твоего отказа, но не извиняйтесь длительное время.
2. Старайтесь отвечать без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.
3. Настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.
4. Попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.
5. Смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие-либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т. д.).
6. Не оскорбляйте и не будьте агрессивными.

Рефлексия

Ребятам предлагается окончить высказывание:

«Мне легко (трудно) противостоять группе, потому что...» Это позволит осмыслить индивидуальный стиль психологической защиты.

ИГРА С ЭЛЕМЕНТАМИ СОЦИОДРАМЫ «У ГРАНИЦЫ»

Бутова О.В.
ГБОУ «Школа 1537», г. Москва

Целевая аудитория: учащиеся 10–11 классов.

Ожидаемый эффект: развитие эмпатии, толерантного отношения к различным группам и меньшинствам; развитие умения выстраивать коммуникацию, выражать и отстаивать свою точку зрения, грамотно аргументировать свою позицию.

Время, необходимое на подготовку: 40–50 минут.

Время, необходимое на проведение: 1,5–2 часа.

Вспомогательные материалы: комната, в которой стулья по количеству участников расставлены по периметру, листы бумаги, ручки/карандаши для записей, принтер, бумага для печати.

Краткое описание идеи: учащиеся разбиваются на группы, получают карточку с заданием, продумывают стратегию поведения согласно полученной карточке (15–20 мин), разыгрывают ситуацию.

План подготовки: распечатать карточки с заданиями для каждой группы и легенду для всего класса; подготовить комнату (расставить стулья по периметру), подготовить листы бумаги по количеству участников, ручки/карандаши.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Инструкция:

Ребята, сегодня мы с вами перенесемся в выдуманное государство в центре Европы, примерив на себя роли различных людей. Сейчас я зачитаю легенду – общую историю, которая в целом опишет нам условия, в которых будет разворачиваться игра. После мы с вами рассчитаемся на 1–6 и поделимся на команды. Каждая команда получит карточку, на которой будут описаны ее цели, действующие лица и т. д. В течение 15–20 мин вы всей командой обсуждаете/описываете стратегию ваших действий согласно карточке. После мы начинаем игру, где все встретимся и будем взаимодействовать. Итак, до встречи у Границы!

Легенда:

В центре континента находится страна Еврания, граждане которой именуют себя евранами. Евраны скромны, образованны, трудолюбивы. В Еврании развиты сельское хозяйство и животноводство, большая часть продукции экспортируется в другие страны, за счет чего страна процветает. Большая часть жителей трудится в этих отраслях, также есть врачи, учителя, социальные работники и др. В целом, в стране тихо и спокойно.



Однажды это спокойствие нарушается. К границам Еврании пришли аланы – 2500 человек из племени на юге континента. Аланы находятся у границы уже несколько дней, но их не пускают в страну. Они разбили палаточный лагерь, надеясь попасть на территорию Еврании.

Как же события будут развиваться дальше?

Обсуждение активности: ребята, поделитесь вашими мыслями, эмоциями. Насколько легко было играть роль ...? Что показалось самым сложным? Что удалось решить? Все ли результаты достигнуты? Что мешало в достижении цели?

«Расколдовывание». В самом конце занятия поаплодировать друг другу, поблагодарить за игру, активно потрясти руками/ногами/головой, как бы сбрасывая с себя роль и возвращаясь к самим себе.



Приложение к игре «У границы»

Для проведения игры можно взять готовые карточки, а можно их изменить, придумав свои условия: прописать легенду, внести в нее другие правила, разнообразить карточки для каждого представителя. Игру можно насытить и другими персонажами, если участвует много народа, можно, наоборот, сократить, оставив основных действующих игроков.

Игру можно провести на уроках истории или обществознания, отрабатывая в такой форме пройденные темы.

Карточка 1.

Кто мы: евраны.

Основная деятельность: правящие круги (например, парламент)

Чего мы хотим: мира в своей стране.

Как мы этого достигнем:

Карточка 2.

Кто мы: евраны.

Основная деятельность: армия.

Чего мы хотим: охранять наши границы от вторжения.

Как мы этого достигнем:

Карточка 3.

Кто мы: евраны.

Основная деятельность: сельское хозяйство.

Чего мы хотим: развития сферы с/х, стабильной жизни.

Как мы этого достигнем:

Карточка 4.

Кто мы: аланы.

Основная деятельность: армия (наемная).

Чего мы хотим: попасть в армию Еврании и служить в ней.

Как мы этого достигнем:

Карточка 5.

Кто мы: аланы.

Основная деятельность: разнорабочие.

Чего мы хотим: получить право жить и работать в Еврании, достойную жизнь на территории развитого государства.

Как мы этого достигнем:

Карточка 6.

Кто мы: аланы.

Основная деятельность: врачи, журналисты, педагоги.

Чего мы хотим: лучшей жизни для себя и своих детей.

Как мы этого достигнем:

Также можно добавить группы «Соседнее государство», «Правительство Алании», «Совет стран Континента» и т. д.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАНЯТИЯ «БОЛЬШАЯ СТРОЙКА» ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КСЕНОФОБИИ И ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ

**Валеева Р.Р.
ГБПОУ КАС № 7, Москва**

Название занятия: «Большая стройка»

Целевая аудитория: студенты колледжа 1–2 курса (16–17 лет).

Ожидаемый эффект: группа ближе познакомится друг с другом, с понятиями конкуренция и сотрудничество, будет учиться следовать инструкциям, проведёт анализ собственного опыта и примет групповые решения.

Время, необходимое на подготовку: 15 минут.

Время, необходимое на проведение: 90 минут.

Вспомогательные материалы: карточки красного и синего цвета по 2 шт. каждого цвета, листы А4, ручки на каждого, кабинет со стульями и столами, флипчарт/доска, маркеры/мел.

Краткое описание идеи: занятие, направленное на сотрудничество, общее дело, принятия групповых решений, обобщения личного опыта участников и поиска примеров сотрудничества в мире. О том, как быстро и легко мы воспринимаем другого человека или другую команду как конкурентов, хотя на самом деле они могут быть нам партнёрами.

План подготовки: необходимо наличие всего необходимого инвентаря на начало занятия, по мере необходимости выдавать участникам и командам. У ведущего, желательно, должен быть бейджик, стулья расставлены по кругу и свободное пространство для перемещения участников. Для игры «Большая стройка» понадобятся карточки (красные и синие, флипчарт/доска, маркеры/мел). При обращении к опыту группу ручки и листы бумаги А4 для фиксации идей участникам.

Подробное описание

1. Приветствие и знакомство с группой. Имя + качество, которое я ценю в других людях. Группа садится в круг из стульев, ведущий приветствует группу, представляется, озвучивает тему занятия и предлагает провести знакомство следующим образом: каждый по очереди будет называть своё имя и качество, которое он ценит в себе и в других людях. Первым начинает ведущий после того, как круг замкнется, приступаем к следующему этапу занятия.
2. Группе предлагается встать, начать хаотичное движение по аудитории и придумать себе какое-либо животное, которое он готов изобразить, представить себя в качестве этого животного. Можно издавать звуки, демонстрировать повадки, особенности поведения. Задача каждого найти себе

пару, не сговариваясь, слова не произносятся. После того как все определились и нашли себе пару, переходим к следующему этапу. При разделении на пары, в случае нечётного количества участников, ведущий встаёт в пару с оставшимся. Ведущему стоит обратить внимание на то, как ребята проявляют себя, легко ли находят пару, меняют ли выбор животного, демонстрировали одного, никто не присоединился, изменили свой выбор и смогли ли подстроиться под другого участника. Насколько раскрепощённо, открыто участники ведут себя в группе. Все эти наблюдения важно ведущему рассказать во время обратной связи. Если несколько участников демонстрируют одно и то же животное, важно именно разделиться по парам по итогу игры.

3. Парам предлагается сыграть в «Датский бокс». Участники встают друг напротив друга, берутся одной рукой за руку партнёра (правая–правая или левая–левая), сцепившись пальцами следующим образом, похоже на рукопожатие, только при этом каждый сжимает кулак и получается, что пальцы цепляются друг за друга: мизинец прижимает мизинец партнера, безымянный палец его безымянный палец, средний его средний палец, указательный его указательный палец, только большие пальцы не соединены и смотрят вверх. Задача больших пальцев после начала игры, посчитав одновременно раз, два, три, прижать большой палец партнера так, чтобы твой оказался сверху его хотя бы на секунду. Это будет зачитываться, как один балл. Задача пары – набрать как можно большее количество баллов в течение 1 минуты. По окончании времени пары присаживаются на стулья, и каждая пара по очереди называет количество получивших баллов. Ведущий задает вопросы паре, которая набрала больше всего очков, просит рассказать секрет их успеха и повторить инструкцию. Здесь ведущий подводит небольшой итог этой игры, говоря о том, что зачастую своих партнёров мы можем воспринимать как конкурентов, особенно когда нужно достичь результат, набрать очки за время. Хотя на самом деле наш партнёр может быть союзником и можно договориться о правилах сотрудничества до начала активных действий. Разбираются понятия конкуренция и сотрудничество. Ведущий задаёт вопрос участникам, как бы сейчас они поступили для достижения результата парой. Далее участникам предлагается рассчитаться на первый–второй и образовать две команды, одна команда объединит первые номера, другая – вторые номера.
4. Игра «Большая стройка». Двум образовавшимся командам предлагается сесть в два кружочка так, чтобы не подслушивали друг друга, не вплотную. Придумать название своей команды, выбрать капитана. Капитанам вручаются по две карточки – синяя и красная. Затем ведущий озвучивает инструкцию и на флипчарте (доске) фиксирует условия игры. Инструкция: «Вы одна большая строительная команда, разделённая на две бригады. Задача строительной компании – построить дом, она это может сделать, если бригады наберут 40 очков. Каким образом набираются очки. У каждой команды синяя и красная карточка, если обе команды покажут красные карточки, то каждая бригада получит по 10 очков, если каждая бригада покажет по синей карточке, то они заработают 0 очков, если одна команда покажет синюю карточку, а другая красную, то синие получают 20 очков, а красные –20 (красная–красная – по 10 очков бригаде, синяя–синяя по 0 очков, синяя–красная – синяя карточка

20 баллов, красная карточка – 20 (минус 20) баллов). Дом будет построен при наборе 40 очков».

Каждая команда совещается, с какой карточки начать игру и затем по команде ведущего на раз, два, три команды одновременно поднимают вверх по карточке. Выбор каждой команды ведущий фиксирует на доске/флипчарте, указывая заработанные баллы. При необходимости ведущий может снова зачитать инструкцию. Ведущему важно отследить, с какого раунда, попытки двум бригадам удастся достичь результата и построить дом. После достижения результата важно обсудить с группой стратегии поведения каждой команды, снова вспомнить про конкуренцию и сотрудничество, что по условиям игры они одна строительная компания, которую условно разделили на две бригады, чтобы достичь результата. О том, что зачастую у нас происходит восприятие другой команды как конкурентов, с которыми нужно вступить в борьбу, соревнование.

5. После обсуждения командам предлагается написать свои примеры из жизни, где они сталкивались с подобными ситуациями, или привести примеры сотрудничества из истории, из области науки, медицины, спорта, образования. Где две компании становились партнерами одного дела. Затем каждая команда по очереди озвучивает свои примеры. Ведущий фиксирует на доске/флипчарте.
6. После всех упражнений проводится рефлексия, через «Я-высказывание», где каждый делится своими впечатлениями, ощущениями, знаниями после сегодняшнего занятия. Ведущий подводит итоги.
7. В конце ребятам предлагается создать тот самый построенный совместно дом, обустроить его мебелью, где каждый участник станет частичкой этого общего дома. Участники молча встают изображают ту или иную мебель, часть дома, окно, дверь и т. д. Когда каждый участник нашёл себе место, занял позицию, ведущий делает общее фото. Затем каждый по очереди называет себя, каким предметом мебели он был, что изображал. На этом занятие завершается. Ведущий благодарит группу за совместную работу.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «МЫ РАЗНЫЕ, НО МЫ ВМЕСТЕ. ЕДИНСТВО МНОГООБРАЗИЯ»

**Гаврилова Г. Э.
ГБОУ «Школа № 2001», г. Москва**

Целевая аудитория: Учащиеся 5–10 классов.

Количество детей: Занятие может проводиться для класса или небольшой группы в зависимости от поставленных целей и задач.

Цели: формировании нового коллектива, разрешение конфликтной ситуации, неделя профилактики экстремизма, дни толерантности и т. д.

Ожидаемый эффект:

Знакомство детей на более глубоком уровне.

Поиск сходств друг у друга.

Осознаний общих взглядов, интересов, ценностей.

Как результат сближение учащихся между собой.

Снятие напряжения, конфликтов.

Создание пространства для понимания, сближения и принятия друг друга.

Время необходимое на подготовку – примерно 2–3 часа.

Время необходимое на проведение: две встречи по 1–1.5 часа.

Вспомогательные материалы: столы, стулья, бланки с вопросами, фломастеры, ватман, журналы, клей, ножницы, смайлы.

Краткое описание мероприятия

- На первой встрече «Мы разные, но мы вместе» работа в парах – проведение интервью, презентационный рассказ о товарище.
- На второй встрече «Единство многообразия» работа проходит в группах с созданием коллажа и его презентацией, общим коллажем и фотографией.

План подготовки

Разработка сценария проведения занятий.

Разработка вопросника для интервью.

Подготовка пространства для занятия: для первой встречи в зале/ свободной комнате расставить стулья в круг, подготовить листы с вопросами интервью; для второго занятия расставить 4–5 столов для групп, состоящих из 5–6 человек, стулья. На столы разложить журналы для коллажа, листы ватмана, клей, ножницы, фломастеры.

Подробное описание активности

Первая встреча проходит в зале, дети рассаживаются в круг.



Рассадка, время вступления – 5-7 минут.

Инструкция – 5 минут.

Выбор партнеров – 3 минуты.

Интервью – 10-15 минут.

Общая работа в кругу – 20 минут.

Подведение итогов – 5-7 минут.

Ход занятия

Ведущий. Добрый день. Сегодня наша встреча посвящена знакомству друг с другом. Несмотря на то, что мы много проводим вместе времени в школе, мы порой не очень хорошо знаем друг друга. Иногда нам кажется, что мы все очень разные. Это так. Каждый человек индивидуален. Но при этом между нами очень много общего. И это предстоит нам узнать на наших встречах. Итак, тема нашего занятия «Расскажи мне обо мне».

Мы сидим с вами в общем круге. Считается, что круг – идеальная форма для гармоничного общения. И наша задача на сегодня – познакомиться ближе друг с другом.

Инструкция

- Выберите себе человека, с которым вы мало общаетесь в классе или практически не общаетесь.
- Ваша задача – в течение 10-15 минут рассказать друг другу о себе, опираясь на вопросы, которые мы сейчас раздадим.

Интервью «Расскажи другим обо мне»

1. Мои увлечения.
2. Что у меня получается делать лучше всего.
3. Что больше всего любишь делать в свободное время?
4. Мое любимое животное.
5. Мое любимое блюдо.
7. Любимый фильм.
7. Интересное событие, приключение в моей жизни.
8. Моя мечта –

- В каждую сторону у вас будет 5-7 минут на рассказ.
- После того как вы расскажите друг другу о себе, вам надо будет представить вашего товарища всем остальным.
- Учащиеся объединяются и беседуют, разойдясь в пространстве зала.
- Через 10-15 минут все собираются в круг.
- Учащиеся в кругу по очереди рассказывают о своем товарище.
- Подведение итога.

РЕФЛЕКСИЯ

Давайте подведем итог. Что вы узнали нового о своих одноклассниках? Назовите по одному качеству.

➤ Дети по кругу говорят.

На этом наше первое занятие «Мы разные, но мы вместе» завершилось. Спасибо. Всего доброго!

Вторая встреча.

Проходит за рабочими столами.

Инструкция для учащихся – 5 минут.

Объединение в группы – 5 минут.

Работа в группе – 30 минут.

Презентации коллажа группы – 5 минут (4 группы 20 минут).

Подведение итога. Поиск общего у всего класса – 10 минут.

Ход занятия

Учащиеся объединяются в группы по 5-6 человек. На столе лежит ватман. На ватмане в центре нарисован круг, подписанный «Мы». Учащихся просят разделить условно ватман на пять-шесть частей. В каждой части, опираясь на вопросы, интервью «Расскажи мне о себе»:

1. Мои увлечения.
2. Что у меня получается делать лучше всего.
3. Что больше всего любишь делать в свободное время?
4. Мое любимое животное.
5. Мое любимое блюдо.
7. Любимый фильм.
7. Интересное событие, приключение в моей жизни.
8. Моя мечта – ...

Каждый ученик группы из картинок создает свой коллаж.

Затем в центре ватмана в круге «Мы – единство многообразия» группа выписывает, что у них общего, и завершает оформление общего пространства ватмана, соединяя его в единое целое.

Презентация работы группы. После презентации ватман размещается на стену.

После презентации всех групп и размещения ватманов на стену подводится итог.

РЕФЛЕКСИЯ «Что общего у всех ребят в классе».

Итог записывается на ватман надписью «Мы – единство многообразия всех учеников класса», который располагается по центру.

Учащиеся выбирают заготовленные смайлы, подписывают их своим именем, ником и наклеивают на ватман «Мы – единство многообразия».

Завершается занятие общей фотографией на фоне ватманов.



Коллажи на стене выглядят примерно следующим образом

*Общие черты, игры,
увлечения, интересы и
т. д.*

коллаж группы 1

*«Мы — единство
многообразия»*

*Общие черты, игры,
увлечения, интересы
класса и т. д.*

*Общие черты, игры,
увлечения, интересы и т.д.*

коллаж группы 2

*Общие черты, игры,
увлечения, интересы
и т. д.*

коллаж группы 3

*Общие черты, игры,
увлечения, интересы и т.д.*

коллаж группы 4

УПРАЖНЕНИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КСЕНОФОБИИ И ЭКСТРЕМИЗМА В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

Галицкая Л. В.
Филиал ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»
г. Геленджик

Целевая аудитория: студенты СПО (16–19 лет).

Ожидаемый эффект: успешная реализация профилактики ксенофобии и экстремизма через активное практическое взаимодействие студенческого коллектива.

Время, необходимое на подготовку: 2–3 дня для формирования команды участников через наблюдение и анализ совместной деятельности.

Время, необходимое на проведение: 1,5 часа.

Вспомогательные материалы: интерактивная доска, блокноты и ручки (для участников).

Краткое описание идеи: суть разработки – выполнение упражнений подростками с целью принятия собственных индивидуальных особенностей. Повышение лояльности друг к другу в процессе совместной деятельности.

План подготовки:

- Определить участников деятельности из числа студентов с нарушениями дисциплины, испытывающими сложности в работе в команде.
- Помещение должно быть просторным, с небольшим количеством мебели и оборудования, чтобы группа могла свободно разместиться, образовав круг.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ:

Упражнение № 1 «Мои особенности – плюс или минус?»

Преподаватель говорит о том, что на жизненном пути каждый из нас сталкивается с трудностями, замечая у себя качества личности, усложняющие жизнь. Но есть много успешных вдохновляющих примеров, указывающих на то, что мы можем справиться со своими негативными чертами, а иногда даже обратить их в свою пользу.

Педагог предлагает каждому вспомнить ситуацию, когда наши, казалось бы, «мешающие» черты принесли нам пользу. Например, студент считает себя слишком общительным (до навязчивости). Но однажды он инициировал беседу с малообщительным одноклассником, тем самым положив начало крепкой дружбе. Упражнение заканчивается обсуждением – действительно ли качества, подобранные ребятами, имеют исключительно негативную окраску. Затем формулируется вывод о том, что лояльно необходимо относиться не только к своим, но и к чужим особенностям.

Упражнение № 2 «Аукцион».

В формате аукциона студенты предлагают как можно больше способов борьбы с ксенофобии и экстремизма в молодежной среде. Каждый предлагает путь, который поможет коллективу функционировать слаженно, вне зависимости от индивидуальных различий каждого члена команды. Аукционист закрепляет каждый вариант на доске.

Затем происходит обсуждение, в котором студенты назначают «стоимость» каждого «лота» – оценивают каждый вариант в зависимости от эффективности и применимости от 1 до 100 баллов. После распределения «цен» все варианты расставляются в своеобразный рейтинг.

Вопросы:

Какой из предложенных ребятами вариантов подходит лично вам лучше остальных? Поясните свой выбор.

Можно ли комбинировать эти пути? Какие из них кажутся вам наиболее сочетаемыми?

Упражнение «Хочу, как у тебя».

На спину каждого участника крепится пустой лист бумаги. Ребята пишут друг у друга на спине, какое качество характера (индивидуальная особенность, умение, интересный талант) им нравятся в конкретном человеке. Что они хотели бы «позаимствовать» друг у друга.

Затем каждый читает содержимое своего листа, идет обсуждение.

После выполнения данных упражнений следует рефлексия любым выбранным методом.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ПОСЛЕДСТВИЯ ОБИДЫ»

Гапонова О.В.

МБОУ «Ивановская средняя общеобразовательная школа»

Целевая аудитория (1–11 класс).

Ожидаемый эффект:

- формирование эмоционально-волевой сферы;
- осознание иррациональных установок.

Время, необходимое на подготовку: не более 1 часа.

Время, необходимое на проведение: 15–20 минут.

Вспомогательные материалы: контуры фигуры (мальчик, девочка), цветные карандаши, ножницы.

Краткое описание идеи: на первом этапе технологии обучающиеся раскрашивают человечков. Произносят обидные слова в адрес бумажного человечка, каждый раз загибая, «заутюживая» пальцами его. Далее произносятся добрые слова в адрес человечка и разгибаются ранее загнутые линии. Важно визуализировать последствия влияния негативного воздействия на человека.

План подготовки

Распечатать шаблоны женской и мужской фигуры в Приложениях 1.1 и 1.2. По желанию можно вырезать фигурки по количеству участников и организовать работу каждого участника с отдельной фигуркой. Также можно фигурку мальчика и фигурку девочки передавать в группе.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Ведущий:

- Ребята, сейчас проведем с вами эксперимент, в ходе которого постараемся установить влияние вербального воздействия на эмоциональное состояние другого человека. Каждой группе дан шаблон человека. Вам нужно его раскрасить (нарисовать лицо, одежду).

Обучающиеся выполняют задание.

- Вы очень старались. Оцените ваш совместный результат, все ли получилось? (ответы обучающихся)
- Не все получилось, как вы хотели. Сосредоточьтесь на том, что вам не нравится. Сейчас каждый из вас возьмет человечка в руки и произнесет в его адрес обидное слово (ругательство), после этого загнет край части тела человечка (демонстрируется показ загибания).

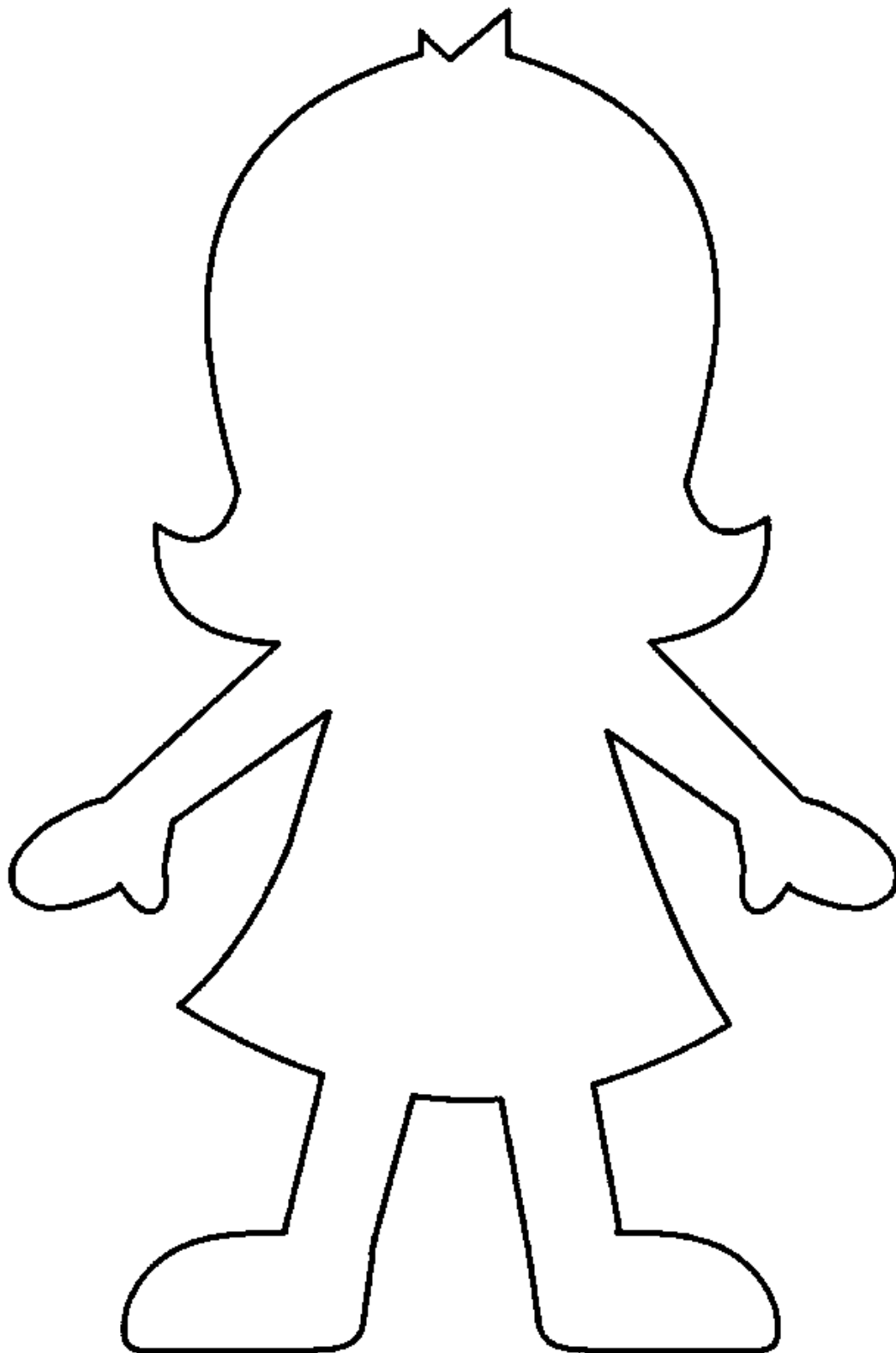
Каждый обучающийся в группе выполняет вышеописанные действия.

- Посмотрите на результат выполненных вами действий. Что произошло с человечком? (он согнулся, закрутился, зажался)
- Как будет чувствовать себя человек, если будет слышать в свой адрес подобные слова? (Он будет чувствовать себя плохо, он не сможет довериться окружающим, станет тревожным.)
- Что нужно сделать, чтобы поддержать человека? (поговорить с ним, проявить дружелюбие, говорить ему добрые слова)
- Сейчас вы будете говорить добрые слова своему человечку. Каждый раз после сказанного слова нужно будет развернуть одну загнутую часть шаблона. Ребята выполняют задание.

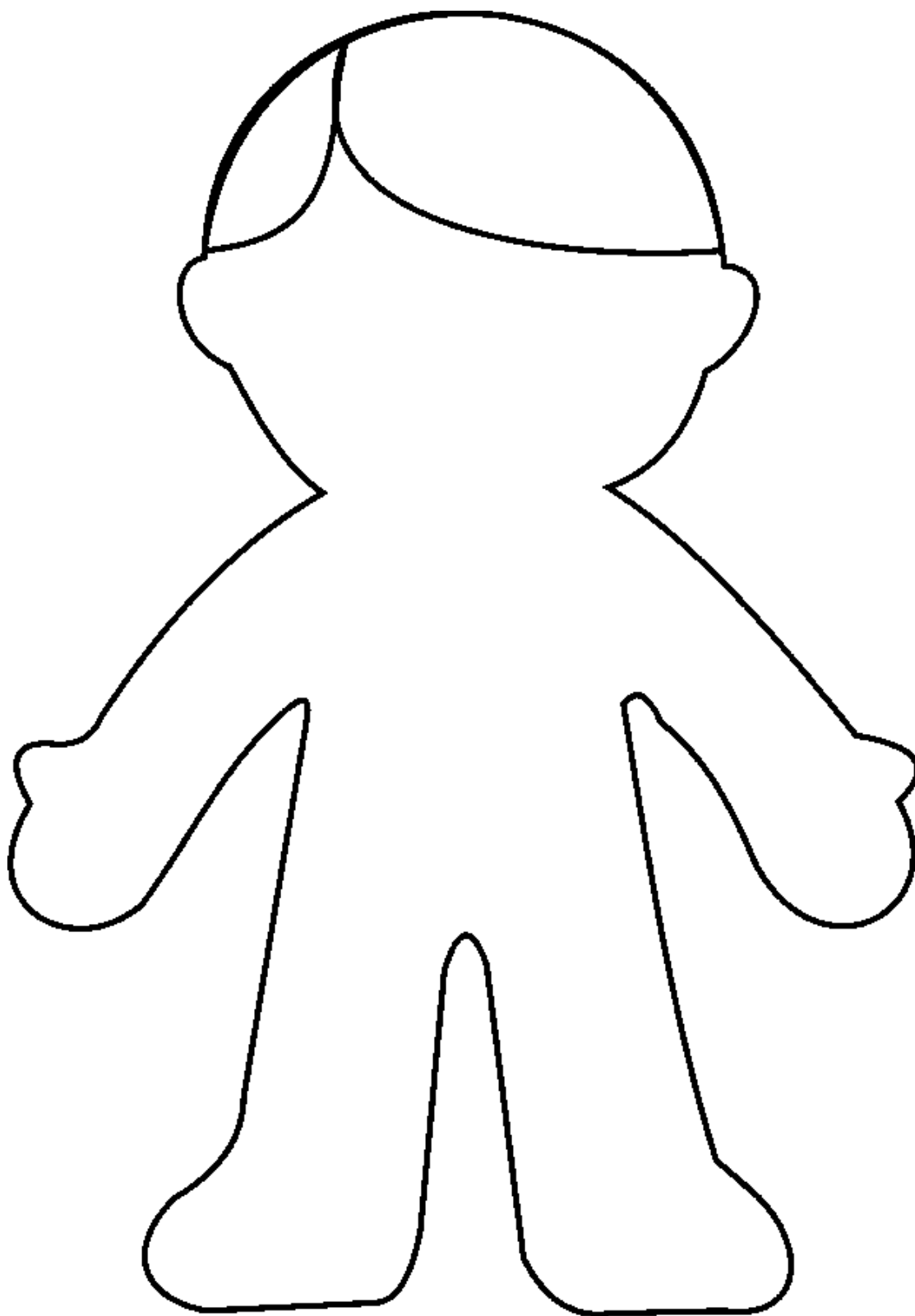
Вопросы для обсуждения:

- Каким в итоге получился человечек? Чем отличается от первоначального состояния (до скручивания)?
- Что было легче делать – ругать или поддерживать?
- Сможет ли данный человечек сохранить доброе отношение к своим обидчикам? Почему?
- Чему учит данная технология?

Приложение 1.1



Приложение 1.2



«НЕ СО МНОЙ»: ЗАНЯТИЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТРАВЛИ В ИНТЕРНЕТЕ

Глазкова А.А.

педагог-психолог, тренер, г. Москва

Цель: развитие идей безопасного и ответственного поведения в сети.

Задачи:

- актуализировать проблему кибербуллинга в среде подростков и молодёжи
- способствовать профилактике кибербуллинга
- способствовать формированию этичной онлайн-среды

Целевая аудитория: подростки 12–17 лет, учащиеся школ и колледжей

№	Время	Активность. Форма работы	Задачи	Материалы
1	10	Голосование (интерактивный опрос) Обсуждение результатов интерактивного голосования	Фокусировка темы понятие агрессии в сети и причин кибербуллинга Разогрев	Мультимедийная система
2	7	Просмотр фильма «Пока есть связь»	Фокусировка темы Разогрев	Мультимедийная система, Мини-фильм «Пока есть связь. 3 серия – Солидарность» https://youtube/ C7D5fc5qkmo
3	20	Упражнение «Действующие лица»	Содействовать пониманию различных социальных ролей в ситуации кибербуллинга Создать условия для развития эмпатии	3 листа флипчарта с заготовленными незаконченными предложениями по ролям
4	20	Упражнение «Я хочу сказать тебе»	Содействовать укреплению конструктивной активной позиции в ситуации кибербуллинга Помочь детям увидеть возможные способы поведения	Пачка стикеров из расчета 3 стикера на каждого участника + 10 стикеров на группу, ручки
5	10	Рефлексия	Помочь детям осознать собственную роль и возможности влияния на ситуацию киберагрессии	

Интерактивный опрос (10 мин)



Ведущий представляется и предлагает участникам очень коротко познакомиться, отвечая на вопросы поднятием руки:

Кто из вас заходит в Интернет хотя бы один раз в день?

Кто из вас имеет аккаунты хотя бы в одной социальной сети, групповом чате?

Далее ведущий предлагает пройти интерактивный опрос:

Вопрос 1. Оцените, пожалуйста насколько по-вашему мнению безопасно обмениваться мнениями и комментариями в сети от 0 до 10 (где 0 – абсолютно безопасно, 10 – очень опасно).

Голосование можно провести способом эквалайзер: рука низко 0 баллов, высоко над головой 10 баллов.

Обсуждение: Почему вы считаете, что безопасно? Почему очень опасно?

Вопрос 2. Как вы считаете, что из перечисленного относится к агрессии в интернете?

Оскорбительные комментарии, замечания

Преследование человека (комментарии, угрозы) во всех группах и профилях

Распространение слухов и сплетен

Взлом аккаунта и публикация нежелательного контента

Игнорирование и исключение человека из общих чатов, групп и переписок.

Почему вы считаете, что ... НЕ относится к агрессии в сети? Если выбраны все варианты, то можно попросить привести пример не из списка, может участники наблюдали другие формы кибербуллинга (примечание для ведущего, варианты: выкладывание личных фото/видео человека без его согласия, разглашение, распространение персональных данных, личной информации о человеке)

Если участники говорят о том, что большая часть не является агрессивным поведением (это шутки, юмор), то можно обсудить, что такое, по их мнению, агрессия и чем отличается шутка от агрессии. С какой целью человек пишет оскорбительные комментарии/ исключает из чатов/преследует и т. д.? Кому в этой ситуации весело? Что при этом чувствует человек, в адрес которого направлены эти действия? Как бы ты себя чувствовал, получив подобный комментарий или столкнувшись с распространением слухов о себе в сети и т.д.? Если бы твоему другу писали подобные комментарии, как бы ты реагировал?

Если мнений по поводу «безобидности» агрессии в интернете не прозвучало, то можно задать следующий вопрос.

Сталкивались ли вы с агрессией в интернете (в том числе, в роли наблюдателя)?

Нет, никогда

Да, но она была безобидна

Как вы считаете, почему в сети много агрессии/ почему она часто считается безобидной?

Вопрос 3: За что травят в интернете?

Внешность или особенности внешности (татуировки, пирсинг и т. д.)

Пол

Возраст

Образование

Финансовое положение

Жизненные трудности

Почему вы считаете, что за... НЕ травят в интернете? (если есть варианты без ответа или с минимальным количеством голосов)

За что еще хейтят в сетях? Можете привести пример? (*примечание для ведущего: проблемы со здоровьем нетипичное поведение, ошибки в поведении, успех, красота/ не красота, грубость/деликатность*).

Всегда ли человек виноват в том, что его действия вызвали агрессию? Если бы он был «как все», ничего бы не происходило? А можно ли быть «как все»? А полезно ли каждому «быть как все»?

Делается вывод, что агрессия в сети может произойти по любому поводу и объектом может стать абсолютно любой человек

Ведущий предлагает посмотреть фильм.

2. Просмотр мини-фильма «Пока есть связь» (5 минут)

3. Упражнение «Действующие лица» (15 минут)

3.1 Вопросы после просмотра:

Насколько типичны такие ситуации в сети?

Случаются они только с блогерами? Кто еще мог бы оказаться на месте Маши?

Случалось, ли в жизни так, что вы сами или ваши знакомые оказывались в похожей ситуации?

Как вы думаете, кто является главными героями в фильме?

Есть ли еще в этих сюжетах действующие лица? Какие?

Вопросы по каждому названному персонажу

Опишите этих персонажей. Какие они?

Опишите их ситуацию (что происходило).

Каким этот персонаж вам показался?

Комментарии для ведущего: если не озвучена роль свидетелей, обсуждение можно продолжить следующими вопросами

В какой роли были мы с вами сейчас?

Что мы можем сказать о роли наблюдателей, почему мы их не заметили? Что они делали? (в данном случае акцент на бездействие свидетелей, т. к. их активности в фильме нет совсем, а на самом деле свидетелей в сети очень много, но они бездействуют)



*На этапе этих вопросов или после нужно дать имена героям, можно совместно с участниками, т. к. дальше работа по группам предусматривает персонифицированное обращение.
(жертва травли – Маша, интернет-агрессор –??, свидетель –???)*

Рекомендации для педагога:

Важно, чтобы были названы не только роль жертвы и агрессора, но и роль свидетеля. При обсуждении необходимо избегать ярлыков «жертва», «обидчик», «буллер», «свидетели» и т. д.

3.2 Далее ведущий любым способом делит участников на три группы.

На стены заранее наклеиваются три флипчарта или листа ватмана, на которых подписаны роли.

Каждая команда подходит к одному из флипчартов, получает один маркер на группу.

На каждом флипчарте на некотором расстоянии друг от друга написаны 4 неоконченных предложения:

1 флипчарт: Маша

«В этой ситуации я чувствую...»

«Я хочу, чтобы эта ситуация...»

«Если ситуация не измениться, то...»

«Зависит ли от меня что-то в этой ситуации?» (если да, то почему, если нет, то почему).

2 флипчарт: агрессор Имя

«В этой ситуации я чувствую...»

«В этой ситуации я хочу...»

«Я веду себя так, потому что...»

«Зависит ли от меня что-то в этой ситуации?» (если да, то почему, если нет, то почему).

3 флипчарт: свидетель Имя

«В этой ситуации я чувствую...»

«Если ситуация не измениться, то...»

«Я веду себя так, потому что...»

«Зависит ли от меня что-то в этой ситуации?» (если да, то почему, если нет, то почему).

Группы продолжают предложения, им дается 10 минут.

3.3 Затем каждая группа презентует портрет своего персонажа, зачитывая ответы от первого лица. Для этого каждая команда выбирает, кто будет презентовать портрет.



Вопросы для обсуждения:

Что вы чувствуете по отношению к этому персонажу? (После каждой презентации.) Какие еще чувства были у этого персонажа?

Кто из персонажей чувствует себя в этой ситуации хорошо? Лучше всех? Почему?

Кто из персонажей чувствует себя в этой ситуации плохо? Хуже всех? Почему?

Как вы считаете, кто страдает от киберагрессии, кибербуллинга?

Как вам кажется, кто из действующих лиц больше остальных может повлиять на ситуацию?

4. Упражнение «Я хочу сказать тебе»

4.1 Ведущий предлагает участникам подумать о путях решения проблемы травли в Интернет, о том, что может сделать для этого человек в каждой из трех ролей.

Ведущий раздает каждому участнику по 3 стикера (по числу ролей в ситуации). Каждому участнику предлагается за 6 минут написать по одной идее как персонаж может преодолеть или не допустить кибербуллинг, какую-то фразу, слово, которое ты бы ему хотел сказать относительно этой ситуации.

Стикеры наклеиваются на соответствующие флипчарты.

4.2 Участникам предлагается разделить на 3 группы и расположиться у трех флипчартов – каждая группа у своего флипчарта. Каждая из групп работает над одной из ролей: жертва кибербуллинга, агрессор, свидетель.

За 4 минуты командам предстоит ознакомиться с уже предложенными идеями и предложить новые. Через 4 минуты следует новый переход. Работа ведется по аналогичной схеме.

По истечении времени команды возвращаются к своим начальным флипчартам и выбирают спикера. Спикерам предстоит по очереди в течение 2–3 минут представить результаты работы всех команд общей группе.

5. Рефлексия

Вопросы для обсуждения:

Сложно (легко) ли было написать послания персонажам?

К кому из них обратиться было проще всего? Сложнее всего?

Бывает ли так, что очень хочется высказать свое отношение, поддержку, защитить, но мы этого не делаем? Почему?

Случалось ли в жизни так, что вы сами оказывались в одной из этих ролей?

Как вариант развития дискуссии: писали ли вам в сети оскорбительные/агрессивные сообщения или комментарии/ читали ли вы агрессивные комментарии? Как вы себя при этом чувствовали?

Как каждый из нас может повлиять на то, чтобы не было травли?

В завершении ведущий благодарит участников за работу, напоминает, как много в преодолении кибербуллинга зависит непосредственно от них.

Он раздает участникам информационные материалы по тематике встречи, а также предлагает снова вернуться к проекту «Не со мной» на сайте или в пространстве выставки.

ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ «ТВОЕ НАСТРОЕНИЕ. ЗАПАХИ И АРОМАТЫ»

Глубокая Е. Б.

**ГБУ «Донецкий республиканский художественный музей»
г. Донецк**

Целевая аудитория: ученики младших, средних и старших классов.

Ожидаемый эффект: пробуем осознать, понять и проговорить свое настроение, свои эмоции и мироощущение с помощью языка ароматов и запахов, а также услышать, понять и принять эмоции и настроения других участников творческой мастерской.

Время, необходимое на подготовку: 30–60 минут.

Время, необходимое на проведение: 40–60 минут.

Вспомогательные материалы:

- сеты с натуральными ароматами (веточки лаванды, молотый кофе, шоколад, лепестки розы, палочки корицы, стручки ванили, гвоздика, липа, лавровый лист, базилик, кардамон, кокосовая стружка и другие) **Важно!** Подобрать разнообразную палитру ароматов – не только приятных, но и резких, необычных и т. д. для каждого участника;
- шаблон из бумаги для финального результата авторской ароматической палитры (сложенный пополам прямоугольный лист цветного картона длиной 10–12, шириной 4–6 см, размеры могут варьироваться). Внутри листа наклеенный двусторонний скотч, верхняя часть которого удаляется только после того, как авторская композиция участника творческой мастерской составлена;
- палитра для составления композиции – лист белой бумаги произвольного размера;
- маленький пинцет;
- простой карандаш;
- словарь эмоций.

Краткое описание идеи: иногда разобраться в своих эмоциях и настроениях, понять себя и своих друзей, одноклассников очень сложно. На помощь могут прийти не только слова, музыка, живопись.

На творческой мастерской «Твое настроение. Запахи и ароматы» мы попробуем понять и проговорить свое настроение, свои эмоции и мироощущение, а также услышать, понять и принять эмоции и настроения других участников с помощью ароматов и запахов. Как это будет происходить?

Мы подберём и обсудим ассоциации эмоций и запахов, дадим ольфакторные характеристики словам и словосочетаниям, радостным/грустным, приятным/неприятным воспоминаниям, создадим авторскую ароматическую палитру своего настроения «здесь и сейчас», поделимся своими эмоциями и впечатлениями друг с другом.

Важно! Занятие не подходит для людей, страдающих аллергией. Также занятие не подходит для проведения в жарком, душном помещении, так как в этом случае усиливается концентрация запахов и ароматов. Перед началом предложить всем участникам вымыть руки и можно предложить выпить обычной воды (чтобы посторонние запахи и вкусы не мешали).

ПОШАГОВОЕ ОПИСАНИЕ

1. Предварительно подготовить место для проведения творческой мастерской. Участники творческой мастерской могут сидеть за столом, на полу, на подушках вокруг условного центра со специальными коробочками, баночками, в которых хранятся ароматы, небольшими букетами из ароматных трав, стеклянными сосудами с «носителями запахов» (например, кусочками шоколада, лимонной и апельсиновой цедрой, палочкой корицы и листиками мяты). Для каждого участника творческой мастерской необходимы лист бумаги белого цвета (рабочая палитра), пинцет, карандаш, шаблон из цветного картона с наклеенным двусторонним скотчем для финального результата.

Важно! Место проведения должно вызывать доверие и располагать к диалогу.

2. Вступление. В начале занятия можно рассказать:

- о значении запахов и ароматов в нашей жизни;
- о старинной японской игре кодо (искусстве благовония, составления ароматов);
- о моде на запахи в разные времена (например, розмарин в Венгрии в конце XIV века для ароматической композиции «Вода королевы Венгрии», роза и корица как ароматы английских леди XVII века, аромат пачули во Франции в эпоху наполеоновской империи);
- о норвежской художнице Сиссель Толаас, которая самостоятельно разработала «архив запахов», куда входят более 7000 пробирок с запахами со всего мира и ароматические карты 25 городов;
- о французском парфюмере Пиессе, который в XVIII столетии расположил запахи в соответствии с музыкальной октавой.

Объем информации зависит от возрастной категории аудитории.

3. Диалог.

- Назовите ваши любимые запахи? Объясните, почему они вам нравятся?
- А есть ли у вас запах грустный, нелюбимый?
- Какие ассоциации у вас с тем или иным ароматом? Предложить ответить на этот вопрос с дегустацией ароматов и запахов вслепую. Слушаем (правильно говорить не «нюхаем», а «слушаем») аромат из сета и подбираем ассоциативный ряд. Даем определения. Например, корица – дружелюбный, теплый, вкусный, гостеприимный, романтический запах, запах хорошего настроения, приятной беседы, благополучия и мира. Пользуемся словарем эмоций.
- Подбираем ароматы к словам и словосочетаниям.

Из каких ароматов, на Ваш взгляд, состоят «летние каникулы», «приятный вечер», «грустный разговор», «праздничное настроение», «обида»?

– Подбираем, составляем аромат к самому себе. Какой я? Каким я вижу себя?
Обоснуйте свой выбор.

4. Практика. После общего обсуждения предлагаем составить авторскую ароматическую композицию, используя пинцет и сетки с натуральными ароматами. Сначала составляем композицию на черновике (рабочей палитре). Чтобы добиться нужного звучания, убираем лишние или добавляем нужные ароматические ноты, затем переносим свой аромат на двусторонний скотч картонного шаблона открытки, предварительно отклеив верхний слой скотча.

5. Рефлексия. «Слушаем» составленные ароматические композиции друг друга. Придумываем название своему ароманастроению, делаем подписи простым карандашом. Обсуждаем свои впечатления и эмоции.

Приложение: словарь эмоций, фотографии.

СЛОВАРЬ ЭМОЦИЙ:

Веселый

Радостный, игривый, задорный, звонкий, озорной, шутливый, бойкий, смешной, забавный, резвый, солнечный, сверкающий, улыбающийся

Грустный

Печальный, жалобный, тоскливый, скорбный, хмурый, обиженный

Нежный

Ласковый, задумчивый, мечтательный, легкий, светлый, прозрачный

Спокойный

Добрый, приветливый, неторопливый, убаюкивающий, мягкий

Торжественный

Праздничный, бодрый, важный, четкий,
отчетливый, могучий, победный

Мужественный

Смелый, решительный, сильный, грозный, суровый, строгий, уверенный, храбрый, твёрдый

Взволнованный

Встревоженный, стремительный, тревожный, беспокойный

Серьезный

Сдержанный

Сказочный

Загадочный, волшебный

Сердитый

Колючий, пугливый, злой, грубый, тяжелый, недовольный, темный, опасливый, осторожный, настороженный, острый



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «МОИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ»

**Делина Н. В.,
МБОУ «Основная общеобразовательная школа № 9
им. Г. Х. Миннибаева, г. Геленджик**

Целевая аудитория: организаторы – учащиеся 10–11 классов,
участники – учащиеся 3–4 классов.

Ожидаемый эффект:

- **Для обучающихся-организаторов** – развитие организаторских способностей, толерантного отношения друг другу, умение увидеть в знакомом другой смысл.
- **Для обучающихся-участников** – формирование дружеского взаимодействия в группе, сплочение коллектива, уважительное отношение к однокласснику, бережное отношение к другу.

Время, необходимое на подготовку: 2 часа.

Время, необходимое на проведение: 1 час 20 мин.

Вспомогательные материалы: мультфильм «Винни Пух» (серия про день рождения Ослика Иа), фигурки мальчика и девочки, ватман, карандаши или фломастеры, клей, проектор, доска для просмотра мультфильма.

Краткое описание идеи: После просмотра мультфильма провести обсуждение, акцентировать внимание детей на то, что герои мультфильма все разные, но несмотря на различия их группа дружная, умеет общаться и взаимодействовать между собой. Провести аналогию между героями мультфильма и людьми, а именно одноклассниками. Совместная деятельность на данном занятии поможет осознать роль в классе, настроит на дружеское взаимодействие внутри группы. Занятие может провести классный руководитель, педагог-психолог.

ПЛАН ПОДГОТОВКИ

1. Определение запроса классного руководителя посредством беседы для работы с классом.
2. Подбор мультфильма, соответствующего запросу.
3. Скачивание мультфильма на флеш-носитель.
4. Подбор техник, игровых упражнений для выявления и решения проблемы.
5. Вырезать из бумаги фигурки мальчиков и девочек по количеству учащихся в классе (приложение 1).
6. Вырезать к каждой фигурке человечка из картона полоски размером 51 см.
7. К фигуркам (на уровне плеч фигурки) с обратной стороны приклеить полоски картона. Взять полоску, намазать клеем 1 см и соединить с фигуркой. Затем полоску картона отогнуть.
8. На ватмане написать заголовок **«Мои лучшие друзья»**.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

1. Упражнение «Знакомство».

Цель: установка эмоционального контакта.

Инструкция: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем знакомиться, но будем делать это необычно. Каждый из вас по кругу должен назвать свое имя и на первую букву своего имени дать ответ на вопрос «Какой я?».

2. Просмотр мультфильма.

3. После просмотра ребята садятся в круг.

Организатор (О) предлагает учащимся (У) обсудить мультфильм.

О: Ребята, вы же все смотрели этот мультфильм?

У: Да

О: Он вам нравится?

У: дают ответ

О: А что именно вам нравится в этом мультфильме?

У: Он веселый, смешной и т. д. Учащиеся дают свои ответы.

О: А какой персонаж вам понравился больше всего? Почему? Давайте послушаем всех.

У: Учащиеся отвечают по кругу.

О: Спасибо, ребята, за ваши ответы. А чем отличаются друг от друга герои мультфильма?

У: Это разные животные, по-разному одеты, разные голоса, разное поведение и характеры.

О: Верно, ребята, Винни Пух, Пятачок, Ослик, Кролик, Сова – действительно, они совсем непохожи друг на друга, они такие разные.

А если они такие разные, почему они вместе, как они общаются, ведь они не обзываются, не ругаются и не дерутся?

У: Они понимают, слушают, уважают друг друга. Они дружат.

О: А у вас в классе так же?

У: Нет, у нас ребята дерутся, обманывают, обижают.

О: А вы хотите, чтобы ситуация в классе изменилась? Чтобы ваш класс был дружным?

У: Конечно.

О: А как вы думаете, вы похожи друг на друга?

У: Разные ответы: Да, Нет, Не знаю.

О: Давайте узнаем, есть ли у вас что-то общее.

У: Давайте.

4. Упражнение «Пересядьте те, кто...»

Цель: сплочение группы, создание положительного эмоционального настроения.

Инструкция: Стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами всем тем, кто обладает общим признаком. Например, я скажу: «Пересядьте все те, у кого светлые волосы» – и все те, у кого светлые волосы, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, должен

постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а кто останется в центре без места, продолжает игру. В конце игры дать задание разделить на 2 команды, по признаку, например, мальчики и девочки.

Для игры можно использовать следующие признаки:

- Пересядьте все те, у кого есть брат.
- Пересядьте все те, у кого есть сестра.
- Пересядьте все те, у кого есть домашние животные.
- Пересядьте все те, у кого голубые глаза.
- Пересядьте все те, у кого карие глаза.
- Пересядьте все те, кто любит болтать по телефону.
- Пересядьте все те, кто любит красный цвет.
- Пересядьте все те, кто любит мороженое.
- Пересядьте все те, кто любит петь.
- Пересядьте все те, кто любит танцевать.
- Пересядьте все те, кто любит смотреть кино.
- Пересядьте все те, кто занимается спортом.

О: Ну вот, ребята, убедились, что вы похожи друг на друга?

У: Да.

О: Поднимите руки те, кто узнал, что у него с одноклассниками есть много общего?

У: Поднимают руки.

О: Отлично. Как Вы считаете, в вашем классе возможна дружба?

У: Да.

О: Здорово. Теперь я предлагаю вам представить какой у вас дружный класс и сделать плакат, которые вы сможете разместить в своем кабинете.

5. Совместная деятельность

Ребята сдвигают 2 парты, садятся вокруг будущего плаката. На столе фигурки мальчиков и девочек, клей, карандаши, фломастеры.

Инструкция: Ребята, перед вами фигурки мальчиков и девочек, карандаши и фломастеры. Возьмите сейчас фигурку (мальчики берут фигурки мальчиков, девочки – девочек) и раскрасьте их, как вам нравится, нарисуйте лица, чтобы они передавали ваше хорошее отношение к вашим одноклассникам.

После того как ребята раскрасили фигурки.

О: Ребята, теперь нам нужно разместить ваши фигурки на листе ватмана. Давайте обсудим как.

У: Предлагают разные варианты.

После того, как группа пришла к единому мнению (ведущий направляет предложения детей в единое русло, корректирует их, чтобы ребята сами подстраивались друг под друга и нашли общее мнение), все согласились и приняли будущую картину, ребята размещают свои фигурки. Организатор помогает в месте размещения сделать прорези так, чтобы в нее можно было вставить полоску картона, которая держит фигурку. (Для чего это нужно: Отношения в группе динамичные, а клей зафиксирует положение фигур. С помощью такого крепления ребята могут переставлять сами свои фигурки и наблюдать за

взаимоотношениями. Также прорези можно использовать для того, чтобы сами дети отмечали свое настроение путем размещения цветной полосочки красного, желтого или зеленого цвета.) И дорисовывают свой плакат в зависимости от того, как разместили фигурки и что они придумали сами.

Варианты: можно наклеить вокруг Земли, около школы, в походе.

6. Подведение итогов

По окончании работы плакат размещается в классе. Ребята его смотрят, разглядывают, фотографируются около него.

О: Ребята, что интересного вы сегодня узнали?

У: Все люди разные, но это не мешает их дружбе.

О: Как вы думаете, ваши отношения изменятся после сегодняшнего занятия?

У: Да.

О: Сейчас будет задание. Тот, кому понравилось занятие, громко отвечает «Да». Хорошо?

У: Да.

О: Вам понравилось занятие?

У: Отвечают.

О: А теперь отвечают «Нет» те, кому не понравилось?

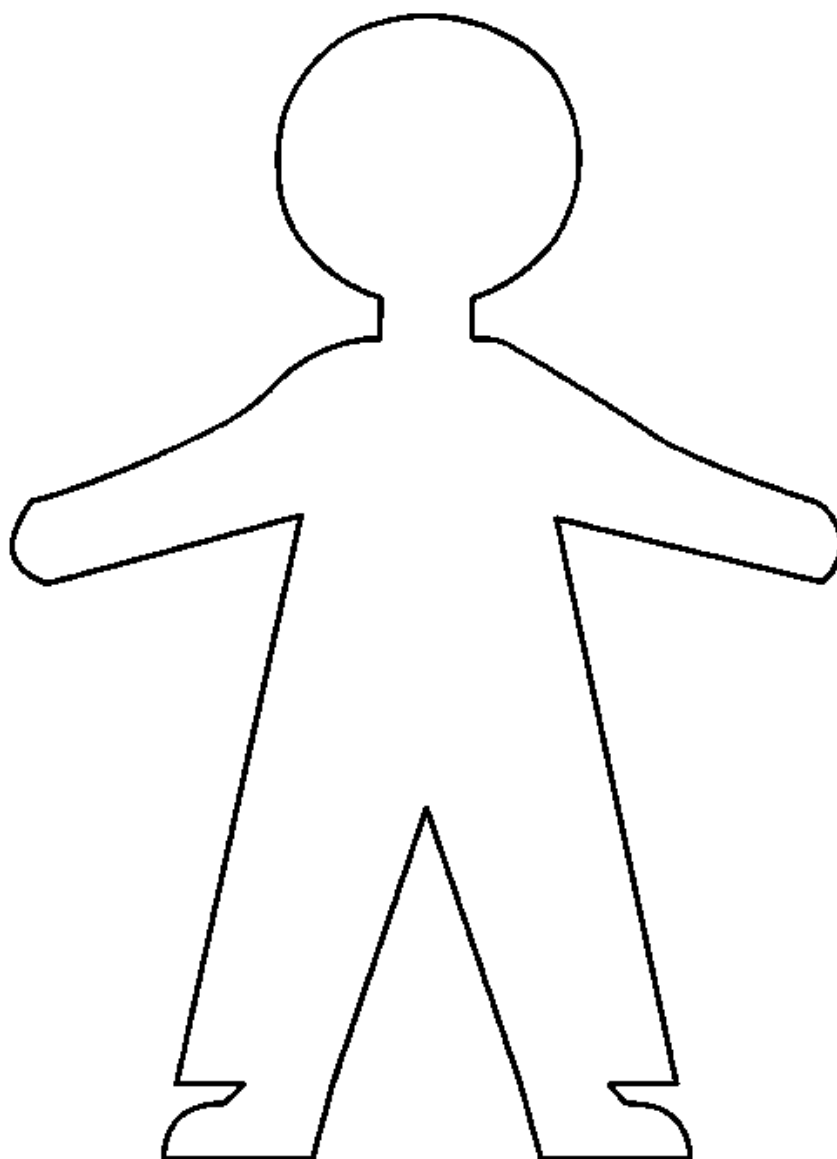
У: Отвечают или молчат.

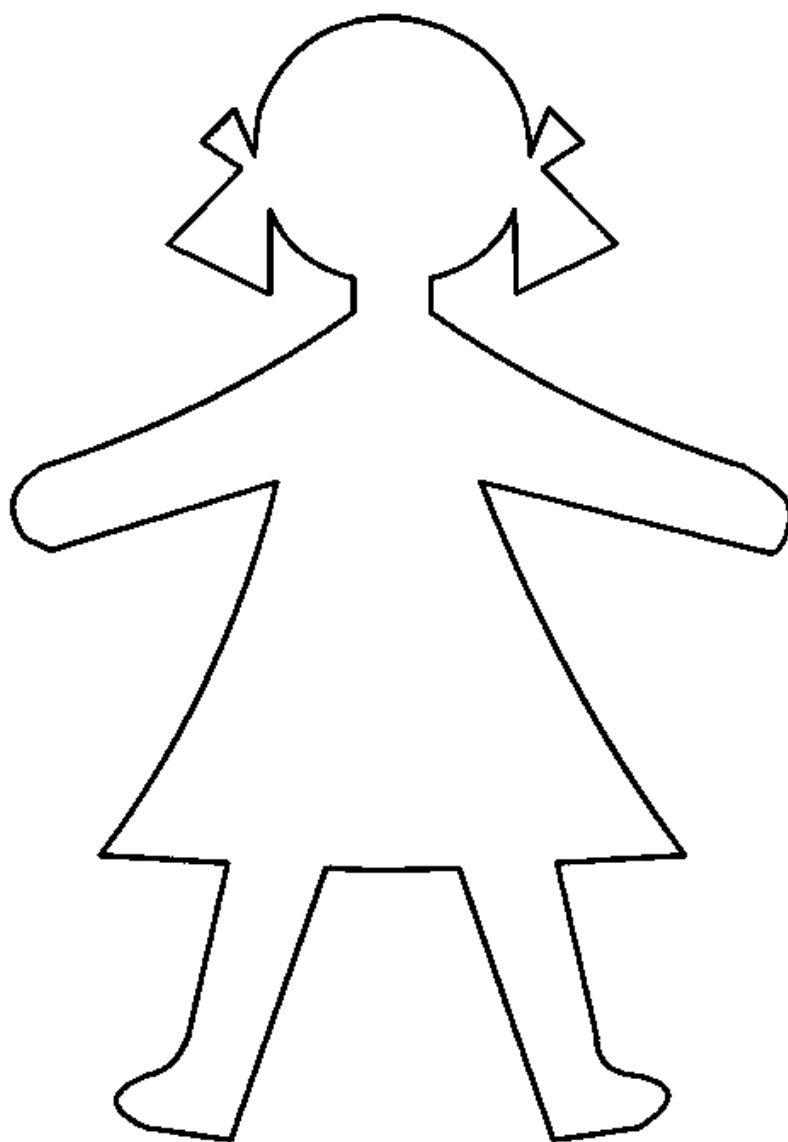
О: Давайте встанем в круг и поблагодарим друг друга улыбкой, добрым словом или рукопожатием.

Участники благодарят друг друга.

О: Ребята, спасибо вам за участие, хорошее настроение и поддержку. До свидания.

Приложение 1





КЛАССНЫЙ ЧАС ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЛИДЕРОВ В КЛАССЕ «КРУГ ЛИДЕРОВ». ТЕХНИКА «Я-ВЫСКАЗЫВАНИЕ»

**Дивидентова О.Н.
ГБОУ «Школа № 1285», г. Москва**

Целевая аудитория: ученики 10–11 классов.

Ожидаемый эффект:

- создание условий для раскрытия лидерского потенциала старшеклассников;
- освоения старшеклассниками активного стиля общения;
- освоения навыка убеждения;
- участники упражнения получают возможность узнать о себе и о одноклассниках новую информацию;
- развивать коммуникативных способности, умение и желание разнопланового и бесконфликтного общения со сверстниками.

Время на подготовку – 5 минут.

Время на проведение – 25 минут.

Вспомогательные материалы:

- электронная доска;
- листочки с ручками;
- допматериал по теме «Лидер».

Краткое описание идеи

Основная цель активности – дать представление о том, что для развития группы как коллектива характерна постоянная смена лидеров в зависимости от вида, характера и содержания деятельности. Каждый член группы может выступать в роли лидера и приобретать навыки организации других людей и самоорганизации.

Проводит классный руководитель и 2–3 обучающихся.

Знакомство с участниками, вступительное слово.

Вводное слово: Притча. Какой же должен быть лидер?

Оглашаются правила проведения Круга лидера.

Вопрос 1: Какое качество личности ценят в вас больше всего ваши одноклассники, друзья, семья?

Ответы ребят, ведущие записывают на доску.

Вопрос 2: Каким качеством личности должен обладать лидер по вашему мнению?

Ответы ребят, ведущие записывают на доску.

Ребятам раздаются памятки «Типы лидерства» и листочки с ручками.

Вопрос 3: Выбрать один из типов лидерства, которое подходит больше всего вам. И напишите, какой поступок вы могли бы или уже совершили, доказывающий, что

вы относитесь именно к этому типу лидерства.

Обратная связь от классного руководителя.

Рефлексия: Что было самым сложным в процессе использования техники «Я-высказывание» и определения себя как лидера?

Обсуждение. Ответы вносим на доску.

Заключительные слова.

ПЛАН ПОДГОТОВКИ

- Подготовить листы и ручки для заметок (по 1 листку и ручке на каждого ученика).
- Печать допматериала по теме «Типы лидерства».
- Проверка оборудования: доски и маркеров.
- Поставить стулья кругом.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Проводит классный руководитель и 2–3 обучающихся.

КР: Здравствуйте, ребята.

Лидер – это значит первый,

От него зависит много:

Судьбой своей в судьбу России

Им пролагается дорога.

Взгляни в глаза того, кто рядом,

Он – человек и этим ценен.

Мы все в ответе друг за друга –

И этот принцип неизменен.

Дорогие мои старшеклассники!

Сегодня мы поговорим с вами о лидерах и лидерстве. Каждый коллектив, и наш не исключение, имеет своих ребят, на кого можно положиться и быть уверенным в нем как в самом себе. Имеет лидеров.

Давайте послушаем притчу. О чем она?

...На одной планете жили люди, целью жизни которых являлось дело: они переносили груз. Он был упакован в мешки разной величины, удобные и неудобные для переноски. Каждый человек подходил и брал мешок поудобнее, относил его на место и возвращался обратно, чтобы выбрать для себя такой же груз. Лишь один человек каждый раз со вздохом вваливал на себя самую тяжелую ношу и с трудом доставлял ее на место. Однажды его спросили, зачем он добровольно выбирает себе ношу тяжелее, ведь есть люди, которые сильнее него. Он лишь ответил: «Кому-то ведь надо ее нести. Пусть это буду я!»

Происходит обсуждение.



А теперь давайте послушаем правила нашего круга.

1. Вам будет задано 3 вопроса, на которые вы все должны будете ответить, и я в том числе.
 2. При ответе своих одноклассников комментариев и обсуждений быть не должно. Проявляем уважение к друг другу, стараясь выслушать всех молча.
 3. Ответ на 3 вопрос записываем на листочках, зачитываем вслух без комментариев.
 4. Классный руководитель обобщает все высказывания, делает выводы.
 5. Участники высказывают мнения о том, кто из одноклассников действительно совпадает с определением лидера и с типом лидерства.
- Успешное проведение Круга лидерства ни в коем случае не завершает процесс, а дает начало, раздвигает новые горизонты для развития личности.

Вопрос 1: Какое качество личности ценят в вас больше всего ваши одноклассники, друзья, семья?

Ответы ребят, ведущие записывают на доску.

КР: Подводит итог и комментирует какими качествами обладают учащиеся класса.

Вопрос 2: Каким качеством личности должен обладать лидер по вашему мнению?

Ответы ребят, ведущие записывают на доску.

КР: Комментирует качества лидера, добавляет свои.

Компетентность – знание того дела, в котором человек проявляет себя как лидер.

Активность – умение действовать энергично, напористо.

Инициативность – творческое проявление активности, выдвижение идей, предложений.

Общительность – открытость для других, готовность общаться, потребность иметь контакты с людьми.

Сообразительность – способность доходить до сущности явлений, видеть их причины и следствия.

Настойчивость – проявление силы воли, упорства, умение доводить дело до конца.

Работоспособность – выносливость, способность вести напряженную борьбу.

Самостоятельность – независимость в суждениях, умение брать ответственность на себя.

Наблюдательность – умение видеть, мимоходом отмечать важное, замечать детали.

А теперь давайте поговорим о нашем классе. Ведь у нас есть ребята, которых мы смело можем назвать лидерами, первыми, особенными. Вы сейчас получите памятки по определению лидера, а также листочки, где необходимо ответить на вопрос, касающийся вас лично. Просьба ответить объективно и честно. Ребятам раздаются памятки «Типы лидерства» и листочки с ручками.

Вопрос 3: Выбрать один из типов лидерства, которое подходит больше всего вам. И напишите, какой поступок вы могли бы или уже совершили, доказывающий, что вы относитесь именно к этому типу лидерства.

Затем желающие зачитывают написанное, а ребята записывают на доске типы лидеров и имена.

КР: Обобщает написанное на доске. Задает вопрос и просит ответить, согласны ли дети с полученными результатами.

Рефлексия: Что было самым сложным в процессе использования техники «Я-высказывание» и определения себя как лидера?

Обсуждение. Ответы вносим на доску.

Заключительные слова.

КР: Мне было приятно ваша активность и участие. Сегодня мы немного узнали о своих одноклассниках и о себе... Думаю, что ни в коем случае мы сегодня не завершили разговор, а дали начало, раздвинули новые горизонты для развития личности. Ребята, все в ваших руках!

Дополнительный материал «Типы лидеров»

Лидер-организатор – это вид лидера, который считает желания группы своими собственными. Такой тип лидера склонен к активным действиям, он уверен в себе и оптимистичен. За лидером-организатором следуют, зная, что он не будет предлагать не действенные варианты. Он может убедить, поощрить. В случаях, когда лидер недоволен каким-либо членом группы, негодование свое он высказывает, не задевая чужого достоинства. А это, в свою очередь, мотивирует людей на лучшую работу.

Лидер-творец – это вид лидера, который видит новое, берется за решение сложных проблем. Данный тип лидера не склонен командовать, принятие решений происходит при помощи обсуждения. Лидер-творец ставит задачи таким образом, чтобы они заинтересовали и привлекли исполнителей.

Лидер-борец – это такой вид лидера, который уверен в своих силах. Он первым пойдет навстречу опасности и неизвестности, в любой момент готов вступить в борьбу. Лидеры-борцы отстаивают то, во что верят, не склонны к уступкам. Но минус такого типа лидера заключается в нехватке времени на обдумывание своих действий.

Лидер-дипломат – это вид лидера, который опирается на отличное знание ситуации и ее невидимых деталей. Он всегда в курсе всего поэтому хорошо знает, как и на кого можно повлиять.

Лидер-утешитель – это вид лидера, который может поддержать в сложных жизненных ситуациях. Он склонен к уважению людей, доброжелательному отношению.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ИГРОТЕКА: ИГРА НАЧАЛАСЬ!»

Диордиева Е. А.
ОАНО Школа «НИКА», г. Москва

Целевая аудитория: дети, возрастная категория 7-12 лет.

Ожидаемый эффект:

- показать участникам, как можно разрешить споры и конфликты мирным путем;
- показать, что в честном и справедливом мире правила и условия должны быть едины для всех;
- формирование навыков взаимодействия и уважения чужого мнения;
- развитие эмоционального сопереживания.

Краткое описание

Данная активность направлена на профилактику буллинга детей младшего школьного возраста в игровой форме, благодаря данной игре, дети могут высказаться, проговорив положительные качества. Особенность состоит в том, что участникам не объясняются заранее все правила и условия игры или правила и условия меняются по ходу игры, в результате появляются неожиданные повороты.

Время для подготовки

Необходимо выбрать просторное помещение. Подготовить предметы для игры: мячи или игрушки разных размеров. Время на подготовку ориентировочно – 5-10 минут.

Время проведения – 20-30 минут.

Необходимый реквизит:

- проектор, компьютер;
- помещение;
- мячи или игрушки разных размеров;
- таймер/песочные часы.

Ход игры

Звучит фоном красивая, бодрящая дух музыка.

Участников делим на 2 (или 3 команды) с неравным количеством игроков (можно рассчитать на первый-второй.) Каждой из команд выдается разное количество различающихся по размеру и объему предметов. Каждой команде необходимо придумать название.

1. Участники выстраиваются в 2-3 колонны. Ведущий сообщает командам, что нужно передать предметы от первого последнему. Как только командам розданы предметы, звучит команда ведущего «Игра началась», и команды начинают передавать предметы.

2. Через некоторое время ведущий игру останавливает со словами: «Стоп! А разве я вам не говорил, что передавать предметы нужно только левой рукой

и проговаривать положительные качества передающему? Давайте начнем все сначала! Игра началась!»

3. Еще через некоторое время ведущий вновь останавливает игру со словами: «А разве я вам не говорил, что передавать предметы нужно только левой рукой, с проговариванием положительных, уважительных слов передающему, а брать предметы только правой рукой? Начинаем все сначала. Игра началась!»

4. Как только игра возобновляется, ведущий снова останавливает ее со словами: «Стоп! Я забыл вам сказать, что команда, которая закончит первой, должна победно поднять руки и закричать «УРА! Мы победили!» Начинаем сначала. Игра началась!»

5. Ведущий кричит «УРА! Мы победили!» и после этого объявляет победителем другую команду. А когда его спрашивают почему, ведущий отвечает: «Ну, просто мне так захотелось и просто в другой команде было сказано больше качеств...» Игра закончилась.

Рефлексия

После мы начинаем обсуждение игры, действие команд и действие ведущего. Игроки, участники делятся своими впечатлениями и приходят к такому выводу: для того чтобы игра состоялась, нужно учитывать следующее:
у игры должны быть правила.

Правила игры

1. Правила игры должны быть известны всем участникам заранее.
2. Правила должны быть понятны всем.
3. Участники должны находиться в равных условиях.
4. Правила не должны меняться в ходе игры.
5. Ведущий должен быть честным, контролировать время проведения игры.

В конце игры мне кажется, что все-таки необходимо каждому игроку дать возможность высказаться и проговорить свою точку зрения по поводу этой игры. Что понравилось, что не понравилось. Что дети делали так, а что необходимо доработать. Какой вывод могут сделать дети? Необходимо оценить свое состояние каждому игроку.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «КАК Я ВИЖУ ДРУГИХ И СЕБЯ»

**Егорова Е. Н.,
ГБПОУ КАС №7, Москва**

Целевая аудитория: студенты учебных групп ГБПОУ КАС №7-1-2 курсы (15-18 лет)

Общая цель занятий: сформировать представление студентов в сфере общения о перцептивной стороне общения, содействие в формировании установок уважения и понимания к себе и окружающим людям.

Ожидаемый эффект:

- развитие чувства ответственности;
- сплочённость и работа в команде;
- понимание, что каждый важен в командной работе;
- возможность поделиться опытом;
- возможность обрести товарищей и друзей;
- развитие коммуникативных навыков;
- повысить самооценку;
- самостоятельность выбора и принятия решения;
- снижение эмоционального напряжения;
- развитие коммуникативных навыков;
- позитивное настроение в группе;
- ориентир на целостность группы.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут (распечатать вспомогательный материал), настроить технику.

Время, необходимое на проведение:

1 час 30 минут на проведение интерактивного занятия «Перцептивная сторона общения» со студентами 1-2 курсов;

1 час 30 минут на проведение интерактивного занятия «Социальная перцепция. Стереотипы»;

1 час 30 минут на проведение интерактивного занятия «Восприятие себя».

Итого на реализацию общего цикла необходимо 4 часа 30 минут (3 пары) с перерывом недели.

Инвентарь:

1. проектор;
2. компьютер/ноутбук с выходом на проектор;
3. колонки (стационарные или переносные);
4. стулья – 22 шт.;
5. папка-планшет – 20 шт.;
6. ручка шариковая синяя – 22 шт.;
7. бумага формата А4–44 листа;
8. маркеры/фломастеры – 20 шт.;
9. флипчарт + листы к нему;

10. 20 распечатанных рабочих тетрадей (приложение №4);
11. 380 небольших листочков для упражнения «Я знаю, кто ты...»;
12. для упражнения №3: небольшой мешочек с 20 небольшими предметами;
13. для упражнения № 4: 5 различных пронумерованных запахов и 20 специальных полосок для размещения запаха;
14. для упражнений №5: 3 основных съедобных предмета, нарезанных на 20 кусочков, и 30 шпажек (зубочисток).

Краткое описание идеи

Идея заключается в том, чтобы студентам показать их особенность восприятия окружающего мира и то, как воспринимают этот мир другие. Что все мы одинаковы, но при этом все разные. Чтобы они себя приняли такими, какие они есть, и начали принимать этот мир с его особенностями. Положительный взгляд на мир уменьшает вероятность агрессии в окружающий мир, а также понимание мира и себя – снижает уровень тревожности, а отсюда и уровень агрессии и насилия.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Интерактивное занятие «Как я вижу других и себя» (Приложение №1)

ЗАНЯТИЕ № 1 «Перцептивная сторона общения» (1 час 30 минут)

Цель: раскрыть основы перцептивной стороны общения.

Задачи:

1. Развить представления студентов о понятии «восприятие».
2. На примере показать, насколько все по-разному воспринимаем этот мир.
(Важно понимать друг друга, понимать, что каждый уникален и важен, что у всех есть что-то похожее и в то же время разное и т. п.)

Программа тренинга представлена структурой. Раздаточный материал и дополнения к тренингу не представлены.

Начало тренинга – Приветствие и знакомство

«Добрый день, студенты, меня зовут Егорова Екатерина Николаевна, и я работаю педагогом-психологом в нашем колледже. Сегодня мы с вами познакомимся и проработаем часть перцептивной стороны общения. Для нас общение – это как дыхание. Мы не задумываемся, почему реагируем или говорим именно так, а не иначе. Мы похожи друг на друга, и в то же время мы разные. Но каждый из нас важен».

Предлагаю вам начать наш тренинг с внесением в него несколько правил, которые позволят нам комфортно провести это время вместе.

Правила тренинга (3 минуты)

1. Отключить мобильный телефон (поставить на беззвучный режим).
2. Правило активности.
3. Здесь и сейчас.



4. Правило 1 микрофона.
5. Принцип доброжелательности.

Правила установлены, отлично. Тогда начнем нашу работу.

Предлагаю для начала познакомиться:

Упражнение № 0 «Знакомство»

Время: 5 минут.

1. Тренер предлагает всей группе представиться и назвать свой принцип (постулат) в общении. Записать его на листе бумаги.

Время: 5 минут.

2. После знакомства тренер делит всю группу на мини-группы по 5 человек.
3. Тренер спрашивает у всей группы об их ожиданиях от самого тренинга и записывает их на флипчарте.

Информационная часть по времени проходит 10 минут.

Как вы думаете, почему мы все общаемся по-разному? Почему запоминаем информацию по-разному?

Ответ прост: мы все разные – от клеток ДНК до факторов социального развития. Мы сейчас с вами поговорим о перцепции. И на своем опыте увидим разницу в восприятии не только окружающего мира, но и восприятии информации.

Процесс восприятия одним человеком другого выступает как обязательная составная часть общения и условно может быть назван перцептивной стороной общения.

Термин «перцепция» означает «восприятие» (от лат. Perceptio – восприятие).

Восприятие – психический процесс отражения предметов или явлений действительности при их непосредственном воздействии на органы чувств. Восприятие составляет основу ориентировки человека в мире.

Свойства восприятия:

- **Предметность** предполагает осмысленность и целостность образов.
- **Целостность.** Отдельные компоненты целого могут действовать одновременно или последовательно, но при этом объект или явление воспринимается как единое целое.
- **Константность** – относительное постоянство воспринимаемой формы, цвета, величины предмета, независимо от значительных изменений объективных условий перцепции.
- **Обобщенность** – отнесенность единичных объектов к определенному классу объектов, однородных с ним по какому-либо признаку.
- **Осмысленность** – обеспечивает осознание того, что воспринимается человеком, как воспринимаемое соотносится с его знаниями и прошлым опытом.
- **Избирательность** – выделение одних объектов по сравнению с другими, связанное с активностью и личным опытом человека.



Классификация восприятия по модальности

В основе нашего восприятия лежат наши ощущения. Поэтому рассмотрим классификацию по модальности, где выделяют:

- зрительное восприятие;
- слуховое восприятие;
- осязательное восприятие;
- обонятельное восприятие;
- вкусовое восприятие.

Зрительное восприятие

Форма восприятия, включающая в себя совокупность процессов построения зрительного образа окружающего мира:

- цвета;
- зрительного восприятия пространства;
- формы.

Упражнение № 1. «Зрительное восприятие» (Приложение №2)

Время выполнения: 10 минут.

Группе предлагается просмотреть презентацию с рисунками и свои впечатления (реакцию) записать в рабочую тетрадь.

Обсуждение:

Были ли совпадения в группе?

Слуховое восприятие

Слуховое восприятие имеет дело с последовательностью раздражений, протекающих во времени:

- звука;
- речи;
- мелодии.

Упражнение № 2. «Слуховое восприятие»

Время выполнения: 10 минут.

Группам предлагается прослушать несколько звуковых дорожек и записать в рабочую тетрадь свои ощущения (реакции).

Обсуждение:

1. Были ли совпадения в группе?

Осязательное восприятие

Осязание является сложной формой чувствительности, включающей в свой состав как элементарные (протопатические), так и сложные (эпикритические) компоненты.

– Элементарные (протопатические):

- холод\тепло;
- ощущение боли.

– Сложные (эпикритические):

- прикосновения,
- давление.

Упражнение № 3. «Осязательное восприятие»

Время выполнения: 10 минут.

Группе предлагается вытаскивать из небольшого мешка предмет с закрытыми глазами и, полагаясь только на свое восприятие, описать и назвать предмет. После чего записать в рабочую тетрадь.

Обсуждение:

1. Какие ощущения вы испытывали при выполнении задания?
2. Что помогло определить предмет?

Обонятельное восприятие

Человек в своих поступках опирается на информацию, идущую от органов обоняния. Запах позволяет узнавать и идентифицировать людей, ситуации, пробуждает воспоминания.

- Запах

Упражнение № 4. «Обонятельное восприятие»

Время выполнения: 10 минут.

Вся группа разделена на 3-4 группы по 5 человек. Все упражнения проходят в группах.

Каждой группе дается по 5 различных запахов на специальной бумаге. Участникам предлагается молча определить и записать запах в рабочую тетрадь, после чего сравнить свои результаты с результатами своей команды.

Обсуждение (анализ полученных результатов):

1. Были ли совпадения в группе?

После обсуждения группам говорить, какой запах к чему принадлежал.

Вкусовое восприятие

- Вкусовое восприятие основано на вкусовых ощущениях, которые при попадании в наш рот, дают определенное понимание о веществе, которое мы попробовали:

- пища,
- вещества,
- специи.

Упражнение № 5. «Вкусовое восприятие»

Время выполнения: 10 минут.

Каждой группе дается по 3 различных по вкусу кусочка на шпажке для каждого участника в команде. Всего 15 пронумерованных кусочков. Участникам предлагается молча с закрытыми глазами определить и записать в рабочую тетрадь все впечатление, после чего сравнить свои результаты с результатами своей команды.

Обсуждение (анализ полученных результатов):

1. Были ли совпадения в группе?

После обсуждения группам говорить, что они съели.

Упражнение № 6. «Какой же будет моя реакция?»

Время 5 минут.

Вся группа выбирает листочки, на которых они в упражнении «Знакомство» писали свои постулаты. И каждый должен написать свое восприятие увиденному принципу, то есть ответить на вопрос:

1. Как он относиться к данному высказываю?
2. Какие ассоциации есть с этим высказыванием?

Упражнение № 7. «Снежинка»

Время 5 минут.

Всей группе раздаются по листу А4. Дается инструкция: «Сейчас я вам буду говорить, что нужно делать со своим листом, а вы это будите выполнять. После мы с вами посмотрим на результат».

Таким образом, мы с вами наглядно увидели, что восприятие окружающего мира, информации влияет на наше отношение к тем или иным вещам, а также к людям. И как следствие, это влияет на нашу коммуникацию.

Групповая рефлексия – 7 минут.

ЗАНЯТИЕ № 2. «Социальная перцепция. Стереотипы» (1 час 30 минут)

Информационная часть по времени проходит 10-15 минут.

Социальная перцепция – процесс, который возникает при взаимоотношении людей друг с другом и включает восприятие, изучение, понимание и оценку людьми социальных объектов – других людей, самих себя, групп или социальных общностей.

Термин «социальная перцепция» ввел американский психолог Дж. Брунер (1947) для обозначения факта социальной обусловленности восприятия, его зависимости от характеристик субъекта восприятия, его прошлого опыта, цели, намерений, значимости ситуаций восприятия и т. д. Назвав восприятие «социальным», он обратил внимание на то, что, несмотря на все индивидуальные различия, существуют какие-то общие, вырабатываемые в общении, в совместной жизни социально-психологические механизмы восприятия.

Функции социальной перцепции:

1. познание себя;
2. познание партнера по общению;
3. организация совместной деятельности на основе взаимопонимания и установление определенных эмоциональных взаимоотношений.

Существуют следующие социально-перцептивные механизмы, то есть способы, с помощью которых люди понимают, интерпретируют и оценивают других людей:

1. Восприятие внешнего облика и поведенческих реакций объекта.
2. Восприятие внутреннего облика объекта, то есть набора его социально-психологических характеристик. Это осуществляется через механизмы эмпатии, рефлексии, атрибуции, идентификации и стереотипизации.



Упражнение № 1. «Видеоролик»

https://www.youtube.com/watch?v=Oud_t3thOuQ&t=25s

Время: 5 минут.

Просмотр видеоролика. В рабочую тетрадь нужно будет записать свое впечатление, свою реакцию на происходящее.

Групповое обсуждение ролика:

1. Какое было ваше первоначальное восприятие людей?
2. Как оно менялось в ходе просмотра ролика?
3. Какой итог вы можете подвести?

Сами же механизмы социальной перцепции:

1. **«Идентификация»** (от позднелатинского *identifico* – отождествлять), является процессом интуитивного отождествления, сравнения субъектом самого себя с другим человеком (группой людей) в процессе межличностной перцепции.
2. **«Эмпатия»** – это понимание другого человека путем эмоционального чувствования его переживания.
3. **«Аттракция»** (от лат. *attrahere* – привлекать, притягивать), рассматривается как особая форма восприятия одного человека другим, основанная на устойчивом положительном отношении к человеку.
4. **Симпатия** (от греч. *Sympatheia* – влечение, внутреннее расположение) – это устойчивое, положительное, эмоциональное отношение человека к другим людям или к группам людей, проявляющееся в доброжелательности, приветливости, оказанию внимания, восхищении.
5. **Социальная рефлексия** – это понимание другого человека путем размышления за него. Это внутреннее представительство другого во внутреннем мире человека. Представление о том, что думают обо мне другие, – важный момент социального познания.
6. **«Стереотипизация»**. Стереотип – это устойчивый образ или психологическое восприятие какого-либо явления или человека, свойственное членам той или иной социальной группы.

Упражнение №2. «Я за тебя отвечаю»

Время: 20 минут.

Цель: получение опыта различения образа другого человека, изучение искажений взаимовосприятия.

Процедура:

Группа делится по парам. Необходимо на вопросы, заданные одному человеку, ответить другому, стремясь угадать, как бы на его вопросы отвечал его напарник. Напарник во время опроса фиксирует в рабочей тетради вопросы и ответы. Напарник же молчит и слушает, отмечая мысленно, где отвечающий за него игрок попал в точку, а где ошибся. Тренер задает парам вопросы. Вопросы связаны с интересами и чертами характера. После чего желающие пары выходят и делятся своими результатами.

Обсуждение:

1. Легко ли было отвечать за другого?
2. Что помогло в выполнении упражнения?

3. Какими механизмами социальной перцепции пользовались?

4. Какие механизмы помогли в выполнении упражнения?

Стереотипы

Какие социальные стереотипы вы знаете? (записываются ответы на флипчарте)

Время: 5 минут.

Информационный блок

Социальные стереотипы – упрощенные, схематизированные образы социальных объектов, разделяемые достаточно большим числом членов социальных групп. Впервые термин «социальный стереотип» использовал американский журналист и политолог У. Липпман в 1922 году в книге «*Общественное мнение*».

Стереотипы – это характеристики, которые описывают членов социальных групп, *приписываются им или ассоциируются с ними*. Нельзя путать социальные стереотипы и предрассудки.

Предрассудок – это **предвзятое, негативное отношение к человеку, группе людей или социальности, основанное на внешнем признаке, принадлежности к какой-либо группе (как правило, речь о национальности, религии, ориентации, поле, возрасте и т. д.)**. Как видим, стереотипы и предрассудки действительно кажутся очень схожими, но есть у них и различия.

Так, **стереотипы** – это **необязательно отрицательное, неприязненное отношение** к представителям других возрастов, наций, религий и т. д. Это просто некое лекало, которое мы примеряем на всех представителей той или иной группы. Например, считается, что все немцы очень педантичны, а программисты – не умеют общаться с людьми, только с техникой. **У стереотипов куда более широкое «применение»** по сравнению с предрассудками, и сближаются они лишь в одном аспекте.

Когда речь заходит о социальных стереотипах поведения или общения, то часто имеются в виду именно те, что схожи с предрассудками. Именно поэтому некоторые рассматривают эти понятия как одинаковые.

Что касается **социальной установки**, или аттитюда (от англ. Attitude – «отношение»), то это **более широкое понятие, чем соцстереотип**. Помимо собственно процесса стереотипизации, оно включает обобщение; прошлый социальный опыт и выводы из него (то есть распространение данного опыта на будущее поведение); ценности группы и их разделение конкретной личностью. В целом социальные установки – достаточно широкий вопрос, заслуживающий отдельного разговора.

Упражнение №3. «Я знаю, кто ты» (Приложение №3)

Время: 30 минут.

Группа делится на 5 команд. Каждой группе выдается по одной картинке.

В течение 10 минут команда должна написать о персонаже: кто он, какой он, чем занимается, что собой представляет. Все факты о человеке, которые смогут воспринять.

После завершения обсуждения начинается презентация каждой команды своего персонажа. Время дается по 2 минуты на выступление.

После всех презентаций тренер рассказывает о каждом персонаже.

Обсуждение:

1. На что ориентировались участники при описании персонажа?
2. Получилось ли описать верно?
3. Какие механизмы сыграли решающую роль?

Упражнение №4. «За и против»

Время 5 минут.

Суть упражнения состоит в том, что по кругу высказываются участники о пользе и вреде стереотипов в жизни личности и общества, продолжая одну из следующих фраз:

«Стереотипы необходимы, потому что...»

«Стереотипы мешают, потому что...»

Групповая рефлексия – 10 минут.

ЗАНЯТИЕ № 3 «Восприятие себя» (1 час 30 минут)

Информационная часть по времени проходит 10-15 минут.

Познание других людей зависит также и от уровня развития представления человека о самом себе (Я-концепция), о партнере по общению (Ты-концепция) и о группе, к которой принадлежит или думает, что принадлежит индивид (Мы-концепция). Познание себя через другого возможно через сравнение себя с другим индивидом или через рефлексия. Рефлексия – это процесс осознания того, как собеседник понимает его самого. В результате между участниками общения достигается определенный уровень взаимопонимания.

Можно выделить два основных фактора, которые влияют на то, как мы общаемся: Я-концепция и самооценка.

«Я-концепция»

Это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознаваемая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он относится к самому себе и строит свое взаимодействие с другими людьми.

«Я-концепция» включает в себя три компонента:

- 1) когнитивный компонент – образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, своего характера и т. д.;
- 2) эмоционально-оценочный компонент – переживание человеком своих представлений о себе, самооценка, самоуважение или самоуничижение, себялюбие или любовь к другим и т. д.;
- 3) поведенческий компонент – действия, которые предпринимает человек, исходя из системы представлений о себе, социальные установки в отношении себя и окружающих.

Возможность развивать систему представлений о себе (Я-концепцию) у человека возникает на основе способности к рефлексии, то есть благодаря самонаблюдению, самоанализу.

Свое представление о себе также складывается из отношений других и из того, что они думают о человеке.



Упражнение № 1. «Я знаю, какой ты...»

Время: 35 минут.

У каждого в руках есть своя рабочая тетрадь, где они делают заметки. Инструкция примерно такая:

– Всем хорошо известна пословица «Чужая душа потемки». У каждого из нас есть собственное представление о друг друге. Подумайте над тем, как бы вы могли тезисно описать каждого из присутствующих. У каждого из вас имеются карточки. На одной стороне карточки подпишите имя члена группы, а на другой – напишите свой ответ: «Ваше представление».

Время: 25 минут.

После заполнения карточек тренер спрашивает у участников, кто бы хотел узнать о себе. Доброволец выходит в круг. И все говорят о нем то, что написали. После этого идет обсуждение:

1. Какие высказывания были в точку?
2. Что помогло в написании тезисов?
3. Как высказывания помогут в понимании себя?

Упражнение № 2. «Мой портрет глазами группы»

Время: 20 минут.

Ход работы

«Есть ли среди вас желающие получить свой психологический портрет?

И не просто словесный портрет с перечислением достоинств и недостатков, а совершенно реальное изображение на бумаге вашего облика?

Все остальные участники группы станут художниками. У каждого из вас лист бумаги и пачка фломастеров. Каждый – хотя бы в детстве – пробовал изображать людей. У кого-то это получалось удачно, у кого-то – не очень. Мы не станем даже пытаться создать портрет нашего натурщика в духе реалистической традиции. Не стоит стремиться к внешнему сходству. Совсем наоборот: откажемся от попыток правильно нарисовать глаза, нос, рот, верно передать цвет одежды и нюансы прически. Зачем? Ведь для выполнения этой задачи гораздо проще использовать фотоаппарат. Мы же поставим перед собой более сложную и интересную задачу: каждый из нас должен создать именно психологический портрет человека, сидящего перед нами. Для этого можно применять изобразительные средства, предоставленные в наше распоряжение художниками-модернистами, и исходить из единственного принципа: «Я вижу так!». Пусть ваши рисунки будут иметь метафорический смысл и тонкий подтекст. Может быть, понимаемый вами внутренний мир человека, чей портрет вы изображаете, породит в вашей душе цепочку ассоциаций или создаст конкретный образ, отражающий нечто важное в нем. Может быть, вы воспринимаете его психологический облик в виде какого-то реального предмета, а может, это какой-то узор, абстрактный орнамент или набор цветовых пятен. Ограничений для вас нет никаких, будьте свободны в выборе способов изображения его внутреннего облика. Помните лишь, что до конца упражнения разговаривать воспрещается.

А теперь посмотрите внимательно на человека, сидящего перед вами, проникните сквозь внешнюю оболочку, за которой скрывается чуткая и нежная субстанция –



человеческая душа. Какова она у этого человека? В чем ее отличие от других душ? Каковы ее особенности, делающие этого человека уникальным созданием во Вселенной? Разглядите внутренним взором образ этой души. Услышьте звучание музыки этой души. Почувствуйте форму и поверхность, ощутите материал этой души. Поймите сущность этой души... И перенесите свое понимание на бумагу. Творите!»

Натурщик во время позирования может рисовать свой портрет. И в конце упражнения будет выставка портретов.

Обсуждение:

1. Что помогло в создании портрета?
2. Были схожие портреты? И о чем это может говорить?
3. Как себя чувствовал натурщик?
4. Какие ощущения вызвало упражнение?
5. Художники уловили суть натурщика?

Упражнение № 3. Футболка с надписью: «В подарок!»

Время: 10 минут.

На первом круге каждый из участников может подарить виртуальную футболку, на которой есть надпись. Эта надпись отражает то эмоциональное отношение к любому участнику занятия, которое сложилось в ходе работы, или существовало ранее. Также можно нарисовать после тренинга футболку в рабочей тетради. А также сказать участнику комплемент.

После этого каждый говорит себе комплимент. Может похвалить себя за проделанную работу.

Рефлексия – 10 минут.

1. Были ли решены все задачи в тренинге?
 2. Чего не хватило в тренинге?
 3. Соответствовало ли то, что было на тренинге, Вашим ожиданиям?
- Свободное высказывание.

ИНТЕРАКТИВНОЕ ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9–11 КЛАССОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВОВЛЕЧЕНИЯ В ДЕСТРУКТИВНЫЕ И ЭКСТРЕМИСТСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ

Елькина З.А.
педагог-психолог, г. Москва

Цель: развитие эмпатии, рефлексии обучающихся, формирование внимательного отношения к окружающим, информирование о способах вовлечения в экстремистские и деструктивные организации.

Задачи:

- развитие способности к рефлексии и критическому анализу жизненных ситуаций;
- формирование про-социальных ценностей и убеждений.

Ход занятия:

1. Вступительная часть.

– Добрый день, уважаемые старшеклассники! Сегодня у нас не совсем обычный классный час. Мы разберем историю (посмотрим видеоролик) о юноше вашего возраста. Это история вымышленная, но очень похожая на многие реальные. Давайте отнесемся внимательно к тому, о чем там говорится, а потом обсудим, о чем она и вы поделитесь своими выводами. (Можно зачитать историю, а можно по ее мотивам снять видеоролик).

2. История.

– Жил-был Дима. Обычный парень из обычной школы. Только был он полноват и очень этого стеснялся. Особенно он стеснялся, когда над ним подшучивали одноклассники. А шутили они не только из-за того, что Дима был толстенький. Также у него не было друзей в классе, почему-то никто не хотел с ним общаться. Или сам Дима просто не умел общаться. Почему ребята с ним не дружат и постоянно подшучивают, Дима не понимал. И с каждым днем стеснялся себя все больше и больше. Но иметь друзей очень хотелось. Родители не знали, как помочь сыну, но очень этого хотели. Чтобы разнообразить Димину жизнь и сделать ему приятное, папа купил ему билет на футбольный матч. «Сходи, сынок, посмотри игру». И Дима пошел.

На трибуне рядом с Димой была группа ребят-болельщиков Спартака, которые вели себя достаточно активно: поддерживали любимую команду, выкрикивали лозунги и размахивали флагом. Дима заметил, какие они дружные, и подумал о том, как хорошо иметь таких друзей. Ребята тоже заметили Диму, заметили и то, что у него грустное лицо и что он стесняется. «Эй, парень, а ты за кого болеешь?» «За Спартак» – ответил Дима. На самом деле, он ни за кого не болел, а пошел на футбол просто так, для разнообразия, потому что папа купил ему билет. «О! Иди к нам! Вместе будем болеть!» – пригласили ребята. И до конца матча Дима болел за Спартак, и у него наконец появилось долгожданное чувство друзей рядом. После матча ребята вместе дошли до метро, обменялись телефонами, договорились, что теперь они – друзья, и обязательно встретятся в ближайшее время.



На следующий день ребята позвонили и пригласили прогуляться. Папа Димы очень обрадовался, ведь у сына появились друзья. С тех пор Дима начал видаться с друзьями почти каждый день. Он так же, как и друзья, начал носить шарф с надписью «Спартак-чемпион». Одноклассники его не интересовали, что они понимают о настоящей дружбе? Его друзья более достойные парни, и они заслуживают настоящей дружбы, а эти... пусть продолжают говорить гадости. Они больше ни на что не способны.

С новыми друзьями было весело. Ведь они вместе, они – команда, они – сила! Однажды вечером на остановке «команда» увидели таджика, ждавшего автобус. «Ты че здесь делаешь? Это наша остановка, это наша страна! Проваливай отсюда! Не хочешь-получай!» Парни повалили таджика на асфальт и начали пинать ногами. Таджик попросил пожалеть его и перестать бить, после чего пошел пешком по ходу автобуса. Видимо, до следующей остановки. «Так с ними надо! Пусть понимают, кто здесь главный. А то совсем обнаглели эти нерусские».

Диме сначала стало жалко таджика, ведь он просто сидел на остановке и не делал ничего плохого. А потом подумал о том, что, возможно, он прилично себя ведет потому что знает, кто здесь главный. И вместе они – сила.

Как-то пришла ему мысль о том, что неплохо было бы кое-кого из одноклассников поставить на место. Для начала одного нерусского, который настолько обнаглел, что тоже над ним подшучивал. «Одного проучу-другие заткнутся», – подумал Дима. Он решил обсудить это с друзьями. Друзья, естественно, поддержали идею. Так парни договорились подкараулить одного из Диминых обидчиков по дороге домой.

«А ну стоять!», – друзья грозно перегородили дорогу обидчику. «Ты че, не слышал? Тебе говорят! Не понимаешь русского языка? Сейчас поймешь!» – и Димин одноклассник уже лежит на асфальте и получает удары. Дима был очень доволен, ведь друзья за него отомстили. «Присоединяйся! Мужик ты или нет?» – обратились к нему друзья. И Дима тоже начал наносить удары по лежащему однокласснику: «Получи, ублюдок! Еще что-нибудь про меня скажешь – получишь еще. И любой из вас получит». Дима чувствовал, что он – настоящий мужик, получал удовольствие от ощущения собственной силы и значимости, от того, что у него есть настоящие друзья и вместе они – сила!

Продолжение следует.

3. Рефлексия.

Вопросы на рефлекссию:

– Как вы думаете, о чем эта история? (О дружбе, о друзьях, о поддержке, об отношении к людям, о человеке и его потребностях, о том, что любому человеку нужно иметь друзей).

– Как могут развиваться события дальше (Дима может продолжать вместе с друзьями бить отдельных людей, а может задуматься и поменять круг общения. Но у Димы нет других друзей, поэтому он, скорее всего, будет продолжать общаться с футбольными болельщиками. Он даже если не хочет никого бить, то будет это делать чтобы не потерять друзей. Дима может попасть в полицию. Или даже в тюрьму. Если ребята бьют «нерусских» – это экстремизм).

- А могли бы ребята из класса стать его друзьями? (Да, но не хотели. Чтобы до такого не доходило, нужно было не смеяться над ним и не травить, а нормально разговаривать. Общаться, помочь, поддержать, чтобы он не так стеснялся, что полный, разговаривать с ним нормально, чтобы он не думал, что не умеет общаться. Вместе пойти в спортивную секцию).
- Как вы думаете, хороших друзей себе нашел Дима? (С одной стороны – да, потому что они дружные, один за всех и все за одного, а с другой стороны – у них занятия не очень хорошие. На футбол ходить – ладно, но людей бить – это нехорошо).
- Почему у Димы не было других друзей (стеснялся, не умел общаться, не было интересов, хобби. Часто ребята находят друзей в спортивной секции или в кружке по интересам, был плохого мнения о себе, думал, что с ним никто не хочет общаться).
- Как вы думаете, что общего у членов компании футбольных фанатов (Любят футбол, болеют за Спартак, хотят быть вместе и быть сильными, хотят, чтобы их боялись).
- Представьте, что Дима – ваш одноклассник. Что одноклассники могли бы сделать для того, чтобы Дима не искал себе друзей среди футбольных фанатов? (Разговаривать с ним, посоветовать побеседовать с психологом, говорить ему комплименты, чтобы он не думал, что такой уж плохой и с ним никто не хочет общаться, вместе куда-нибудь ходить, вместе бегать по утрам, чтобы он похудел и т. д.) Высказываются все дети по очереди, ответы фиксируются на доску.
- Как вы думаете, если бы одноклассники относились к Диме подобным образом, как бы он чувствовал себя в классе? Он бы начал дружить с футбольными фанатами?

4. Выводы.

Итак, мы обсудили историю. А теперь давайте представим, что мальчик Дима учится в вашем классе. Скажите, что каждый из вас готов сделать для Димы, для того, чтобы ему было в классе комфортно и он не был согласен на «любых» друзей? (Ответы фиксируются на доске)

Посмотрите, пожалуйста, на наш список. Некоторые ответы повторялись. И это говорит о том, что у нас много общего. И это список того, как нужно относиться друг к другу чтобы всем было комфортно. Плакат остается у вас в классе для того, чтобы мы не забывали о том, как важно внимательно относиться друг к другу и что конкретно мы можем сделать чтобы поддержать одноклассника.

До свидания!

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ТАЙНА ТОЛЕРАНТНОЙ ПЛАНЕТЫ» (КЛАССНЫЙ ЧАС С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА)

Епихина Е. Ю.
ГБОУ Школа № 2044, г. Москва

Целевая аудитория – обучающиеся 4–6 класса школы.

Ожидаемый эффект: развитие умения слушать и слышать другого, повышение коммуникативной культуры, эмпатии, доброжелательности, знакомство с понятием «толерантность», формирование индивидуальных жизненных ценностей.

Время, необходимое на подготовку – 3–4 часа.

Время, необходимое на проведение – 1 час.

Вспомогательные материалы:

- 1) Листы А4 разного цвета (синий, красный, белый, зеленый), на которых распечатаны слова «уважение», «понимание», «равенство», «сотрудничество». Каждый из листов разрезан, как пазл, на несколько кусочков. В совокупности должно получиться количество кусочков, равных числу участников данной игры и равное (+1) по цветам.
- 2) Доска-флипчарт магнитно-маркерная, маркеры или листы бумаги, фломастеры, карандаши.
- 3) Магниты.
- 4) Приложение 1 (напечатанное черным шрифтом), карандаши.
- 5) Ладони из разноцветной бумаги по числу участников.
- 6) Запись песни «Большой хоровод» А. Хайта и Б. Савельева.

Краткое описание идеи: в виде игры-тренинга рассмотреть ценности, которые объединяют разных людей, познакомиться с понятием «толерантность».

План подготовки: внесение корректировок в сценарий в соответствии с запросом или зрелостью группы.

Подготовка вспомогательных материалов.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Стулья стоят 4 группами с отметками (табличками) красного, синего, белого и зеленого цветов.

Задание 1.

Перед началом игры при входе в класс ребята вразнобой получают кусочки разноцветного пазла и инструкцию объединиться по группам по цвету, занять соответствующее своей группе место и собрать из полученных кусочков слово.

Ведущий:

Ребята, сегодня у нас с вами будет необычный урок. Я хочу напомнить вам правила, которые необходимо соблюдать, чтобы наш урок прошел интересно:

1. Говорим по очереди.
2. Внимательно слушаем того, кто говорит.
3. Обращаемся по именам, уважительно относимся к говорящему.
4. Желтый смайлик ведущего означает, что нужно поддержать тишину.

И если вы поняли и приняли наши правила, то предлагаем командам сообщить о выполнении 1 задания. Закрепите магнитами на флипчарте получившееся слово. Вы молодцы! Какие слова у вас получились? Что они означают? И для чего нам нужны эти качества?

Что будет, если однажды случится так, что из нашей жизни уйдут уважение, понимание, равенство, сотрудничество? (Слово командам 6–8 мин)

Ведущий:

Вы правы, именно благодаря уважению, пониманию, равенству, сотрудничеству люди живут дружно, избегают конфликтов. Это очень важные качества, обеспечивающие мир, покой и благополучие любого человека и любого народа.

Задание 2.

Представьте себе, что в Солнечной системе появились новые планеты. Название вашей планеты – это слово, которое вы собрали из кусочков пазла. В течение 10 минут вашей команде нужно нарисовать и описать жителя этой планеты. Какой он, что он любит, какими качествами обладает, какие его любимые занятия и т. д. (10 мин)

После подготовки каждая команда рассказывает о жителе своей планеты. (15 мин)

Ведущий: Какие замечательные инопланетяне у нас с вами получились! А кто из вас заметил, что у жителей разных планет есть что-то общее?

Задание 3. За 5 минут необходимо вспомнить, что же общее есть у жителей каждой планеты. После обсуждения команды по очереди называют общие качества. Какие вы внимательные! Сколько похожего вы нашли у абсолютно разных инопланетян.

Я вам тоже предлагаю стать ближе друг к другу. Давайте сдвинем наши стулья и сядем в круг.

Задание 4.

Ведущий: Сейчас я буду называть качества или ситуации. Если они применимы к вам, то необходимо встать и поменяться местами с кем-то из ребят, пересечь на другой стул. (7 мин)

Поменяйтесь местами те...

- Кто любит заниматься спортом?
- У кого есть домашние животные?
- Кто любит и уважает родителей?
- Кто любит рисовать?
- У кого есть брат или сестра?
- Кто любит, когда его ругают?
- Кто живет в мегаполисе?
- Кто хотя бы 1 раз был в цирке?
- У кого есть друзья?



Кто любит мороженое?
Кто любит получать подарки?
Кто любит дарить подарки?
Кто любит, когда сердятся родители?
Кто старается выручить друга, если ему нужна помощь?
Кто старается получать хорошие отметки?
У кого хороший вкус?
Кто любит ссориться? И т. д.

Ведущий:

Отлично! Ребята, игра показала, что вы, несмотря на разные интересы и увлечения, цените в окружающих доброжелательность, доброту, способны прийти на помощь тем, кто рядом.

Задание 5.

Ведущий:

Сейчас каждый из вас получит листочек и в течение 3 минут, вычеркивая букву «ъ», найдет слова.

Что обозначают получившиеся слова? Какие слова среди тех, которые вы нашли, новые или непонятные для вас?

Подсказка

Мнение – точка зрения человека, основанная на интерпретации фактов и эмоционального отношения к ним.

Чуткость – качество, характеризующее отношение человека к окружающим.

Предполагает заботу о нуждах, запросах и желаниях людей; внимательное отношение к их интересам, волнующим их проблемам, мыслям и чувствам; понимание.

Толерантность – это терпимое отношение к чему-нибудь, умение без вражды, терпеливо относиться к чужому мнению, характеру.

Задание 6.

Ведущий:

Сейчас каждому из вас я раздам ладошку. У вас есть фломастеры и карандаши.

В центре ладошки напишите свое имя, а на пальчиках те качества, которые вы считаете важными в общении абсолютно разных людей (разных интересов, возможностей, народов, рас, религий). (3 мин)

Дети свои ладошки объединяют в большой венок.

Звучит песня «Большой хоровод» А. Хайта и Б. Савельева.

Приложение 1.

ь	ь	ь		ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ч	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		д	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	у	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	т		о	л	е	р	а	н	т	н	о	с	т	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		б	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	к	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		р	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	о	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		о	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	с	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		т	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	а	ь	т	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	у	в		а	ж	е	н	и	е	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	м		и	л	о	с	е	р	д	и	е	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	н		ь	ь	ь	ь	ь	а	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	е		ь	ь	ь	ь	ь	в	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	н		ь	ь	ь	ь	т	е	р	п	и	м	о	с	т	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	и		ь	ь	ь	ь	ь	н	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	е		ь	ь	ь	ь	ь	с	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		ь	ь	ь	с	о	т	р	у	д	н	и	ч	е	с	т	в	о	ь	ь
ь	ь	ь		ь	ь	ь	ь	ь	в	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь	ь
ь	ь	ь		ь	д	о	б	р	о	ж	е	л	а	т	е	л	ь	н	о	с	т	ь

Приложение 2

Пример размещения ладошек



ИНТЕРАКТИВНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ «ВРЕДНЫЕ СОВЕТЫ ОТ ШКОЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПРИМИРЕНИЯ. ПРАВИЛА РАЦИОНАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ». ТЕХНИКА «Я-ВЫСКАЗЫВАНИЕ»

**Клинкова Е. А.
ГБОУ Школа № 1285, г. Москва**

Целевая аудитория: ученики 4–6 классов.

Ожидаемый эффект:

- Освоение навыка продуктивного общения и эффективного выхода из конфликта.
- Освоение правила рационального поведения и уважительного общения даже в сложной ситуации.
- Умение выражать свои чувства приемлемым способом.
- Участники упражнения получают возможность «снять маску» – их собеседники (одноклассники) ближе их узнают.
- Внимание и толерантность к чувствам других людей: отсутствие авторитарной направленности в общении, а также требований согласия с собственной позицией при игнорировании чужой точки зрения.

Время на подготовку – 5 минут.

Время на проведение – 25 минут.

Вспомогательные материалы:

- Электронная доска с ноутбуком и возможностью выхода в интернет.
- Флешка с роликом (если нет возможности выйти в интернет)
<https://cloud.mail.ru/public/byQU/jW6jDR8SZ>
- Разноцветные листочки для заметок, по 5 штук 5 разных цветов (с учетом количества учеников в классе).
- Бланки «Помогатор» (примеры «я-высказываний»).
- Бланки с кейсами из ролика и вопросами для команд.
- Флипчарт и маркеры (синие и зеленые) для записи ответов.

Краткое описание идеи

Основная цель активности – дать представление учащимся о правиле рационального поведения в конфликтной ситуации в понятном для них формате. Таким образом дети не только учатся обозначать и выражать свои чувства, но и прислушиваться к другим людям, постепенно уходя от агрессивной и авторитарной направленности в общении, благодаря альтернативным решениям. Проводит куратор ШСП и юные волонтеры (2–3 обучающихся). При входе в класс детям выдаются небольшие разноцветные листочки для заметок (5 цветов, по 5–6 штук каждого цвета). Знакомство с участниками, вступительное слово. Вопрос: «С каких слов обычно начинаются ссоры у вас лично?» (ответы детей)
Просмотр ролика <https://www.youtube.com/watch?v=QRNp0bmNN00> до 1:08.
Остановка ролика.

Обсуждение историй, которые были продемонстрированы в ролике с детьми. Ответы ребят ведущие записывают на флипчарт. Если ребенок отвечает, что последствия самые благополучные, спросить, а услышит ли твою точку зрения человек, поймет ли, что ты обижен или зол, если рассказывать только про его недостатки? Что услышит собеседник? *(Ответы можно также записать на флипчарт)*

Вопрос: Как превратить бессмысленный спор в диалог и уверенно показать свою позицию? *(ответы детей)*

Разделить детей на мини-группы (по 5–6 человек), согласно цвету листочка для записей. Раздать бланки с кейсами и бланки «Помогаторы».

Инструкция к заданию, пример ответа.

Дети группами отвечают на вопросы 10 минут *(возможно с небольшой помощью ведущих по обозначению чувств)*. Один из участников каждой команды по очереди представляет ответы классу.

Обратная связь от ведущих.

Продолжение просмотра ролика с правильными вариантами.

Рефлексия: Что было самым сложным в процессе превращения в «Я-высказывания»?

Обсуждение. Ответы вносим на флипчарт.

Заключительные слова. Приглашение в Школьную службу примирения.

План подготовки

- Подготовить цветные листы для заметок (5 цветов, по 5–6 штук каждого цвета).
- Печать банков с заданиями и бланков «Помогатор» из расчета 1 лист на 5–6 учащихся.
- Проверка оборудования для демонстрации ролика.
- Подготовить флеш-носитель с роликом.
- Подготовить флипчарт в кабинете, где проводится активность, а также маркеры и запасную бумагу.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Проводит куратор ШСП и юные волонтеры (2–3 обучающихся).

При входе в класс детям выдаются небольшие разноцветные листочки для заметок (5 цветов, по 5–6 штук каждого цвета).

В: Здравствуйте, ребята. Сегодня мы – школьная служба примирения «Пазл доверия», пришли к вам, чтобы узнать, как вы ссоритесь. Да-да, именно так. Просим ответить на вопрос: «С каких слов обычно начинаются ссоры у вас лично?» *(ответы детей)*

В: Ну что ж, тогда предлагаем сейчас посмотреть наши «Вредные советы», после которых конфликтов и ссор с друзьями точно не миновать.

Просмотр ролика <https://www.youtube.com/watch?v=QRNp0bmNN00> до 1:08.

Остановка ролика.



В: Ну что ж, вот такие они «Ты-высказывания». Не только обижают и задевают нашего оппонента, но и нам самим приносят вред. А почему? Чем может закончиться такие истории, которые вы увидели на экране?

Ответы ребят ведущие записывают на флипчарт. Если ребенок отвечает, что последствия самые благополучные, спросить, а услышит ли твою точку зрения человек, поймет ли, что ты обижен или зол, если рассказывать только про его недостатки? Что услышит собеседник? (Ответы можно также записать на флипчарт).

В: Как мы видим, картина совсем не радужная. Давайте обсудим, как перевести ситуацию в нужное русло. Как превратить бессмысленный спор в диалог и уверенно показать свою позицию.

Разделить детей на мини-группы (по 5–6 человек), согласно цвету листочка для записей. Раздать бланки с кейсами и бланки «Помогатор».

В: Это волшебство очень простое, попробуйте в каждом из заданий местоимение «Ты» заменить на «Я» или «Сейчас я чувствую...» Разные варианты напечатаны на ваших «Помогаторах».

Давайте попробуем: прочитайте кейсы и в строчках для ответов запишите, как по-другому можно было бы обратиться к человеку в данной ситуации:

«Вы говорите: «Ты очень виноват!»»

А могли бы сказать^ «Твое поведение меня огорчило. Ты можешь так больше не поступать?»

В: На подготовку вашим командам дается 10 минут, а потом один представитель команды расскажет, что же у вас получилось.

Обсуждение в командах (возможно с небольшой помощью ведущих по обозначению чувств).

Представление того, что получилось у команд по очереди.

В: Ребята, нам кажется, что у вас очень хорошо получилось из «Ты-высказываний» сделать «Я-высказывания». То, что вы ошибались? тоже вполне нормально, наука общения одна из самых сложных, но зато и самых важных в жизни человека. Хотите узнать полезные советы про «Я-высказывание»? Тогда внимание на экран!

Досматриваем ролик с 1.08 до конца

Давайте немного обсудим, что было самым сложным в процессе превращения в «Я-высказывания»?

Обсуждение. Ответы вносим на флипчарт.

В: Согласны с вашим мнением, ведь мы, тоже обучаясь в Школьной службе примирения, сталкивались с такими сложностями и все время тренировали этот навык. Чего желаем и вам.

Помните! Общение — это искусство, которому можно научиться!

Ждём вас в нашей службе примирения «Пазл доверия!»

Из доверия сложим пазл школьной жизни!



ПРИЛОЖЕНИЕ

ПОМОГАТОР

«Я считаю, что эта ситуация уже происходила и нам необходимо с тобой принять решение, как исправить ситуацию».

«Я чувствую... (эмоция), когда ты... (поведение), и я хочу... (описание действия)».

«Я пришел в раздражение, когда увидел, что ты... (поступок), и я хочу, чтобы ты ... (приемлемое условие, выход из ситуации)».

«Я очень беспокоилась (расстроилась, разозлилась), когда ты... (поступок), и я хочу, чтобы ты... (варианты решения ситуации)».

«В связи с твоим... (поступок) я чувствую раздражение (злость, грусть и т. п.). Давай договоримся, что если в следующий раз ты.... (поступок), то скажи мне (предупреди), чтобы я зря не волновалась».



Задание

1. «Это ты во всем виноват! Мне все с тобой понятно».

ОТВЕТ _____

2. «Смотри, что ты натворил! Ты поступил ужасно!»

ОТВЕТ _____

3. «Ну ты как всегда! Хоть бы извинился!»

ОТВЕТ _____

4. «Помнишь, ты меня толкнул в 1 классе? А я прекрасно помню, как ты себя вел!»

ОТВЕТ _____

5. «Ты самый ужасный ученик в нашем классе!»

ОТВЕТ _____

6. «Да ты посмотри, во что ты одета?! Еще мне замечание делаешь!»

ОТВЕТ _____



МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «СОЛНЦЕ ВСЕМ НА ПЛАНЕТЕ ОДИНАКОВО СВЕТИТ!»

Козменко В.В.
МОБУ СОШ №34 г. Таганрог

Технология: игровая.

Целевая аудитория: учащиеся 10–12 лет.

Ожидаемый эффект: результатом данной активности ожидается более глубокое осознание участниками мероприятия понятия «толерантности», формирование у учащихся уважительного отношения к окружающим, понятие стереотипов и формирование собственного мнения.

Время на подготовку: 15 минут.

Время на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: для проведения активности потребуется два листа А4, два шаблона солнца, лучи для солнца (*полоски с напечатанными суждениями*) (*приложение 1*), карточки с названиями стереотипов (*приложение 2*), фотография одного типажа человека (*приложение 2*), шаблон ствола дерева или рисунок на доске (*приложение 3*), листы отрывного блокнота с клейкой основой (*по количеству участников*).

Краткое описание идеи: в игровой форме донести участникам понятие толерантность, стереотипы, акцентировать внимание ребят на эмоциональном вовлечении, создании для них реального опыта, которое поспособствует формированию толерантного мировоззрения.

Подробное описание: мероприятие рассчитано на группу до 24 участников. В ходе мероприятия проводится семь упражнений, чередующихся в определённом порядке. Занятие заканчивается подведением итогов и рефлексией. Рекомендуется обратить внимание на взаимодействие учащихся в группах, проявление симпатии и антипатии.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Упражнение 1. Аплодисменты

Цель: создание для группы благоприятной обстановки.

Вводное слово: Сейчас я буду задавать вопросы, а вам необходимо хлопнуть в ладоши, каждый раз увеличивая количество хлопков на один, если вы согласны с моим утверждением. Примерные вопросы:

- Сегодня хорошая погода? (*один хлопок*)
- Я рад сегодня видеть своих одноклассников? (*два хлопка*)
- Мне интересно узнать сегодня что-то новое? (*три хлопка и т. д.*)



- Я готов сейчас к работе в классе?
- У меня хорошее настроение?
- Я хочу пожелать хорошего настроения всем участникам этого занятия?

Упражнение 2. Явное сходство

Цель: разделение учащихся на команды, нахождение общих сходств во внешности с одноклассниками, создание доверия в коллективе.

Вводное слово: Прежде чем начать, нам необходимо разделиться на команды по признаку сходства.

Ход упражнения: Приглашаются два ученика (*капитаны групп*). Им необходимо пригласить в свою группу ученика, схожего по внешнему признаку (*к примеру, с таким же цветом глаз*), затем второго ученика. Присоединившийся в группу должен выбрать третьего по такому же принципу (*например, длина волос, цвет обуви или одежды и т. п.*)

Рефлексия: Как мы заметили, все мы внешне похожи друг на друга какими-либо признаками и, благодаря этому, собрались в группу. Как вы думаете, можем ли мы найти сходство с любым человеком в обществе? Как вы считаете, хорошо ли быть похожим на кого-то или лучше не походить ни на кого ни в чём?

Упражнение 3. Толерантность и антитолерантность

Цель: знакомство с понятием толерантности у учащихся и формирование личного отношения к понятию.

Раздаточный материал: два шаблона солнца, лучи для солнца (*полоски с напечатанными суждениями*).

Вводное слово: Ребята, перед вами два солнца – счастливое и грустное. Счастливое – это проявление толерантности, грустные – это антитолерантность. Как вы понимаете эти понятия? Вам необходимо прикрепить лучики к солнышку из этих предложенных суждений, которые больше подходят вашему.

Ход упражнения: на доску крепятся два шаблона солнца: одно с улыбкой, второе грустное (*толерантность и антитолерантность*). Двум командам выдается пакет лучиков с напечатанными суждениями. Командам предлагается разобрать лучи и прикрепить к своему шаблону подходящие суждения.

Одной команде предлагается прикрепить к солнцу лучи с надписями, характеризующими это понятие (примеры: прощение, сострадание, уважение прав других, уважение человеческого достоинства, терпимость к чужим мнениям, уважение к другим религиям, терпимость к другому поведению, милосердие, сочувствие, принятие другого таким, какой он есть, великодушие). Второй команде предлагается прикрепить к солнцу лучи с противоположными мнениями (примеры: неуважение к чужой религии, непринятие другого внешнего вида, жестокость, ненависть, непринятие чужого мнения, неприязнь к иной национальности, неуважение к правам других).

Рефлексия: Обсуждение двух получившихся изображений. Дискуссии с группами. Что для вас значит толерантность? Почему выбрали именно эти суждения? Что общего в этих суждениях?

Упражнение 4. Отличия

Цель: разделение двух команд на четыре, проанализировать свои отличия от других участников.

Раздаточный материал: два листа А4.

Вводное слово: Сейчас вам предлагается в своих группах выписать, чем вы друг от друга отличаетесь, и разделиться на две команды в своих группах (*к примеру: половина группы любит футбол, половина волейбол или половина группы болельщики одной футбольной команды, а вторая половина болеет за другую команду*).

Ход упражнения: Каждой команде предлагается выписать различия своих участников и разделиться на две команды по убеждениям, увлечениям или др.

Рефлексия: Как много отличий вы заметили в своей группе? И тем не менее в этих отличиях у вас также нашлись сторонники.

Упражнение 5. Крокодил по имени Стереотип

Цель: выяснить, что такое стереотипы и почему они существуют.

Раздаточный материал: карточки с названием стереотипов профессий, национальностей или социального положения (*к примеру, учитель, начальник, бедняк, японец и др.*).

Вводное слово: Сейчас сыграем с вами в знакомую всем игру крокодил, только сегодня нашего крокодила зовут Стереотип. Вы знаете, что такое стереотипы?

Каждой команде необходимо достать карточку и в команде обыграть сценку, показывающую тип человека, который указан на карточке.

Ход упражнения: Команды берут карточки, знакомятся с тем, какой типаж указан.

Придумывают сценки, как показать своего персонажа. На подготовку даётся от 3 до 5 минут. По очереди команды показывают мини-сценки.

Рефлексия: Сложно ли было отгадывать, кого нам демонстрировали другие команды? Почему мы быстро понимали, о ком идёт речь? Как вы думаете, откуда взялись стереотипы?

Упражнение 6. Эксперимент

Цель: продемонстрировать учащимся на примере эксперимента, как мы зависим от ярлыков, как на основе чужого высказывания формируется наше представление о человеке.

Раздаточный материал: фотография одного человека.

Вводное слово: Ребята, сейчас мы с вами проведём небольшой эксперимент.

Просим двух желающих принять участие в эксперименте выйти из аудитории.

Посмотрите на это фото, что вы можете сказать об этом человеке, как вы думаете, кто он, кем может работать, какой у него характер?

Ход упражнения: Просим двух человек покинуть аудиторию, показываем фотографию человека остальным участникам. Обсуждаем, каким характером может обладать этот персонаж, как с ним можно вести общение.

Просим войти первого участника эксперимента. Посмотри на фото, это в прошлом опасный преступник. Как ты думаешь, какие качества его характера, как он себя ведёт, как бы ты общался с таким человеком? Слушаем его мнение.

Просим войти второго участника. Посмотри на это фото. Это в прошлом победитель спортивных олимпиад. И задаём те же самые вопросы.

Рефлексия: Обсуждаем с ребятами, почему на одного и того же персонажа у двух участников эксперимента разные взгляды. Как поспособствовала характеристика на этих персонажей для формирования мнения участников. Можно ли судить по чужим словам о человеке?

Упражнение 7. Дерево добра

Цель: найти методы справиться с установками, ярлыками и стереотипами.

Сформировать индивидуальный образ поведения.

Раздаточный материал: шаблон ствола дерева или рисунок на доске, листы отрывного блокнота с клейкой основой (по количеству участников).

Вводное слово: Каждому из вас на листочке необходимо написать, как бороться с антитолерантностью, как себя вести, когда на кого-то вешают ярлык, как сложить мнение о человеке, если вам уже что-то про него рассказали.

Ход упражнения: Каждому участнику выдается листочек, на котором участнику предложено написать своё поведения в ситуации антитолерантности. Затем эти листочки, проговаривая, каждый подходит крепить на дерево. Затем происходит обсуждение действий и мнений.

Рефлексия: Подумайте, что каждый из вас может сделать, чтобы не попасть в ловушку стереотипов и чужого мнения, как вести себя в ситуации антитолерантности?

Подводим итоги мероприятия: Ребята, о чём был наш сегодняшний урок. Что нового для себя узнали. Что интересного для себя отметили?



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ «ДИСКРИМИНАЦИЯ»

Кузнецова Е. С.

МБОУ «СОШ № 15 с углубленным изучением отдельных предметов»
г. Гусь-Хрустальный

Целевая аудитория: 15–18 лет.

Ожидаемый эффект: нивелирование поведения подростков старшей возрастной группы, приводящего к дискриминационным действиям в отношении друг к другу и окружающих.

Время, необходимое на подготовку: 1 час.

Время, необходимое на проведение: 45 минут – 1 час.

Вспомогательные материалы: лента сигнальная бело-красная (либо жёлто-чёрная) на липкой основе; иллюстрации на каждую группу (3 шт.); тексты для каждого участника группы; карандаши/ручки для работы в группах; флипчарт/ магнитная доска; альбомные листы А4 (либо большие стикеры); карточки 3 цветов (можно использовать квадратики цветной бумаги).

Краткое описание идеи: участников разделяют на 3 группы и помещают в «ограниченное» сигнальной лентой пространство. Изучая материалы, которые представлены у них на столах, участники делают вывод о том, что они были распределены в группы по различным видам дискриминации. Они ищут способы борьбы с подобным поведением. В конце участники делают вывод о том, что нельзя судить человека лишь по отдельным его характеристикам и «помещать его в определённую коробку с ярлыком». В конце участники покидают свои «коробки», в которые их поместил ведущий, если их взгляды противоречат тем рамкам, в которые их искусственно поставили.

План подготовки

1. Распечатать необходимые материалы: картинки и тексты для групп.
2. Расставить столы для 3 групп участников таким образом, чтобы они сидели лицом друг к другу и вполоборота к ведущему.
3. Ограничить зону стола сигнальной лентой (удобнее всего использовать сигнальную ленту – скотч).
4. На стол необходимо поставить цветной флажок (при входе участник получает цветной квадратик и подходит к столу с флажком такого же цвета).
5. На стол необходимо положить основное фото (см. приложения № 1, 2, 3) и конверт с текстами/кейс – заданиями (либо ведущий раздаст кейс – задания в ходе урока) – см. приложения № 4, 5, 6.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Действия ведущего	Действия участников
1. При входе ведущий раздает входящим карточки 3-х цветов: жёлтые/ зелёные/ синие, тем самым разделяя их на 3 группы. 2. Ведущий приветствует участников. – Моя дорогая «жёлтая» группа! Как у вас дела? У меня потрясающе. Надеюсь, у нас будет замечательное занятие, и вы прекрасно проведёте время. Пожалуйста, давайте начнём. Я желаю вам удивительного дня. «Зелёная группа» – рада познакомиться. Давайте немного поработаем, и я надеюсь на успех. «Синие» – приветствую. Как вы видите, вы окружены рамками. Вы в «коробках». Я, не зная вас, распределила вас по этим «коробкам». Но что это за «коробки»? И захотите ли остаться внутри них к концу нашего занятия, вот в чем вопрос? Давайте разбираться. 3. На картинках, которые вы видите в центре вашего стола, представлены несколько произведений искусства: скульптура, инсталляция, боди-арт. Все они объединены единой темой. И все создатели этих произведений искусства хотели передать свои мысли о проблеме, которая является очень животрепещущей на сегодняшний момент. Пожалуйста, посмотрите на них и подумайте, какой смысл мог вкладывать в них автор. Обсудите свои идеи и напишите их на стикерах, которые вы также видите на своём столе. Один человек представляет мнение группы.	1. Участник, получив цветную карточку, садится за стол с цветным флажком того цвета, что и у него на карточке. 2. Участники поддерживают смол-ток с ведущим. 3. «Зелёные» начинают. Они описывают свои ассоциации, вызванные картиной, где представлены три белые ложки и одна сломленная чёрная. Приклеивают стикер со словами на флипчарт. Затем «жёлтые» и «синие».

4. Спасибо за ваши ассоциации и ответы. Представьте, что вы позже будете рассказывать о нашей встрече в интернете и чтобы ваш пост был успешен, необходимо добавить к нему несколько хештегов. И для нашего занятия нам необходимо выбрать главное слово, которое бы объединило бы все наши ассоциации. 5. Все мы понимаем, что одного хештега для успешного поста недостаточно. У меня есть несколько хештегов для вас (приложение №2), и я попрошу вас выбрать те, которые не относятся к теме дискриминации и исключить их. Теперь посмотрите на оставшиеся хештеги и подберите хештег именно своей группе. (Ведущий раздаёт карточки с хештегами на столы). 6. Теперь у ваших групп/«коробок» есть название. «Жёлтая» группа – вы находитесь в коробке «Сексизм», «Зелёные» – вы находитесь в «коробке» «Расизм», «Синие» – «Лукизм». Давайте вместе попытаемся найти выход из этих коробок. 7. Скажите, кто из вас сталкивался с дискриминацией когда-либо? Думаю, все так или иначе. Сегодня мы попытаемся на примере нескольких историй подумать, как справиться с дискриминацией. И самое главное – понять, как предотвратить дискриминационные действия в нашей собственной жизни?	4. Участники предлагают варианты для общего названия урока и выходят на слово, объединяющее все представленные ими ассоциации, выходят на слово «ДИСКРИМИНАЦИЯ». 5. Участники «отсеивают» хештеги и определяют ведущий хештег своей группы. 6. Участники читают тексты, выполняют индивидуальное задание, заполняют таблицу. Затем они рассказывают о случае, с которым они познакомились, и отвечают на свои индивидуальные вопросы по очереди. 7. Участники приходят к выводу, что речь во всех трёх историях идёт о подростках одного возраста и из одной школы.
---	---



8. Откройте конверты, которые видите на ваших столах, в них вы найдёте истории. Ваши задачи: 1. Прочитать историю. 2. Сделать индивидуальное задание, которое есть на ваших карточках. 3. Представить результат своей работы. 4. Слушая другую группу, заполнить таблицу. У вас есть 5 минут. (Приложения №3,4) 9. Итак, мы послушали все истории. Есть ли что-то, что их объединяет. 10. Нам необходимо дать совет нашим героям. Как вы знаете, им советовали успокоиться, промолчать и не делать ничего. Всё это случилось в одной школе. Давайте попытаемся помочь им. Что должно быть сделано, чтобы изменить ситуацию? Представьте, что «жёлтые» – это ученики этой школы. Какой бы был ваш совет в этой ситуации? «Зелёные» – вы учителя. «Синие» – вы будете говорить от лица директора школы. У вас 3 минуты, чтобы обдумать всё и затем представить их. И помните о нашем главном вопросе: – Что нужно делать, чтобы остановить дискриминацию? 11. Я хочу вернуться ещё раз к нашему главному вопросу: «Что нужно делать, чтобы остановить дискриминацию?» Постарайтесь дать лаконичный ответ.	8. Представляют результаты своей работы. 9. Дают свои ответы на главный вопрос урока. 10. Участники покидают свои «коробки». 11. Участники подписывают открытки и обмениваются ими. Стикеры с отзывами они оставляют на стене.
--	--



- | | |
|--|--|
| <p>12. Если обобщить всё сказанное вами, то, увидев дискриминационные действия, нам НЕЛЬЗЯ МОЛЧАТЬ, нам не следует помещать людей в «коробки». Вся теория дискриминации сводится к одному – «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ». «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ» сделать что-то, работать где-то, носить ту или иную одежду, потому что ты женщина. И это возводит стены сексизма. «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ» быть здесь, оставаться здесь, дышать здесь, потому что ты не из нашей группы, класса, расы. И это стены расизма. «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ» делать это, потому что ты слишком молод, стар, не в том весе, не с той стрижкой – и это стены лукизма. «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ», «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ», «ТЫ НЕ МОЖЕШЬ».</p> <p>13. И у меня остался только один вопрос: «Вы действительно хотите оставаться внутри этих «коробок?» Если вы не разделяете позиции сексизма, расизма и лукизма – выйдите за рамки, выйдите за рамки.</p> <p>14. Мы живём с вами в сообществе и не можем жить без неких «рамок» и «коробок», в которых нам бывает порой очень уютно. Но мы можем выбрать «коробку» и построить «рамки» любви и взаимоуважения вокруг нас. На открытках, которые я вам сейчас раздам, напишите, какие рамки вы выбираете, и затем вы можете обменяться ими друг с другом. Без открытки не должен остаться никто.</p> <p>15. На стикерах напишите, понравилось ли вам наше занятие, и оставьте их на нашей стене. Спасибо.</p> | |
|--|--|



ЖЁЛТЫЕ

СИНИЕ

ЗЕЛЁНЫЕ

Хорошего дня!

Приложение №1

Жёлтая группа



Зелёная группа





Синяя группа



Приложение №2

#мило

#любовь

#мояжизнь

#сексизм

#потрясающе

#лукизм

#расизм

#лучшийдень

#вконтакте

#я

#селфи

#пикничок

Приложение № 3

Жёлтая группа

Н.

Возраст: 17

Школа: Школа 1

Н. – ученик старших классов в Школе 1. Он пытается понять, что он будет делать после окончания школы. Он решил не заниматься ресторанным бизнесом, как его отец, и рассматривает другие варианты для себя. В связи с этим отец перестал общаться с ним. Н. считает, что отец абсолютно не понимает его. Его мать не хочет принимать чью-либо сторону в этом конфликте и избегает разговоров на эту тему. У Н. есть несколько двоюродных братьев и сестёр, с которыми он часто проводит время. Ему нравится присматривать за ними, и он думает о профессии, связанной с работой с детьми. Н. хочет присоединиться к педагогической программе в своей школе. Но он понимает, что если присоединиться к этой программе, то все парни его класса будут смеяться над ним, и никогда ему этого не забудут. Поэтому он отправился на курсы продавцов, которые не так ему интересны, но, по крайней мере, его не будут называть «девчонкой».



Зелёная группа

С.

Возраст: 16

Школа: Школа 1

Даже во время перемены, когда вокруг десятки людей, С. всегда один. Теперь он всё время один. Разговоры с учителями не помогли. Их советы – «подожди, не переживай, дай своим одноклассникам время узнать тебя» – не работали.

С. поменял школу в прошлом году, и он этого с нетерпением ждал, потому что хотел встретить новых людей. Он был крайне уверен в том, что всё будет замечательно. Он был хорошистом. Был общителен, и в предыдущей школе проблем с одноклассниками никогда не возникало. Первый день в новой школе был довольно-таки неплохим. Он поболтал с несколькими ребятами, и учителя были неплохими, а уроки интересными.

Но на следующий день С. получил сообщение от одного из одноклассников – «оставь свой бешбармак дома». Текст этого сообщения был на доске, и все в классе поняли, что это о нём. С. был растерян и шокирован. В тот день он увидел, что больше людей его национальности в той школе не было.



Синяя группа

Ю.

Возраст: 17

Школа: Школа 1

Ю. любила играть в футбол с самых ранних лет, и она была звездой своей футбольной команды в школе. Когда же она перешла в Школу 1в середине года, крайне удивилась, что у них не было футбольной секции. На уроке физкультуры у нее появился шанс проявить себя и показать свой талант. Она была лучше всех, даже мальчишки не могли с ней сравниться. Она «вытаскивала» самые безнадежные мячи, и, благодаря этому, её команда вела в счёте. После одного из довольно-таки жёсткого момента игры один из парней из другой команды сказал, что не собирается больше играть против «этого». Перед всем классом он назвал её «выродком». Он смеялся над её «ручищами мужика» и сказал, что соболезнует тем, кто пойдёт с ней на свидание. Тренер попросил её не реагировать на эти глупые выходки и промолчать.





Приложение 4.

УЧАСТНИК 1

1. Прочитайте текст.
2. У вас есть три минуты, чтобы подготовить рассказ о главном герое истории.
3. В рассказе употребляйте фразы: «Мы прочитали историю о... Он не знает... Он решил...»

УЧАСТНИК 2

1. Прочитайте текст.
2. У вас есть три минуты, чтобы быть готовым назвать основную проблему главного героя.
3. В рассказе употребляйте фразы: «Я полагаю/думаю/считаю... главная проблема... Я думаю так, потому что...»

УЧАСТНИК 3

1. Прочитайте текст.
2. У вас есть три минуты, чтобы быть готовым назвать дискриминационные фразы и выражения из текста.
3. В рассказе употребляйте фразы: «Я полагаю/думаю/считаю их дискриминационными, потому что...»

УЧАСТНИК 4

1. Прочитайте текст.
2. У вас есть три минуты, чтобы быть готовым сказать, пытались ли окружающие люди решить проблему и какие советы они дали главному герою.
3. В рассказе употребляйте фразы: «Я полагаю/думаю/считаю их дискриминационными, потому что...»



Заполните таблицу, слушая выступление других групп

Имя	Возраст	Школа	Проблема	Совет	Вид дискриминации

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ТОЛЕРАНТНОСТЬ К СЕБЕ И ДРУГИМ»

Мосина Е. С.

МАОУ «Гимназия № 96 г. Челябинска», г. Челябинск

Целевая аудитория: учащиеся 13–14 лет.

Цели:

- показать, как отношение к себе связано с толерантностью к другим;
- показать, как толерантность к другим формируется из толерантного отношения к себе и толерантности по отношению к партнерам по группе;
- показать роль чувства собственного достоинства в системе самоотношения личности;
- поддержать процесс формирования у учащихся позитивной самооценки;
- дать возможность подростку осознать свои способности, личностные черты; показать способы толерантного общения.

ХОД РАБОТЫ

Разминка

Упражнение «Построиться по ...»

Цель: повышение уровня сплоченности, взаимопонимания и согласованности действий в группе.

Время: 5 минут.

Проведение: участникам группы предлагается без использования слов построиться:

- ✓ по росту;
- ✓ по последовательности дней рождения;
- ✓ в алфавитном порядке имен.

Упражнение «Аплодисменты»

Цель: повышение настроения и самооценки, активизация участников группы.

Время: 5 минут.

Проведение:

Участники сидят в кругу. Ведущий просит встать всех тех, кто обладает определенными умениями или качеством (например, «Встаньте все те, кто умеет вышивать, кататься на горных лыжах, любит смотреть сериалы, мечтает научиться играть в гольф и т. п.»). Остальные участники группы аплодируют тем, кто встал.

Основное содержание занятия

Упражнение «Кто похвалит себя лучше всех»

Цель: развитие навыков ведения позитивного внутреннего диалога о самом себе; развитие способности к самоанализу.

Время: 15 минут.

Материалы: фрагмент мультфильма «Зеркальце» («Союзмультфильм», 1967 год), бланки.

«Мои лучшие качества»

Мои лучшие черты	Мои способности и таланты	Мои достижения

Подготовка. На доске подготовлена таблица, как на бланках.

Процедура проведения.

Ребята сидят в кругу.

Ведущий: У каждого из людей случаются приступы хандры, плохого настроения, когда складывается впечатление, что ничего не представляешь в жизни, ничего не получается, начинаем казаться себе ничтожными и беспомощными. «... быть пессимистом проще всего», – замечает герой романа Йена Макьюэна «Ореховая скорлупа». Негативный опыт фиксируется в сознании глубже, чем позитивный, объясняет психолог Элисон Леджервуд. Чтобы видеть положительные стороны жизни, нужно прилагать большие усилия. Каждому из нас есть чем гордиться.

В психологическом консультировании используют такой прием. Психолог вместе с обратившимся к нему человеком составляет памятку, в которую заносят достоинства, достижения, способности. Во время «хандры» чтение памятки придает бодрости и позволяет оценивать себя более адекватно. Ведущий предлагает участникам проделать подобную работу.

Участникам раздаются бланки с таблицами, в которых они должны самостоятельно заполнить следующие графы.

«Мои лучшие черты» – записывают черты или особенности своего характера, которые им в себе нравятся и составляют их сильную сторону.

«Мои способности и таланты» – записываются способности и таланты в любой сфере, которыми человек может гордиться.

«Мои достижения» – записываются достижения участника в любой области.

Ведущий на свое усмотрение (в зависимости от уровня достижения в группе) предлагает членам группы зачитать свои памятки.

Заполненные памятки остаются у участников.

Упражнение «Неуверенный – уверенный – самоуверенный»

Цель: дать опыт проживания психологических состояний неуверенности, самоуверенности, уверенности в себе; исследовать стили общения, соответствующие этим состояниям.

Время: 20 минут.

Проведение: участники стоят в кругу. Ведущий дает инструкцию: «Иногда мы чувствуем свое превосходство над другими людьми и ведем себя крайне самоуверенно, а иногда мы бываем не уверены в себе и страдаем от этого. Но можно быть уверенным человеком, не являясь при этом высокомерным. Уверенный в себе человек всегда вызывает у окружающих доверие и симпатию. Сейчас мы попробуем почувствовать каждое из этих состояний». Ведущий разбивает участников на пары. Один из партнеров исполняет роль самоуверенного, а другой – неуверенного в себе человека. Каждый из них должен



принять такую позу, чтобы всем было видно, кто какую роль исполняет. Тот, кто играет роль «самоуверенного», рассказывает своему партнеру о том, что ему дает ощущение превосходства: описывает позу, голос, манеру общаться, мысли, поступки, которые он может совершить. Например: «Я горд. У меня прямая спина. У меня громкий и четкий голос. Мне неинтересно мнение других. Я всегда могу дать отпор и поставить на место другого!»

Неуверенный: «Я хожу, потупив голову. Я ничего не умею. Меня не за что любить. Я серость и посредственность. Я не пользуюсь авторитетом».

Затем участники обмениваются ролями и повторяют.

После ведущий предлагает обоим партнерам попробовать почувствовать себя уверенными людьми, которые ни над кем не возносятся, но не чувствуют себя хуже других. Затем ведущий задает вопросы:

- Чем отличается ваше поведение, когда уверены в себе?
- Как при этом себя чувствуете?
- Расскажите друг другу, что вам больше всего нравится в состоянии, когда вы «равны».

Обсуждение:

- Как общаются с другими неуверенные и самоуверенные люди? Какое они производят впечатление?
- Каковы основные характеристики уверенного в себе человека? Чем он отличается от самоуверенного? Часто ли вы встречали уверенных в себе людей?
- Расскажите о своих чувствах в роли неуверенного, уверенного и самоуверенного человека.

Упражнение «Как быть толерантным в общении»

Цель: обучение конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.

Время: 20 минут.

Проведение. Каждый из нас иногда попадает в конфликтные ситуации: ссорится, получает незаслуженные обвинения. Каждый по-своему выходит из подобных ситуаций: одни обижаются, другие дают отпор, третьи ищут конструктивное решение. Можно ли выйти из конфликтной ситуации с помощью толерантного поведения, сохранив достоинство и не унизив другого? Ведущий предлагает кому-нибудь из участников группы вспомнить и рассказать ситуацию, когда его обидели. Этот участник выступает в роли «жертвы», другой в роли обидчика. Участники разыгрывают сцену. Используя предложенную ниже схему, «обиженный» пытается достойно выйти из ситуации. Например, мама отчитывает при друзьях за несделанную уборку.

Схема достойного выхода из ситуации:

- Начни разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: «Когда ты накричала на меня при ребятах...»
- Передай чувства, возникшие у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека от отношения к тебе: «...я почувствовал себя неудобно...»
- Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи ему другой вариант поведения, устраивающий тебя: «... поэтому в следующий раз я прошу тебя высказывать свои замечания не в присутствии моих друзей...»



- Скажи, как ты себя поведешь в случае, если человек изменит свое поведение: «...тогда я буду прислушиваться к твоим замечаниям».

Предлагается выполнить это задание нескольким парам (вариант – каждой паре предлагается ситуация и 1 минута для разрешения конфликта).

Обсуждение: участники высказывают свое мнение о том, чей выход из ситуации оказался наиболее удачным, конструктивным и почему.

Рефлексия-занятия

- Как отношение к себе влияет на отношение к другим людям?
- Легко ли было обнаружить в себе положительные черты, способности и похвалить себя?
- Какое поведение характерно для вас при разрешении конфликтных ситуаций?
- Каковы преимущества толерантного общения?

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ЛОМАЕМ СТЕРЕОТИПЫ»

Нагаева К. П.
ГБОУ ДО ЦРТДЮ «Пресня», г. Москва

Целевая аудитория: обучающиеся 6-х классов.

Ожидаемый эффект: познакомить обучающихся с понятием «стереотип»; показать важность отказа от стереотипов при взаимодействии с другими людьми.

Время, необходимое на проведение: 30 минут.

Вспомогательные материалы: доска для записей учителя; раздаточные карточки (Приложения); листки; ручки.

Краткое описание идеи: на занятии обучающиеся на личном опыте смогут убедиться в том, что зачастую стереотипы являются недостоверными и искажают реальные факты.

План подготовки: Учитель должен изучить материал по теме «Стереотипы», ознакомиться с основными стереотипами, существующими в современном мире, подумать над тем, какие вопросы могут задать дети и подготовить на них ответы. Также учителю необходимо подготовить раздаточные карточки на компьютере и распечатать их. В целом начать подготовку учитель должен не позднее, чем за день до мероприятия.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Учитель: Добрый день, друзья! Сегодня на занятии мы с вами попытаемся сломать стереотипы, с которыми каждый из нас так или иначе сталкивается в своей повседневной жизни. К сожалению, порой непросто заметить наличие стереотипов в своих мыслях, а еще сложнее понять тот вред, который они приносят всему обществу и каждому из нас.

Конечно, стереотипы носят не только негативную окраску, но сегодня мы с вами будем говорить именно об этой категории стереотипов. Но, прежде чем мы с вами продолжим, давайте вспомним, что такое стереотипы.

Обучающиеся дают свои ответы, учитель тезисно записывает их на доску.

Учитель: Подводя итоги всему озвученному вами, можно сделать вывод, что стереотип – это штамп, клише. В обиходе означает некое устоявшееся мнение, суждение, сложившееся о каком-либо объекте, явлении, процессе. Поскольку стереотип не принимает во внимание индивидуальные отличия объекта, явления, процесса, он чаще всего оказывается ложным, а потому вредным.

Далее учитель делит всех обучающихся на три группы, и они по очереди вытягивают одну из раздаточных карточек к первому упражнению.

(Приложение 1)

Учитель: Ребята, первое упражнение, которое мы с вами выполним, будет заключаться в том, что каждая из групп заполнит карточку, которую вытянула,

после чего зачитает вслух то, что получилось. На обсуждение и заполнение карточки у вас есть 5 минут.

Каждая группа по очереди зачитывает то, что получилось. После выступления каждой из групп учитель задает вопросы для обсуждения.

Учитель: С какими сложностями вы столкнулись при выполнении этого задания? Согласны ли вы с тем, что у вас получилось? Можете ли вы опровергнуть написанное?

Учитель подводит вывод о том, что судить о какой-либо нации, основываясь на существующих стереотипах, неправильно. Такие стереотипы вряд ли будут верными и подтверждаться какими-то реальными фактами.

Учитель: Ребята, мы с вами переходим к выполнению следующего задания. Вам нужно посмотреть на изображения людей и пофантазировать о том, какой у них характер, чем они занимаются и какие у них увлечения. На обсуждение и выполнение задания у вас есть 7 минут. *(Приложение 2)*

Каждая группа по очереди зачитывает то, что получилось. После выступления каждой из групп учитель задает вопросы для обсуждения.

Учитель: На основании ваших ответов, мы можем выделить следующие стереотипы, на которые вы ориентировались, когда составляли описания портретов:

1. Когда вы анализировали людей в очках, в спортивных костюмах – это стереотипы о внешности.
2. Когда подбирали под описание профессию – это был профессиональный стереотип.
3. Когда говорили об особенностях разных народов – это этнический стереотип.
4. Когда обсуждали различные поколения людей – это имелся в виду возрастной стереотип.

Такие стереотипы имеют место в нашей жизни, и очень часто мы даем оценку другим людям, ориентируясь именно на них.

С какими сложностями вы столкнулись при выполнении этого задания? Согласны ли вы с тем, что у вас получилось? Можете ли вы опровергнуть написанное?

Учитель, обобщая сказанное, делает вывод о том, что не стоит поспешно оценивать человека, ориентируясь лишь на его внешний вид.

Учитель: Мы с вами переходим к последнему заданию. Вам необходимо хорошо подумать и вспомнить такой случай, когда ваши друзья или знакомые рассказывали вам о человеке, а при встрече он оказывался совсем другим.

После обсуждения ситуаций учитель делает вывод о том, что даже если друзья рассказывают вам о ком-то, кого вы не знаете, этот человек при знакомстве с вами может оказаться совсем другим. Поэтому, опять же, не стоит делать поспешных выводов.

В заключение учитель задает вопросы на рефлекссию.

Учитель: Ребята, что нового вы сегодня узнали? Какая основная мысль нашего сегодняшнего занятия? Что бы вы хотели исследовать более подробно?

Приложение 1

Упражнение 1

Группа 1

Русские:

- Мы все знаем, что русские любят...
- Русских можно отличить по...
- Русские всегда поступают...
- Все остальные считают, что русские...

Группа 2

Армяне:

- Мы все знаем, что армяне любят...
- Армян всегда можно отличить по...
- Армяне всегда поступают...
- Все остальные считают, что армяне...

Группа 3

Грузины:

- Мы все знаем, что грузины любят...
- Грузин можно отличить по...
- Грузины всегда поступают...
- Все остальные считают, что грузины...



Приложение 2

Упражнение 2

- Какое впечатление производят на вас этот человек, что вы о нем думаете?
- Какой профессией он может обладать?
- Какой характер у этого человека?

1.



2.



3.



4.



5.



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ИНТЕРЕСНЫЕ РАЗЛИЧИЯ»

Ноина Д. А.
ГБОУ ДО ЦРТДЮ «Пресня», г. Москва

Целевая аудитория: учащиеся 15–17 лет.

Ожидаемый эффект: ребята увидят, насколько разнообразен и удивителен наш мир и люди, населяющие его. Смогут взглянуть по-другому на привычные вещи, узнают новую интересную информацию и поймут, что отличия являются лишь фактором многообразия. Отойдут от привычных стереотипов.

Время, необходимое на подготовку: одна неделя.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: карточки с заданиями и инструкциями, бланки для заполнения и представления своей команды.

Краткое описание идеи: ребята делятся на команды в зависимости от количества участников, каждая команда получает задание на карточке с определенной тематикой (предметы, слова, знаки и т. д.), которое должна представить другим командам по завершении тайминга.

План подготовки: за неделю до проведения активности педагог начинает знакомить детей с различиями культур, связанных с отличием в месте рождения, проживания, традиций и прочего. Подготовка может проводиться в рамках небольших уточняющих бесед и представления интересных фактов для формирования у детей понимания о том, что привычные вещи могут отличаться. В завершении ребятам предлагается выполнить командное задание.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Вначале все участники разделяются на команды по 3–5 человек. Каждой команде раздаются карточки, на которой написано несколько (3) городов (например, Москва, Псков, Екатеринбург, Самара и т. д.). Также в карточках участники могут увидеть категорию (1), которую они будут сравнивать в различных городах (например, праздники, традиции, названия продуктов, названия деталей городской среды). Задача участников найти основные различия в привычных названиях (например, бордюр-поребрик, булка-батон, горсть-жменька и т. д.). На выполнение задания участникам отводится 25 минут, после чего необходимо представить свои результаты. Для поиска ребята могут пользоваться всеми доступными средствами поиска. Команда, предоставившая наибольшее количество отличий, считается победителями. В завершении мероприятия с участниками проводится беседа о найденных различиях, ведущий задает вопросы:

1. Интересно ли вам было проводить такое исследование?
2. Узнали ли вы для себя что-то новое?
3. Как вы думаете, удивились ли люди из других регионов, узнав, как у нас называются привычные им вещи?
4. Как вы думаете, какое значение имеют такие различия?



ПРАКТИКУМ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА «КОНФЛИКТЫ И СПОСОБЫ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ»

Нырова Л. Ю.

МБОУ «СОШ № 4 имени А. В. Суворова», г. Геленджик

Целевая аудитория: начинающие свою деятельность педагоги-психологи, педагоги. Можно использовать упражнения и в работе с подростками.

Ожидаемый эффект: участники определяют понятие «конфликт», научатся видеть его положительные стороны, осознают свои способы действия в конфликте; освоят эффективные средства выражения своих эмоций; освоят навыки конструктивного выхода из конфликтных ситуаций.

Время, необходимое на подготовку: 10–15 минут.

Время, необходимое на проведение: 1,5–2 часа.

Вспомогательные материалы: магнитная доска, листы бумаги А4 и карандаши простые по количеству участников, стулья, мяч.

Краткое описание идеи: через упражнения: «Линия», «Ассоциации», «Яблочко и червячок», «Забор», «Другими словами» способствовать выработке навыков конструктивного выхода из конфликтных ситуаций; разрушению привычных стереотипов поведения в конфликтных ситуациях.

ПЛАН ПОДГОТОВКИ

1. Составить краткий план конспекта. При желании добавить свои упражнения на разминку, окончание тренинга, убрать упражнения, если время проведения меньше предлагаемого.
2. Распечатать упражнения для опоры и расположить их на небольшом красивом (сзади) мини-планшете или формат большой открытки – отдельно каждое. Удобно и эстетично.
3. Подготовить все необходимые материалы.
4. Владеть теоретическими знаниями по конфликтологии.
5. Положительный эмоциональный настрой и желание провести практикум с элементами тренинга.

«Конфликты и способы их разрешения»

Цель: повысить компетентность начинающих свою деятельность педагогов-психологов в области психологии **конфликтов**.

Задачи:

1. познакомить педагогов-психологов с понятием «конфликт»;
2. способствовать выработке навыков конструктивного выхода из конфликтных ситуаций;

3. установить контакты между участниками;
4. способствовать разрушению привычных стереотипов поведения в конфликтных ситуациях.

Предварительная работа: Подбор раздаточного информационного материала для педагогов «Стратегии поведения в конфликтной ситуации».

Необходимые материалы: магнитная доска, листы бумаги А4 и карандаши простые по количеству участников, стулья, мяч.

ХОД ТРЕНИНГА

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ»

Создание положительного эмоционального настроения, введение в работу.

Участники рассчитываются на 1-й, 2-й, образуют внутренний и внешний круг.

Каждый участник внутреннего круга стоит в паре с участником внешнего круга – положение «карусель». Внутренний круг неподвижен. По команде ведущего пары приветствуют друг друга, затем представители внешнего круга переходят к соседу слева и т. д.

Ведущий объявляет, что сейчас все будут здороваться друг с другом, но не совсем привычными способами. Ведущий хлопает в ладоши и кричит: «Как деловые люди – рукопожатием!» Все пожимают друг другу руки. Затем ведущий хлопает в ладоши и выкрикивает: «Правыми коленями!» Все касаются коленом колена и здороваются и т. д. Можно здороваться:

- правыми локтями;
- левыми коленками;
- затылками;
- спинами;
- реверансом, как французские короли и королевы;
- как африканские слоны, громко топая ногами;
- без помощи слов и рук, а только взглядом (например, подмигиванием);
- старым русским обычаем – трехкратным поцелуем (сопровождаем фразой: «Ба! Какие люди!») и т. п.

Шеринг: изменилось ли и как самочувствие и эмоциональное состояние после упражнения.

«ШУШАНИКА МИНИЧНА»

Материал: карточки к упражнению «Шушаника Минична» (см Приложение 1).

Содержание. Упражнение выполняется в кругу. Каждый участник группы получает карточку, на которой написано имя и отчество. Затем один из участников спрашивает своего соседа слева: «Скажите, пожалуйста, как вас зовут?» Тот читает вслух имя на карточке, например: «Шушаника Минична». В ответ на это первый участник должен ответить любой фразой, при этом обязательно повторить услышанное имя собеседника. Например: «Очень приятно, Шушаника Минична, с вами познакомиться» или «Какое у вас необычное, красивое имя, Шушаника Минична». После ответа Шушаника Минична задает вопрос своему соседу слева:



«Представьтесь, пожалуйста» и т. д. до тех пор, пока очередь не дойдет до первого участника.

Рефлексия. После выполнения данного упражнения участники начинают замечать, что им пришлось активизировать свою память, кто-то даже использовал мнемотехнические приемы, известные ему давно или изобретенные тут же. Участники делятся этими приемами в кругу. Многие из них считают, что это упражнение – хорошая гимнастика для памяти.

Рекомендации. Если круг больше 10–12 человек, то некоторые участники устают слушать других. Несмотря на это, можно проводить упражнение только в одном кругу, без деления на подгруппы. Чтобы повысить мотивацию, можно ввести следующий игровой элемент. Если кто-то из участников не может произнести имя соседа, он обращается за помощью к любому представителю группы: «Марина, помоги мне, пожалуйста». Этот простой прием помогает активизировать внимание всех участников.

УПРАЖНЕНИЕ «ЛИНИЯ»

Скажите группе: «Представьте линию, проведенную из одного угла комнаты в противоположный угол. Выстройтесь на этой воображаемой линии следующим образом. Если вы считаете, что конфликт – это всегда плохо, займите место в правом углу. Если вы считаете, что и то, и другое, то встаньте по середине линии ближе к одному или другому краю. Выбери себе место на линии, которое покажет ваше отношение к конфликту».

Хорошо то и другое плохо

Когда все выбрали свое место, спросите: «Кто-нибудь хочет объяснить, почему он выбрал именно данное место на линии?» Дайте слово нескольким участникам с разных позиций.

Затем скажите: «Сойдите с линии, потому что я хочу провести другую. Когда вы думаете, что вам предстоит конфликт, вы сразу же приступаете к действиям или пытаетесь уйти, спрятаться от конфликта? Или вы просто ждете и ничего не делаете настолько долго, насколько это возможно? А возможно, вы не всегда поступаете одинаково, но какова ваша типичная реакция? Если же вы сразу действуете – займите место в правом углу, если стараетесь уйти от конфликта – идите в левый угол, если вы выжидаете – станьте посередине. Еще раз напоминаю, вы можете выбрать любое место на линии». Снова предложите объяснить их выбор. В конце упражнения скажите: «Если вы желаете по-другому реагировать на конфликт, пожалуйста, займите то место, где бы вы хотели быть. Дайте время на перестановку, затем предложите всем сесть.

Уход, ожидание, действие.

Рефлексия

Водная, лекционная часть **тренинга**.

– Как известно, мы сталкиваемся с **конфликтами довольно часто**, и в принципе – это процесс довольно естественный, хоть и опасный. У меня вопрос к вам, что такое **конфликт и чем он так опасен**? Есть ли плюсы у **конфликта**?

Конфликт – это скрытое или явное противодействие сторон, чьи интересы в какой-либо сфере начали конкурировать между собой.

Конфликт – это явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов и потребностей одного человека.

Конфликты являются естественной частью нашей жизни. Так как все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной возникновения **конфликтов** (барьеров в общении).

– Причин у **конфликта** достаточно много. Чаще **конфликты** преобладают в женских коллективах в силу того, что женщины более эмоциональны и зачастую **конфликт** носит «личностный» характер.

УПРАЖНЕНИЕ «АССОЦИАЦИИ»

На доске или листе бумаги ведущий пишет слово КОНФЛИКТ.

Предлагает группе по одному перечислить слова, приходящие в голову при слове конфликт, такие как, например, «боль, борьба, энергия, изменения». Как и во время разминки, не должно быть объяснения. Лидеры лишь могут предлагать свои варианты, если процесс идет медленно. Когда идей больше нет или лист бумаги заполнен полностью, просмотрите вместе с группой составленный список слов. Возьмите два маркера разного цвета (либо используйте знаки «плюс», «минус»). Спросите какие слова являются положительными, какие отрицательными и, соответственно, отметьте их. Заметьте, что некоторые слова, такие как «сила» – нейтральные. Возможно, с группой возникнут разногласия, которые нет необходимости разрешать по определению отдельных слов на ту или иную категорию. Спросите у участников, есть ли еще «положительные» или «отрицательные».

Рефлексия

ИГРА «КАПУСТА-КАРТОШКА»

Разделиться на две команды. Доказать достоинства капусты и картошки:

1 группа – чем полезна капуста;

2 группа – чем полезна картошка.

Ваши ощущения, какие выводы?

– Очевидно, что в **конфликте** оба оппонента считают себя совершенно правыми, и каждый пытается довести до собеседника свою точку зрения, избирая при этом разные стратегии поведения. Какую стратегию используете вы, сейчас узнаем.

УПРАЖНЕНИЕ «ЯБЛОКО И ЧЕРВЯЧОК»

Сядьте поудобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы яблоко.

Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любят вас, восхищаются. Вдруг откуда ни возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!» Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза и запишите свой ответ.

Обсуждение.

– Подведем итог. Кто обладает сильной волей и не очень заинтересованный в сотрудничестве, тот смог отстоять себя, не выслушав доводы.



- Кто-то, используя стиль сотрудничества, смог договориться, сдерживая свои эмоции, принимая во внимание нужды и желания другой стороны (т. червяка). Кто-то договорился, и каждая сторона в чем-то уступила друг другу. Были и те, кто не пожелал тратить время на разговоры и смирился со своей участью. То же самое происходит и в отношениях между людьми.
- Очень часто **конфликт** закрывает наши глаза, уши... мы не можем прислушаться, понять оппонента, определить его мотивы.

УПРАЖНЕНИЕ «ЗАБОР»

Участники объединяются для игры в тройки. Каждый игрок присваивает себе обозначение А, В или С. Затем ведущий сообщает задание: тройка должна вырабатывать общее решение – в какой цвет покрасить забор. Но ситуация осложняется тем, что каждый игрок лишен одного канала восприятия или передачи информации.

А – слепой, но слышит и говорит.

В – глухой, но может видеть и двигаться.

С – он все видит и все слышит, но не может двигаться.

Предложить завязать глаза, заткнуть уши, привязать себя к стулу.

Вопросы: Ощущения? Сложности?

- Нужно помнить, что **практически** по любому вопросу у разных людей взгляды отличаются. Люди-то разные! Эти отличия естественны и нормальны. При этом в **конфликтных** ситуациях мы ведем себя по-разному.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПИРОГ»

Данное упражнение позволит определить стратегию вашего поведения в конфликтной ситуации.

Представьте себе, что к вам на день рождения пришли друзья пить чай с праздничным тортом, украшенным шоколадными фигурками, дольками засахаренных фруктов. Торт небольшой, его надо разрезать. Как вы, как именинник, себя поведете? (выберите один ответ из 5 предложенных вариантов)

Варианты поведения и соответствующие им стратегии поведения:

1. Откажетесь разрезать, попросите кого-нибудь из гостей или родных об этом, дабы никого не обидеть. (Избегание)
 2. Разрежете сами, на свое усмотрение, кому какой кусок – неважно, себе – лучший. (Конкуренция)
 3. Учтете пожелания гостей, себе возьмете кусок, какой достанется. (Приспособление)
 4. Постараетесь поделить поровну между всеми участниками праздника, включая и себя. (Сотрудничество)
 5. Скажете, что торта вам не очень хочется, пусть он весь достанется гостям, а вот шоколадные фигурки вы бы съели. (Компромисс)
- Выбрали? Давайте разберем каждую стратегию.

Итак. Американский психолог Кеннет Томас выделяет пять **способов выхода из конфликтной ситуации**:



1. Конкуренция (соревнование) предполагает сосредоточение внимания только на своих интересах, полное игнорирование интересов партнера. «Чтобы я победил, ты должен проиграть».
2. Избегание (уклонение) характеризуется отсутствием внимания как к своим интересам, так и к интересам партнера. «Мне все равно, выиграешь ты или проиграешь, но я знаю, что в этом участия не принимаю».
3. Компромисс представляет собой достижение «половинчатой» выгоды каждой стороной. «Чтобы каждый из нас что-то выиграл, каждый из нас должен что-то проиграть».
4. Приспособление предполагает повышенное внимание к интересам другого человека, при этом собственные интересы отходят на задний план. «Чтобы ты выиграл, я должен проиграть».
5. Сотрудничество является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон. «Чтобы выиграл я, ты тоже должен выиграть».

Соперничество приемлемо:

- * когда необходимы быстрые решительные действия;
- * необходимо принять непопулярное решение по важным вопросам;
- * есть уверенность в правильности выбранного важного решения;
- * люди манипулятивно используют преимущества собственной позиции.

Сотрудничество приемлемо:

- * когда необходимо найти решение проблемы, и при этом разные позиции настолько важны, что компромисс недопустим;
- * нужно полностью использовать весь творческий потенциал сотрудников;
- * необходимо обеспечить приверженность какой-либо общей цели;
- * нужно преодолеть негативные эмоции, возникшее в опыте общения.

Избегание приемлемо:

- * когда предмет разногласий несущественен, и есть другие более важные дела;
- * отсутствует возможность удовлетворить собственные интересы;
- * вероятность разрушить отношения больше, чем улучшить их;
- * надо дать людям успокоиться, отойти от переживаний;
- * другие могут решить конфликт более эффективно;
- * перед принятием конкретных действий необходимо собрать информацию.

Приспособление приемлемо:

- * когда есть необходимость прислушаться к иной точке зрения, показать гибкость;
- * предмет разногласий важнее для других;
- * надо завоевать доверие и обеспечить прочную позицию на будущее;
- * целесообразно минимизировать потери при слабой позиции;
- * важны гармония и стабильность отношений.

Компромисс приемлем:

- * когда цели важны, но все же не стоят того, чтобы прибегать к жестким мерам для их достижения;



- *оппоненты имеют одинаковую силу, но стремятся достичь важных целей;
- *прийти к временному соглашению по важным вопросам;
- *принять приемлемое решение при недостатке времени;
- *когда нужно сделать «шаг назад», если сотрудничество и конкуренция не помогают достичь целей.

Рефлексия

В конфликте, когда человек переживает сильные отрицательные эмоции, появляются проблемы с их выражением: стресс, повышение голоса, сердцебиение, ускоренное дыхание, побледнение, грубые слова, которые унижают другого.

Есть два вида утверждений, которые можно использовать во время конфликтной ситуации. Одним из наиболее эффективных средств выражения своих эмоций есть понимания своих чувств и способность об этом сказать своему сопернику. **Такой способ называется «Я-утверждение».** Такое утверждение улучшают взаимоотношения, **напротив, «Ты-утверждение»** подрывают их и ведут к углублению конфликта. Используя «я-утверждение», мы концентрируем свое внимание на том, что мы сами думаем или чувствуем в конфликтной ситуации, при этом мы не предъявляем обвинение и не осуждаем других людей.

УПРАЖНЕНИЕ «ДРУГИМИ СЛОВАМИ»

В этом упражнении вам предлагается поработать над неконструктивными установками в общении с другими людьми, которые зачастую приводят к возникновению или еще большему усугублению конфликта. Обычно нас раздражает, а порой и просто выводит из себя, когда другой человек говорит нам фразы типа: «Ты должен...», «Это твоя обязанность...», «С тобой невозможно разговаривать...», «Ты безответственный человек» и т. п.

Эти и подобные высказывания приводят к возникновению барьеров общения, увеличению напряжения. Поэтому очень важно, особенно в конфликтной ситуации, отслеживать неконструктивные установки в общении.

Сейчас я вам раздам листочки с высказываниями, ваша задача – перефразировать ряд неконструктивных утверждений в конструктивные. **Например, «Ты должен принести мне книгу». (Я была бы рада, если бы ты принёс мне книгу).**

- «Он должен заботиться обо мне». (Мне хочется, чтобы он заботился обо мне);
- «Ты не должна была ходить на ту вечеринку». (Я бы предпочел, чтобы ты не ходила на вечеринку);
- «Ты ни разу в жизни для меня ничего не сделала!» (Мне не хватает внимания и заботы с твоей стороны);
- «Ты должна была предвидеть возможные трудности». (Мне хотелось, чтоб ты предвидела возможные трудности); «Меня обидели!» (Я предпочла обидеться);
- «Меня заставили». (Я не сумела отказаться);
- «Он – упрямый осёл». (Я не смог убедить его);
- «Он меня унизил». (Мне было неприятно);
- «Прекрати меня злить!» (Я начинаю злиться);
- «Ты должна мне дать программу, книгу» (Мне хотелось бы, чтоб ты дала мне программу, книгу).

Обсуждение: просто – сложно перефразировать?

Вывод: Успешное решение любой конфликтной ситуации, неизбежно связано со способностью прощать.

Во всех конфликтных ситуациях каждый человек контролирует исключительно свои действия и не может контролировать действия, реакцию других. Если вы не прощаете своего обидчика, то вредите лишь самому себе. Вы можете принять решение извинить вашего обидчика независимо от того, примет он ваше прощение или нет.

Прощение означает, что вы «отпускаете» свой гнев и не собираетесь мстить.

Избежать конфликта также можно согласием и ответить на выпад (оскорбление, обвинение) не противостоянием, что только усугубит конфликт, а согласием, при этом не отступая от своей позиции, например: «Ты никогда не сдерживаешь взятые на себя обязательства!» – «Иногда я выполняю свои обязанности, иногда мне приходится их нарушать».

УПРАЖНЕНИЕ «СОГЛАСИЕ»

Развитие конфликта зачастую напоминает снежный ком. Небрежно брошенная фраза перерастает в ругань с личными оскорблениями, навешиванием ярлыков и т. п. Это создаёт практически непреодолимые барьеры в общении, которые гораздо легче предотвратить, нежели разрешить конфликт на стадии их возникновения. Но тем не менее есть техники, которые позволяют в некоторой степени смягчить напряженность ситуации даже в том случае, когда одна или обе из конфликтующих сторон теряют контроль над собой, над своими эмоциями и словами.

Одна из таких техник состоит в том, чтобы найти в словах партнёра **что-то, с чем можно согласиться**, и ответить на его выпад (оскорбление, обвинение, приказ) не противостоянием, что только усугубит конфликт, **а согласием**, при этом не отступая от своей позиции. Например:

1. «Ты совсем с ума сошла!» – «Иногда может показаться, что я действую не как обычные люди»;
2. «Ты никогда не сдерживаешь взятые на себя обязательства!» – «Иногда я выполняю свои обязанности, иногда мне приходится их нарушать»;
3. «Прекрати разговаривать со мной в таком тоне!» – «Бывает, что мой тон кажется обидным для собеседника»;
4. «На нашей работе по-настоящему работаю только я!» – «Да, вы действительно тратите много времени и сил на работу».

Упражнение выполняется в парах. Сначала один участник нападает, а второй пытается перевести диалог в мирное русло, затем они меняются местами.

Возможно проводить упражнение и в общем круге, тогда на фразу-стимул даётся сразу несколько вариантов ответов, что расширяет репертуар реакций участников.

Чтение и обсуждение притчи. Притча о сплетнях «Три сита»

Один человек пришел к своему Наставнику и спросил:

- Знаешь ли ты, что сказал сегодня о тебе твой друг?
- Подожди, – остановил его Учитель, – просей сначала все, что ты собираешься сказать через три сита.
- Три сита?
- Прежде чем что-нибудь говорить, нужно трижды просеять это. Во-первых, просеять через сито правды. Ты уверен, что все, что ты хочешь сказать мне, есть правда?

- Да нет, я просто слышал...
- Очень хорошо. Значит, ты не знаешь, правда это или нет. Тогда просеем это через второе сито – сито доброты.
Ты хочешь сказать о моем друге что-то хорошее?
- Нет, напротив...
- Значит, – продолжал Учитель, – ты собираешься сказать о нем что-то плохое, но при этом даже не уверен, что это правда. Попробуем третье сито – сито пользы. Так ли уж необходимо услышать мне то, что ты хочешь рассказать?
- Нет, в этом нет никакой необходимости...
- Итак, – заключил Наставник, – в том, что ты хочешь сказать мне нет ни правды, ни доброты, ни необходимости.

Зачем тогда говорить это?

Для избегания **конфликтов** рекомендуется задаться такой целью: выработать в себе умение говорить с людьми прямо, сообразно обстоятельствам и не терять при этом хладнокровия. Здесь есть одна важная деталь – нужно научиться не поддаваться чужому влиянию.

Вы можете ознакомиться со схемой достойного выхода из конфликта и забрать распечатку с собой.

УПРАЖНЕНИЕ «КУВШИН СЧАСТЬЯ»

Ведущий просит участников тренинга встать, образовав круг. Между участниками должно быть такое расстояние, чтобы они не соприкасались вытянутыми в стороны руками.

Ведущий предлагает размяться. Сначала он показывает на себе: с глубоким вдохом поднимает руки вверх, становится на цыпочки, секунд 5–10 так стоит, потом с выдохом опускает руки. После этого ведущий даёт объяснения: встав на цыпочки, он представил, что руки его образуют большой кувшин, и в этот кувшин со всех сторон слетаются «капли радости и удачи»; скоро они наполняют весь кувшин, после этого он переворачивается, и вся «радость и удача» выливается на голову и тело.

После этого ведущий проделывает это упражнение опять, вместе с участниками.

Рефлексия «Конверты»

Педагогам предлагается свои ответы разложить по 4 конвертам:

Мне понравилось...

Мне не понравилось...

Я задумалась...

В следующий раз мне хотелось бы...

Приложение 1.

Карточки к упражнению «Шушаника Минична»

Вильгельмина Авелевна	Глориза Провна
Геновефа Иркнеевна	Вивиана Ионична
Савватия Стратониковна	Феосения Патрикиевна
Вожена Гедеоновна	Беата Нифонтовна
Домитилла Ювенальевна	Антигона Маевна
Препедигна Аристидовна	Синклитикия Рубеновна
Ермиония Питиримовна	Вестита Евменьевна
Вевея Вуколовна	Апфия Мартирьевна
Голиндуха Хрисанфовна	Нунехия Амфилохьевна
Аста Радиевна	Геласия Доримедонтовна
Иовилла Иеронимовна	Агафоклия Наркисовна
Кетевань Варнавична	Рипсимия Флегонтовна
Ксафиппа Викулична	Велимира Афинодоровна
Фессалоникия Якубовна	Мамелфа Корнельевна
Венцеслава Витовирвна	Эннафа Варсонофьевна
Шушаника Минична	Маркеллина Ермилична

Упражнение «Другими словами». Неконструктивные утверждения

- «Он должен заботиться обо мне».
- «Ты не должна была ходить на ту вечеринку»
- «Ты ни разу в жизни для меня ничего не сделала!»
- «Ты должна была предвидеть возможные трудности»
- «Меня обидели!»
- «Меня заставили».
- «Он – упрямый осёл».
- «Он меня унизил».
- «Прекрати меня злить!»
- «Ты должна мне дать программу, книгу»

Упражнение «Согласие»

«Ты совсем с ума сошла!» –

«Ты никогда не сдерживаешь взятые на себя обязательства!» –
«Прекрати разговаривать со мной в таком тоне!» –
«На нашей работе по-настоящему работаю только я!»

Рефлексия. Конверты

Мне понравилось...

Мне не понравилось...

Я задумалась...

В следующий раз мне хотелось бы...

Схема достойного выхода из конфликтной ситуации

1. Начинай разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: «Когда вы незаслуженно критиковали меня при всех...»
2. Выскажи чувства, которые возникали у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: «Когда ... я чувствовал себя униженным».
3. Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи другой вариант поведения, который бы устроил тебя: «...поэтому я очень Вас прошу – в следующий раз...»
4. Скажи, как ты будешь вести себя в случае, если человек изменит свое поведение.

Схема достойного выхода из конфликтной ситуации

1. Начинай разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: «Когда вы незаслуженно критиковали меня при всех...»
2. Выскажи чувства, которые возникали у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: «Когда ... я чувствовал себя униженным».
3. Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи другой вариант поведения, который бы устроил тебя: «...поэтому я очень Вас прошу – в следующий раз...»
4. Скажи, как ты будешь вести себя в случае, если человек изменит свое поведение.

Схема достойного выхода из конфликтной ситуации.

1. Начинай разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: «Когда вы незаслуженно критиковали меня при всех...»
2. Выскажи чувства, которые возникали у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: «Когда ... я чувствовал себя униженным».
3. Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи другой вариант поведения, который бы устроил тебя: «...поэтому я очень Вас прошу – в следующий раз...»
4. Скажи, как ты будешь вести себя в случае, если человек изменит свое поведение.

Информационные источники.

1. *Авидон И., Гончукова О.* Тренинги взаимодействия в конфликте / Материалы для подготовки и проведения. «Речь» Санкт-Петербург, 2008.
2. *Агеева, И. А.* Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы / «Речь» Санкт-Петербург, 2007.
3. *Авидон И., Гончукова О.* 100 разминок, которые украсят ваш тренинг / «Речь» Санкт-Петербург, 2007.
4. *Анцупов, А. Я.* Профилактика конфликтов в школьном коллективе / «Владос» / Москва, 2004.
5. *Монина, Г. Б.; Лютова-Робертс, Е. К.* Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) / СПб.: Издательство «Речь», 2005.
6. Упражнение разминки «Кувшин» – [Электронный ресурс] // А. Я. Психология (azps.ru): [web-сайт]. 18.09.2012. – Режим доступа: <http://azps.ru/training/razminka/kuvshin.html> (18.09.2012).
7. *Фопель К.* Групповая сплоченность / «Генезис» – Москва, 2010.
8. *Чуричков А., Снегирёв В.* Копилка для тренера: Сборник разминок, необходимых в любом тренинге / СПб.: «Речь», 2006.
9. «Школьный психолог» журнал №15-2009 г. – «Конфликт» Упражнение «Праздничный пирог» / Ирина ЛОХОВА, педагог-психолог, с. Емецк, Архангельская область.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ КЛАССНЫЙ ЧАС «ДАВАЙТЕ ЗНАКОМИТЬСЯ!»

Парфёнцева Е. А.

Солигорский государственный горно-химический колледж

Целевая аудитория: группа 1 курса колледжа.

Ожидаемый эффект: учащиеся почувствуют себя комфортнее в новой группе, ощутят себя членами одного коллектива, взглянут на остальных менее предвзято, без ксенофобии.

Время, необходимое на подготовку: не более 15 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: классная доска, оборудование для просмотра мультфильма и прослушивания песни.

Краткое описание идеи: показать ребятам, которые только что поступили в колледж, что они все равные, все уникальные, все члены коллектива; научить настраиваться на объединение, а не индивидуализм.

План подготовки:

— организовать занятие в аудитории, где есть возможность включить видео и аудио.

Подробное описание

На доске цитата Сергея Лукьяненко: «Мы смотрим на мир сквозь очки с толстыми кривыми стеклами, которые нам одели в детстве. Эти очки — воспитание, культура, менталитет. От них не избавиться никогда».

Куратор: Здравствуйте, ребята. Уже месяц мы с вами живем новой жизнью в новом коллективе. Немного познакомились, но пришла пора узнать друг друга лучше.

Уильям Сомерсет Моэм говорил: «Жизнь на десять процентов состоит из того, что вы в ней делаете, а на девяносто — из того, как вы её принимаете».

А мы воспринимаем окружающих сквозь призму наших собственных убеждений, предпочтений, особенностей наших личностей. Вы согласны с записанной на доске цитатой? (Небольшой обмен мнениями) Предлагаю пересмотреть некоторые установки и научиться новому, более широкому взгляду на мир.

1. Давайте поиграем в игру «Третий лишний». На доске вы видите слова: помидор, солнце, собака. Вам надо найти признаки, объединяющие два предмета, исключив третий. А я буду отмечать, кто больше (5 минут).

(Например, солнце и собака — начинаются на одну букву, помидор и собака — находятся на земле, живые организмы и т. д.).



Подведем итоги (3 минуты).

Как вы думаете, что тренирует это упражнение? (Упражнение тренирует внимание, творческое мышление и способности сформулировать свою мысль)

У кого сколько ответов?

Что было легче, находить общие признаки или исключать? (Всегда отвечают, что легче исключать третье) Как вы думаете, почему так? (Почему-то большинству людей легче увидеть негативное, другое, отличающееся, чем объединяющее)

2. Смотрим мультфильм «Птички на проводе» (3 минуты).

Обсуждение. Возможные варианты вопросов:

Почему к такой дружелюбной птичке остальные отнеслись с неприятием? Она отличалась чем-то от них?

Чем этот мультфильм похож на упражнение «Третий лишний»?

Что мы сейчас в себе заметили?

(Искали признаки, чтобы сделать третий предмет «чужим», отделить от «нас».

Те, у кого больше всего ответов, обратите внимание – это не только способности к нестандартным решениям, но и умение найти что-то непохожее)

Помните об этом, когда смотрите на других людей.

3. Опрос: Чьи лица кажутся вам более привлекательными – незнакомцев в газете или знакомых людей?

Обсуждение (5 минут).

Вы помните свои первые впечатления друг о друге? Помните, кто показался вам привлекательным, кто не очень, кого совсем не заметили? Что изменилось сейчас? Почему так происходит?

Если человек нам симпатичен, то становится приятной и его внешность. А вот если человек груб и неприятно себя ведет, то мы перестаем видеть и красоту его лица и тела. Как обманчиво первое впечатление!

4. Давайте сейчас выполним еще одно упражнение. Оно называется «Диалог» (5 минут).

Группа разбивается на пары, затем они решают, кто будет А, а кто В. Каждый участник выбирает для обсуждения тему, которая его интересует. Затем даются задания.

1. Партнеры одновременно говорят на свою тему (45 секунд).

2. Попросить всех А говорить, о чем они хотели рассказать, в то время как все В делают что-нибудь (кроме разговоров и ухода со своего места), демонстрируя, что это их абсолютно не интересует (1 минута).

3. То же самое, но теперь В говорит, А не слушает (1 минута).

4. Предложить всем А снова говорить (они могут сменить тему, если хотят). Теперь В делают все возможное, чтобы показать, насколько им интересно, но молчат (1 минута).

5. То же самое, только А и В меняются ролями (1 минута).

По окончании обсуждения (5 минут): было это приятно или, наоборот, было ли трудно кому-нибудь говорить, по каким признакам можно определить, что вас слушают (или не слушают). Какие выводы мы можем сделать?

Конечно, мы все хотим быть услышанными. И нам недостаточно просто знать, что нас просто слушают, нам надо, чтобы с нами разговаривали. Тем самым видели нас, принимали нас.

Сталкиваемся ли мы в жизни с похожими ситуациями? Что делать, чтобы получился диалог? От кого зависит, получится ли общение?

5. Упражнение «Что общего?» Найти объединяющие признаки: самокат, мандарин, крот (5 минут).

(Например, все слова мужского рода, все могут находиться на земле и т. д.).

Подведем итоги (3 минуты).

Как вы думаете, а это упражнение что тренирует? (Развитие способности к обобщению, раскрепощение мышления).

У кого сколько ответов?

Какое влияние оказывала задача объединить?

Какие выводы мы можем сделать?

Мы учились сейчас в первую очередь видеть общее, не стараться кого-то оттолкнуть. Мы были настроены на позитив, на объединение.

6. А сейчас давайте сядем в круг и познакомимся поближе. Посмотрим, что нас объединяет, будем не только слушать, но и слышать друг друга. Называем свое имя, говорим, какую форму имени вы бы хотели слышать от окружающих, если знаете, рассказываете, почему вас так называли, чем вы увлекаетесь, в чем хороши, чему бы хотели научиться (10–15 минут).

(Куратор садится в круг к ребятам, выполнение задания, попутная беседа).

7. А сейчас «Снежный ком»: человек слева от меня называет мое имя, потом свое. Следующий слева от него называет мое имя, имя соседа справа и свое имя. И так по кругу. Заканчивать круг буду я, вот и проверим, кого мы запомнили (10 минут).

(По мере выполнения куратор подсказывает запнувшимся, он же завершает круг – тут надо обязательно назвать всех и не ошибиться. Это покажет ребятам, что куратор интересуется ими, они важны, все одинаковы).

8. А сейчас давайте разомнемся и посмотрим друг на друга: надо выстроиться по росту, цвету глаз, дням рождения (минут 7–10).

(Это упражнение позволит ребятам подвигаться, сменит вид деятельности, добавит тактильного контакта).

9. Завершающее обсуждение (5 минут).

А сейчас что вы думаете о цитате Лукьяненко?

Стереотипы и штампы никуда не денутся, но сам человек решает, готов ли он взглянуть на мир шире.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ТАКИЕ ЛИ МЫ РАЗНЫЕ?»

Петрова А. Ю.
МОУ «Средняя школа № 13»

Целевая аудитория: обучающиеся среднего звена.

Ожидаемый эффект: повышение социокультурной компетентности личности, развитие коммуникативных навыков у обучающихся, формирование уважительного отношения к себе и другим людям, развитие рефлексии и чувства эмпатии.

Время, необходимое на подготовку: 15–20 минут.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: бумага формата А4, цветные карандаши и фломастеры.

Краткое описание идеи: вначале вступительное слово о том, что человек в своей жизни встречается с разными людьми, даже ежедневно мы встречаем разных людей по возрасту, росту, цвету волос, поэтому в жизни важно принимать людей такими, какими они есть, учиться понимать друг друга. И далее предлагается выполнить ряд упражнений для формирования уважительного отношения к себе и другим.

План подготовки: подготовить вступительное слово и продумать вопросы для рефлексии.

Подробное описание: вначале вступительное слово о том, что человек в своей жизни встречается с разными людьми, даже ежедневно мы встречаем разных людей по возрасту, росту, цвету волос, поэтому в жизни важно принимать людей такими, какими они есть, учиться понимать друг друга. А сейчас предлагаю выполнить упражнения, чтобы лучше узнать о себе и других.

1. Упражнение «У вас, как и у меня...»

Возьмите лист бумаги и напишите несколько одноклассников, у которых такие же, как и у меня:

- 1) цвет глаз;
- 2) цвет волос;
- 3) интересы;
- 4) любимое животное;
- 5) отношение к дружбе;
- 6) отношение к учебе;
- 7) любовь к искусству;
- 8) нам нравится мороженое;
- 9) интересные книги;
- 10) фильм, который нравится;
- 11) есть игра, в которую интересно играть.

Итак, ребята, у каждого из вас на листочке появились группы людей, которые на вас чем-то похожи. Давайте посмотрим, что получилось. (Обсуждение).
5 мин.

2. Упражнение «Только у меня...»

Разделите лист на 2 колонки вертикально. В первой колонке сначала укажите на листочках те качества характера, которые присущи только вам, то, что умеете делать только вы или делаете лучше всех остальных.
5 мин

Затем во второй колонке напишите то, что могло бы отличать вас от всех остальных. (Обсуждение).
5 мин.

3. Упражнение «Меня отличает от вас то, ...»

Класс делится на 4-5 команд. Не вставая, разворачиваются к парте, находящейся сзади, и объединяются по 2 парты. Каждый думает и говорит, что именно характерно для него и отличает его от других. Например: «У меня 4 брата и сестра». «Я занимаюсь атлетикой (или другим спортом)». (Обсуждение). Разворачиваются на свои места.
10 минут

4. Упражнение «Моя противоположность»

Нужно придумать человека, который будет его противоположностью. Пусть расскажут, какой он, какие у него интересы, как он живет, где, есть ли у него семья. Что ты про него думаешь, какие чувства, что с тобой происходит? Желаящие отвечают или выборочно спросить.
Что у вас разного? (перечисляет)
А теперь что общего у вас с ним? (перечисляет)
5 мин.

5. Упражнение «Неотличимость»

Ребята, давайте подумаем, как обычно люди реагируют на тех, кто не похож на них? (Обсуждение: косо смотрят, могут показать пальцем, шепчут другому на ухо про него, дают кличку или прозвище, посмеиваются).
Теперь представьте, пожалуйста, что на планете стали все вдруг неотличимо похожи? Внешне, по цвету волос, кожи, характеру (пауза). С одинаковыми голосами (пауза, пока дети представляют и обратную связь дают).
Что будет? Как вам эта идея? (обсуждение)
Обсуждение выводов: 10 минут.

Одинаковых людей не бывает. Каждый из нас уникален, неповторим, по-своему талантлив. Важно научиться говорить о своих достижениях с гордостью, видеть эти качества в окружающих вас людях, уважать и ценить достоинства других.
Как вы думаете, что может нам дать общение с другими людьми? Поразмышляйте и напишите (обмен интересами, хобби, душевное тепло, дружбу, узнавание традиций



другого народа, новые рецепты, новая музыка, посоветуют новый интересный фильм и т. д.).

Рефлексия (самоанализ) проведенного занятия. Примерные вопросы для обсуждения со школьниками:

- Расскажите, ваши впечатления от занятия.
- Было ли занятие интересным и полезным? Почему?

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «КОРАБЛЬ»

Печерская Ю.В.
ГБПОУ КК ГФ «Краснодарский торгово-экономический колледж»
г. Геленджик

Целевая аудитория школьники 5–6 классов.

Ожидаемый эффект для целевой аудитории:

- Повышение толерантности, профилактика конфликтов в межличностных отношениях обучающихся, сплочение коллектива.
- Развитие чувствительности и уважения к интеллектуальным и психологическим различиям.
- Воспитание доброжелательного отношения друг к другу, развитие навыков межличностного взаимодействия со сверстниками.
- Создание благоприятного психологического климата в классе.

Материалы: Лист ватмана с заранее нарисованным кораблем, цветные пазлы, клей, маркеры.

Время, необходимое на подготовку – 1 неделя.

Время, необходимое на проведение – 45 минут.

Вспомогательные материалы: лист ватмана с заранее нарисованным кораблем, цветные пазлы, клей, маркеры.

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ИДЕИ

План подготовки

- 1 Разработка сценария.
- 2 Договоренность с классными руководителями, в классах которых можно провести мероприятие.
- 3 Проведение мероприятия.
- 4 Обсуждение.
- 5 Проведение упражнения, направленного на формирование навыков, описанных в разделе «Ожидаемый эффект для целевой аудитории».

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

1 этап. Организационный момент

Педагог:

– Здравствуйте ребята! Сегодня у нас будет необычный день. Нам предстоит построить корабль и отправится в увлекательное путешествие.

Но это не так просто, как кажется.

Для того чтобы успешно пройти все испытания, мы должны собрать надежную команду.

Разминка

Педагог:

– У каждого из нас есть свои любимые занятия, а что-то получается особенно хорошо. Но мы порой даже не подозреваем об интересах тех, кто не являются нашими друзьями, хотя можем знать этих людей не один год.

Давайте обратим внимание на своих одноклассников. Продолжите фразу: «Я умею...»

Каждый участник по очереди рассказывает о том, чем ему нравится заниматься, что он умеет делать. Педагог акцентирует внимание на том, что есть разные интересы и навыки.

2 этап. Введение в тему занятия. Основная работа – творческий этап

Педагог: Сейчас мы разделимся на две команды.

Первая команда – команда «Ученые».

Вторая команда – команда «Первооткрыватели»

(деление можно произвести, исходя из интересов, которые ребята высказали на разминке).

Теперь каждая из команд получит необычные карточки (выдаются заранее вырезанные пазлы).

На каждой из этих карточек вам будет необходимо написать по одному качеству, которыми должен обладать ученый или первооткрыватель.

После того, как все карточки подписаны, на доске размещается макет корабля.

Педагог: А теперь самый ответственный этап. Вам необходимо построить корабль.

Ученики составляют силуэт корабля из пазлов с написанными на них качествами.

А теперь давайте подумаем. Что нужно, чтобы успешно сделать любое дело?

(командная работа, понимание важности разных навыков и способностей)

Ученики отвечают.

Рефлексия

- Что вам понравилось в занятии?
- Что вы можете взять для себя из нашего общения на занятии?
- Одним словом оцените свое состояние во время занятия?

Итог занятия

Педагог: Этот корабль останется с вами, чтобы вы всегда помнили о том, что дружба помогает совершать настоящие чудеса.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «КТО ПОХИТИЛ ДОБРОТУ?»

Романова Л. И.

МБОУ СОШ №1 г. Красногорска, Московская область

НАЗВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ	УРОК-РАССЛЕДОВАНИЕ «КТО ПОХИТИЛ ДОБРОТУ?»
Целевая аудитория	10–12 лет
Ожидаемый эффект	1. Расширение знаний школьников о доброте, о её роли в жизни каждого человека. 2. Понимание смысла гуманных отношений, высокой ценности человеческой жизни. 3. Понимание необходимости строить свои отношения с людьми и поступать по законам совести, добра и справедливости.
Время, необходимое на подготовку	30 минут
Время, необходимое на проведение	45 минут
Вспомогательные материалы	Компьютер, экран, презентация, листы бумаги, цветные карандаши
Краткое описание идеи	Занятие проводится в форме расследования (это может быть классный час, внеурочное занятие, урок ОРКСЭ, ОДНКНР или обществознания). Сначала ученики осматривают место происшествия и выясняют, где находилась доброта. Затем проводят опрос свидетелей, изучают улики, проводят следственный эксперимент и выясняют, кто же похитил доброту?
План подготовки	1. Разделить класс на группы. 2. Расставить мебель так, чтобы группы располагались на расстоянии друг от друга. 3. На каждом столе заготовлены чистые листы, ручки, цветные карандаши для выполнения каждого этапа игры.

Вступительное слово ведущего

Здравствуй, ребята! Сегодня у вас хорошее настроение, а чтобы оно стало еще лучше, давайте поделимся друг с другом своим душевным теплом, добротой. Пожмите друг другу руки, подарите улыбку. Молодцы!

Ребята, сегодня у нас необычное занятие. У нас в школе произошло ЧП.

Пропала доброта. Многие школьники оскорбляют своих сверстников, грубят одноклассникам, учителям. Из-за этого возникают обиды, которые перерастают в конфликты, а нередко и в драки. Так дальше не может продолжаться. К нам обратилась администрация школы с просьбой провести расследование и найти похитителей доброты. Сегодня мы – детективное агентство. Поисками доброты будет заниматься несколько следственных групп.

1. Осмотр места происшествия

Давайте сначала выясним, где находится доброта? Для этого нам нужно будет побывать в замке Снежной королевы из сказки Г. Х. Андерсена.

На экране демонстрируется отрывок из мультфильма «Снежная королева».

(<https://disk.yandex.ru/i/y14hpo²UMRWHaA>)

После просмотра фрагмента мультфильма ребята сообщают, что доброта находится в сердце, душе, глазах человека.

2. Опрос свидетелей

Каждой группе школьников предлагается проанализировать высказывания известных личностей о доброте. Какие выводы можно сделать на основе опроса свидетелей? Насколько опасно для общества расследуемое преступление – пропажа доброты?

- Будьте добры к недобрым людям – они нуждаются в этом больше всего. Эшли Бриллиант
- Везде, где есть человек, есть возможность для добра. Сенека
- Добро – не наука, оно действие. Р. Роллан
- Добро не лежит на дороге, его случайно не подберешь. Добру человек у человека учится.

Ч. Айтматов

- Доброта – золотая цепочка, с помощью которой общество связывает себя друг с другом. Иоганн Вольфганг фон Гёте
- Доброта – язык, который могут слышать глухие и видеть слепые. Марк Твен
- Добро есть вечная, высшая цель нашей жизни. Л. Н. Толстой

3. Изучаем улики

Ребятам предлагаем найти доброе применение предметам, которые чаще всего вызывают негативные ассоциации – ремень, палка, розги.

Каждая команда предлагает свои варианты.

4. Проводим следственный эксперимент

А) Что происходит с душой человека, если ему говорить грубые слова?

Школьники смотрят социальный ролик «Слова ранят» <https://zen.yandex.ru/video/watch/60d58ebeae88aa0e890e2aaa>

Группы высказывают своё мнение после увиденного и приходят к выводу, что в отношениях с другими людьми нужно руководствоваться золотым правилом нравственности.

Б) Что происходит с человеком, которому говорят добрые слова и выражают уверенность в его силах?

- Ребятам предлагается ответ на вопрос изобразить на листе бумаги.

5. Открываем тайну

В конце занятия школьники отвечают на вопрос, кто же похитил доброту?

Кто является преступником? Каждая группа предлагает свои варианты профилактических действий, чтобы доброта не исчезла бесследно из нашего общества.

Приложение

Презентация «Кто похитил доброту?» – <https://disk.yandex.ru/i/7j8xjaW8Oj³KpQ>

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ»

Семенова Г. А.

**ГБПОУ «Колледж Железнодорожного и городского транспорта»
г. Москва**

Целевая аудитория: учащиеся 9 класса.

Ожидаемый эффект: Осознанное отношение учащихся к ситуации экстремизма, выбор модели поведения, которая может предотвратить экстремизм.

Время, необходимое для проведения: 45 мин

Вспомогательные материалы: Маркеры, листы А4, запись фильма. Техническое оборудование для показа фильма.

Краткое описание идеи: Учащиеся делятся на 3 группы по 4–5 человек. Смотрят отрывок из фильма и выполняют задание: закончить фильм театральной постановкой. Смысл фильма – предотвращение экстремизма. Группа выбирает режиссера, актеров, обсуждает сценарий и готовит театральную постановку своего варианта. На лист они выписывают возможные варианты событий, которые не вошли в постановку.

План подготовки: Подготовка маркеров листы А4, подготовка технического оборудования для демонстрации фильма. Фильм: социальный ролик «Противодействие терроризму и идеологии экстремизма» на канале UGATU Officil.

1. Разогревающие упражнения

Танец рук

Выберите себе партнера и встаньте друг напротив друга, вытяните руки и поднимите их на высоту плеч, соприкасаясь ладонями с партнером. Теперь попытайтесь, не отрывая ладоней, совершать медленные движения руками, делая это самым разнообразным способом. Найдите общий ритм. Теперь разделитесь на тройки и продолжайте это упражнение. Следите, чтобы контакт ваших рук не прерывался. А теперь превратите ваше трио в квартет и продолжайте это упражнение вчетвером.

Новый круг

Встаньте все в один большой круг и возьмитесь за руки. Расцепите руки. Одно мгновение постоит с закрытыми глазами, совершенно неподвижно, ощутите свое тело, почувствуйте свое положение в пространстве комнаты. Хорошо, если вы сумеете расслабиться и успокоиться. Когда я дам команду, вы все начнете, не открывая глаз, двигаться к центру круга до тех пор, пока не сойдетесь в середине. Сделайте это очень медленно и осторожно и вновь возьмите друг друга за руки. Пойдите минуту спокойно, не открывая глаз. Потом вы должны также медленно и спокойно отойти назад и там открыть глаза.

2. Основная часть

Ведущий предлагает ребятам вытянуть любую геометрическую фигуру (круг, квадрат, треугольник). Соответственно выбранным фигурам делит их на 3 группы.

В: После просмотра отрывка из фильма каждая группа получит задание.
(Фильм смотрим 4 м 21с и останавливаем.)

В: Ребята, о чем этот фильм? Эта история не закончена. Что было дальше, мы не знаем, но у нас есть возможность самим придумать продолжение этой истории, в которой страшный конец будет предотвращен.

В: Сейчас каждая группа получает задание: продумать варианты действий, предупреждающие экстремизм.

Нужно:

1. Записать эти действия на листах А4.

2. Написать сценарий одного из вариантов. Распределить между собой роли: режиссер, актеры. Подготовить театральную постановку. Время на подготовку 5–10 мин.

4. Каждая группа зачитывает свои варианты предотвращения взрыва в школе и показывает свою театральную постановку.

Листы А4 вывешиваются на доску.

5. В: Итак, ребята, давайте подведем итог. Я зачитаю предлагаемые вами варианты действий. (Анализирует, выделяют повторяющиеся. Делает вывод, что в этой ситуации равнодушие может стать роковым. Поэтому нужно быть внимательным, знать, куда обращаться в случае, если вы замечаете, что-то странное. Телефон экстренной помощи – 112. Телефон полиции – 02 (102).

Благодарит всех участников за оригинальные постановки и за общую работу.

ИНТЕРАКТИВНЫЙ ПОДРОСТКОВЫЙ ТРЕНИНГ «СДЕЛАЛА БОЛЬНО И ПОКИНУЛА ЧАТ» (ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРТРАВЛИ)

**Сергеева А. А.
педагог-психолог, г. Москва**

Тренинг может быть проведен в 2 вариантах: с использованием интерактивных опросников на компьютере, таких как ментиметр, aha-slides, google формы, или без их использования. Вообще подросткам интересно отвечать на вопросы онлайн и видеть результаты своих ответов на экране монитора.

Целевая аудитория: 5–9 класс

Ожидаемый эффект:

- повышение уровня осознанности детей и подростков в области онлайн общения
- размышление над договоренностями и правилами, которые помогут создать более комфортную среду в онлайн общении
- повышение способности анализировать и выявлять коммуникативные ошибки в общении

Время, необходимое на подготовку: 20 минут (если тренинг проводится с использованием интерактивного опроса через компьютер, то 60 минут)

Время, необходимое на проведение: 90 минут.

Вспомогательные материалы: проектор, флипчарт с листами, бумага А4, распечатанные кейсы на формате А4, маркеры для флипчарта, фломастеры, малярный скотч, при проведении опросов онлайн и использовании установленного на компьютер приложения для проведения интерактивных опросов (например, ментиметр) понадобится меньше вспомогательных материалов.

Формы работы, используемые инструменты: проблематизация и фокусировка на теме за счет голосования и открытых вопросов, анализ кейсов, дискуссия в формате «круглый стол»

Краткое описание: профилактика кибербуллинга среди детей и подростков, формирование безопасного онлайн-пространства для общения.

План подготовки:

- подготовить напечатанные кейсы на листах бумаги формата А4
- маркеры, фломастеры, карандаши – в достаточном количестве на всех.
- меловая доска или листы с флипчарта
- при использовании онлайн опросника – заранее подготовить опрос в нем и сделать QR коды с возможностью подключения ребят со своих телефонов

ХОД ЗАНЯТИЯ

Введение (5 минут). Ведущий проводит устный опрос с вовлечением всех участников в дискуссию, тем самым постепенно знакомя с темой встречи. Ведущий представляется и предлагает участникам очень коротко познакомиться, отвечая на вопросы поднятием руки:

- Кто из вас постоянно пользуется чатами, мессенджерами?
- Состоите ли вы в чате класса?
- Кто из вас считает, что общаться в чатах легко? Почему?
- Может кто-то считает, что при переписке в чатах могут возникать сложности? Какие?

Опрос по QR коду или опрос на листочках (10 минут). Опрос по QR коду проводится, если ребята отвечают на вопросы онлайн, в программе, которая позволит вывести результаты опроса на монитор. Далее результаты опроса выводятся на монитор для дальнейшего обсуждения.

Вопросы для онлайн опроса предлагаются следующие:

- Мне бывает в чате с одноклассниками ...
- Могут ли друзья в чате вести себя не так, как в жизни?
- Что могут делать в чате, что неприятно, неуместно?

В том случае, если опрос проводится в режиме офлайн, то ребятам раздаются листочки (3 листочка-стикера на каждого), и на каждом из них ребята последовательно отвечают на 3 вопроса. Листочки необходимо собрать и приклеить на 3 различных листа флипчарта согласно вопросам.

Для информации. Ребята могут постесняться написать и приклеить что-то самостоятельно, поэтому имеет смысл ведущему собрать, озвучить ответы анонимно и приклеить самостоятельно.

Далее ведущий задает вопросы, как ребятам результаты опроса, представляли ли они себе их такими, а какими представляли. Можно ли как-то изменить то, что неприятно? Как – предлагаем подумать вслух.

Ведущий подытоживает то, что озвучили ребята, вот один из возможных выводов: «Мы с вами обсудили, что ребята бывает в чате ведут себя не так, как в жизни, потому что складывается отношение, что в чате можно больше, чем в жизни. Однако порой из-за этого, мы чаще чувствуем себя в замешательстве, в растерянности».

Обсуждение кейса с Тимуром (15 минут)

Ведущий предлагает вместе подумать про ситуацию, которая произошла в классе N. Вывешивается описание кейса на листе А4. Также понадобится 4 листа флипчарта – 3 листа для 3 ролей и 1 лист для записи коммуникативных ошибок.

Кейс. Представьте, что Тимур, лидер и авторитет, создал закрытый чат в ватсапе для обсуждения игр, предлагает в него вступить Ярославу. Ярославу он симпатичен, Ярослав хотел бы с ним больше общаться, но Тимур разрешает вступить в его чат при условии, что Ярослав не вступит в другой чат класса.

Он пишет вам: **«Друган, если ты со мной, решай срочно, добавлю тебя в чат. Но без предательства – чтоб с этими не общался. Иначе это плохо закончится».**
Далее ведущий предлагает всем вместе подумать:

- Бывало, что вы или ваш знакомый оказывались в похожей ситуации?
- Что в этой ситуации не так? Есть ли здесь действия, которые вызывают дискомфорт? Какие?

Ведущий говорит: «Такие действия мы можем назвать коммуникативными ошибками. Какие еще могут быть коммуникативные ошибки, признаки некорректной коммуникации в классном чате, которые ставят нас в неловкое положение, обижают, злят?»

Подписываем лист флипчарта «коммуникативные ошибки» и записываем все варианты, предложенные ребятами.

Подписываем 3 оставшихся листа флипчарта именами ребят из кейса. Обозначаем роли на листах флипчарта:

Тимур

Ярослав

свидетели

Задаем ребятам вопросы по поводу этих персонажей:

- Кто что чувствует в этой ситуации? В каких ролях находятся персонажи?
- Могут ли быть еще третьи лица в этой ситуации?
- Может вы когда-то сами испытывали похожие чувства?
- Было бы лучше, если б было правило общения в чате/ онлайн общении? Если да, то какое?

3. Работа над кейсами и их обсуждение (15+15 минут)

Далее ведущий делит группу на 5 подгрупп (по числу разбираемых кейсов). Каждая подгруппа получает для анализа одну из ситуаций.

Задача подгрупп: прочитать описание ситуации, обсудить между собой, ответить на вопросы, которые приведены ниже под кейсами (15 минут). Для ответов на вопросы ребятам каждой подгруппы дается лист для записи.

Кейсы ведущий раздает ребятам напечатанными на листах А4, один на группу.

КЕЙСЫ

Кейс 1.

Маша 2 дня назад вступила в школьный чат в ватсапе, в котором все ее друзья. Все было хорошо, но потом Ваня, один из админов, написал, что почистит чат от лишних, которым тут не место. Без объяснения причин удалил двух Машиных друзей.

Кейс 2.

Кирилл приходит утром на учебу и видит, что группа одноклассников громко смеется. Он подходит к ним, они говорят «Ща погоди, мы тебе перешлем кое-что, только ей не показывай». Кириллу приходит видео, где из неудачного фото его

одноклассницы Вики сделано видео с веселой музыкой. Получилось весело, но Вика не в курсе. Хотя Кириллу не хотелось бы быть на ее месте.

Кейс 3.

Витя и Леша в одном из чатов начинают обсуждать твоего одноклассника Марка – его внешность, фигуру, имя, привычки, манеры. Много веселых смайликов сопровождают переписку. Марк в этом чате не состоит, зато слышит постоянный смех и подколы со стороны.

Кейс 4.

Вечером Максим читает переписку в чате, где обсуждают веселую ситуацию, которая произошла на улице между ребятами их его и ребятами из параллельного класса. Подробности он не знает. Он спрашивает, что там было. Ему пишет в общем чате Рома: «Не твое дело, отвали».

Кейс 5.

Олина подруга Кристина часто скучает на онлайн занятиях, и сегодня ей снова хочется развлечься, посмеяться. Она предлагает Оле переименоваться и рассылать прикольные сообщения в чате, где проходит лекция. Оле кажется это спорным, так как лекция интересная, а еще в прошлый раз учитель злился и некоторым поставил двойки.

Вопросы, на которые нужно ответить каждой из подгрупп. Написать ответы на листах.

- Что могло произойти с ребятами дальше?
- Что бы вы посоветовали сделать ребятам? Есть ли варианты действий?
- Кто что чувствует в этой ситуации?
- Было бы лучше, если б были «правила» онлайн общения? Если да, то какие?

После этого каждая группа по очереди презентует результаты (по 3 минуты на подгруппу), в общей сложности около 15 минут.

Важно, что на вопрос про правила чата ребята должны подумать, но обсуждение этого вопроса будет в следующем задании.

Благодарим ребят за разбор кейсов. Обсуждение после всех кейсов (5 минут):

- Происходят ли такие ситуации в жизни?
- Что можно сделать, чтобы общаться в чате было комфортно всем?

Командная работа «Правила онлайн общения/ правила чата» (15 минут)

«Как вы думаете, поможет ли людям в общении, если будут какие-то общие договоренности о правилах общения в чате в ватсапе, телеграме, месенджере? Давайте подумаем, что это могут быть за правила».

От каждой команды по очереди выходит по одному человеку и записывает на флипчарте правило чата. Он рассказывает, почему они считают это правило важным.

Зачитываем все написанные правила, дополняем, если есть дополнения.

Вместе отвечаем на вопросы:

- Устраивают ли вас такие правила?
- Могут ли они помочь сделать общение в чате более уютным, приятным?
- Покажите эквалайзером, насколько это может работать в вашем классе/группе?
- Если нет, то почему? Если да, то почему?
- Что можно сделать для того, чтобы это работало?

Рефлексия (5 минут)

Целью нашего тренинга было поговорить об онлайн общении в чатах.

– О чем был тренинг для вас?

Напишите, пожалуйста, также ваши пожелания, о чем еще стоит поговорить – можно написать в обратной связи в онлайн опросе или на стикерах для обратной связи.



**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАНЯТИЯ
ПОДРОСТКОВОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛУБА «О ТЕБЕ»
НА БАЗЕ КУЛЬТУРНОГО ЦЕНТРА «СЕВЕРНОЕ ЧЕРТАНОВО»**

**Сергеева А. А., Макаренкова О. И.
педагоги-психологи, г. Москва**

Занятие 3 (1 из 3 занятий цикла «О дружбе»): «Что помогает мне дружить?».

Целевая аудитория: 10–13 лет

Ожидаемый эффект:

- формирование атмосферы безоценочности и открытости за занятии;
- развитие навыка называть, понимать и объяснять эмоциональные состояния и личностные качества;
- развитие навыка рефлексии своих сильных сторон.

Время проведения: 50 минут.

Вспомогательные материалы: Подушки для пола, маркерная доска, маркеры, листы бумаги, фломастеры, карандаши цветные и простые.

Формы работы: тренинг, дискуссия.

Краткое описание: занятие направлено на свободный обмен мнениями о теме, которую участники заявили как важную для них на предыдущем занятии, на формирование навыка замечать свои сильные стороны и как они помогают в коммуникации с другими.

План подготовки:

- подготовить круг из подушек по числу участников, поставить маркерную доску рядом с участниками.
- подготовить листы бумаги, маркеры, фломастеры, карандаши – в достаточном количестве на всех.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Введение. Ведущие здороваются с участниками и предлагают вводную игру на знакомство «Великолепная Валерия». Начинает ведущий, объясняя правила. По кругу участники называют свое имя и 1 характеристику себя, которая начинается с первой буквы имени.

После знакомства ведущие напоминают о правилах клуба и предлагают каждому показать руками на шкале от 0 до 100 ответы на следующие вопросы:

- Какое у тебя сегодня настроение?
- Каким сегодня был день для тебя?
- Сложно ли человеку подружиться с новым человеком?
- От чего зависит, легко ли подружиться?

Участники делятся мыслями.

Ведущие объявляют тему занятия. «В конце прошлого занятия мы спрашивали, про что сейчас было бы актуальнее всего поговорить, и большинство из вас сказали, что хотели бы больше узнать про дружбу. Как подружиться, почему с кем-то получается дружить, а с кем-то нет, чем я хорош как друг. Сегодня мы поговорим о том, что вообще такое дружба и за счет чего мы дружим друг с другом».

Дискуссия.

Ведущий спрашивает участников, с какими словами у каждого ассоциируется слово «дружба». Участники озвучивают свои идеи, подходят к доске и записывают (например, помощь, уважение, подсказка, геройство). Затем ведущий спрашивает про слова, с которыми «дружба» не сочетается. Участники записывают их другим цветом.

Ведущий предлагает группе мысль, что мы говорим об очень похожих вещах, когда говорим о дружбе, при этом у каждого свое понимание этого. Спрашивает «Бывает ли такой человек, у которого есть все записанные положительные качества? Как думаете, много ли таких людей?» – участники обсуждают в кругу.

Подводя итог, ведущий резюмирует, что в дружбе для каждого проявляется своя ценность, каждому важно что-то свое. Предлагает обсудить по кругу (по желанию), что дает дружба каждому, что мы в себе прокачиваем, когда дружим.

Ладошки.

Ведущий предлагает следующую тему для обсуждения: «Поможет ли человеку подружиться знание своих классных качеств и сильных сторон?», участники отвечают по кругу. «А как это поможет? Кто знает свое классное качество, которое помогает ему дружить, поднимите руку».

Ведущий объявляет, что сейчас начинается работа, связанная с рисованием. Рассказывает участникам, что благодаря этой активности можно обнаружить свои сильные стороны в общении, которые ты сам можешь не видеть, но замечают другие. Ведущий предлагает взять листы бумаги, каждый обводит свою ладонь, подписывает его. Передаем соседу слева и теперь в новом листе пишем какое-то прилагательное о соседе, который вам передал лист. И так далее. В каждом из пальцев – другие пишут одно прилагательное об этом человеке. В конце участники возвращают лист владельцу ладошки.

Вопросы для обсуждения (в кругу по руке, по желанию):

- Прочитайте, что вам написали. Похоже на вас?
- Приятны ли эти слова? Знали ли вы о себе это?
- А чем ты считаешь ты хорош для друзей?

Теперь в центре ладошки надо нарисовать свою суперсилу в общении, в чем ты хорош для друзей. Это может быть картинка, фигурка, какой-то знак.

Рефлексия. Похоже ли то, что получилось, на меня? Что бы я добавил? Насколько быстро можно понять, как человек проявляется в общении?



Итоги занятия. Ведущий резюмирует занятие: «Сегодня мы поговорили о дружбе, порассуждали, что это значит для каждого, какие качества помогают дружить, и какие качества есть у каждого из вас, которые помогают, на которые можно опираться в дружбе. Предлагаю поделиться по кругу, кто с чем уходит с занятия?». После обмена в кругу ведущий объявляет, что в следующий раз мы продолжим тему дружбы и узнаем, на чем строится дружба, как она появляется, развивается и заканчивается (и заканчивается ли?).

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ-ТРЕНИНГА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-8 КЛАССОВ «ПРОФИЛАКТИКА КСЕНОФОБИИ: В ЕДИНСТВЕ НАША СИЛА»

Смирнова С.А.

**МКУ «Центр обеспечения деятельности образовательных организаций»
г. Челябинск**

Цель тренинга:

Профилактика ксенофобии и экстремизма в молодежной среде.

Задачи:

- формирование гражданской идентичности, патриотизма, социальной активности обучающихся;
- воспитание уважительного отношения к различным этнокультурам и религиям;
- формирование готовности и способности к взаимодействию в поликультурной среде.

Планируемые результаты:

- повышение уровня воспитанности, межкультурной и межэтнической толерантности детей и подростков, снижение у них уровня агрессивности;
- развитие умений и навыков группового поведения обучающихся.

Оборудование: бумага формата А3, ножницы, клей, стикеры, фломастеры, ручки.

Возраст участников: 13-14 лет.

Кол-во участников: не более 15 человек.

Продолжительность: 40-45 минут.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступительное слово ведущего тренинга (учитель, педагог-психолог):

- знакомство обучающихся с основными терминами: «ксенофобия», «расизм», «экстремизм», «толерантность» с целью формирования понятийного аппарата обучающихся;
- обозначение проблемы, актуальности данной темы для формирования у обучающихся установки на позитивное восприятие этнического и конфессионального многообразия, интереса к другим культурам, уважения присущих им ценностям, традициям.

Разминка

(Включает в себя упражнения, способствующие активизации участников группы, созданию непринужденной, доброжелательной атмосферы, повышению сплоченности, а также подготовке к основному содержанию занятия.)

Упражнение для разминки: «Найди пару»

Время: 5-8 минут.

Инструкция участникам:

Сейчас вы получите карточку с названием национальности. Вам необходимо найти в группе человека такой же национальности, не используя слова (т. е. с помощью мимики и жестов).



Материалы

Для игры необходим набор карточек с названиями национальностей по числу участников. В наборе должно быть по две карточки с названиями каждой национальности.

Варианты национальностей:

- русский,
- немец,
- француз,
- итальянец,
- американец,
- грузин.

Ход упражнения

По команде ведущего участники одновременно начинают поиск своих партнеров. Когда все участники разбились по парам, ведущий просит каждую пару назвать свою национальность и рассказать, как они нашли друг друга.

Если число участников в группе нечетное, можно предложить участникам разделиться на тройки.

Основное содержание тренинга

(Включает в себя следующие формы проведения: лекции, игры, мозговой штурм, групповые дискуссии, упражнения, задания, помогающие понять и усвоить главную тему занятия.)

Упражнение «По какому признаку?»

Время: 8–10 минут.

Процедура проведения: один из участников выходит за дверь, группа делится на две подгруппы по какому-либо признаку, например, блондины-брюнеты, в брюках – в юбках, длинные волосы – короткие волосы и т. д. Подгруппы садятся друг напротив друга, вернувшийся участник должен угадать, по какому признаку группа разделилась.

Упражнение «Границы толерантности»

Время: 15 минут.

Инструкция участникам:

«Толерантность – понятие непростое. У каждого из нас есть какие-то личные особенности ее проявления, свои собственные границы. Какие-то явления нам легче принять, а какие-то – сложнее. Сейчас я приглашаю вас подумать о границах своей толерантности, о том, что вы принимаете, и о тех явлениях, ситуациях, характеристиках, принять которые вам не удастся. Сейчас мы разделимся на группы, и каждая группа будет делать коллаж под названием «Границы толерантности». Вам нужно будет вырезать из журналов картинки, фотографии, фразы, которые будут символизировать то, что вы принимаете и не принимаете, составить из них композицию и наклеить ее на лист».



Ход упражнения

Участники делятся на 3–4 группы. Каждая группа получает свой набор материалов и приступает к работе. Затем каждая группа демонстрирует результат своей работы. Вопросы для обсуждения:

Какие мысли и чувства у вас возникали, когда вы слушали выступления других групп?
Какие сходства и различия в коллажах вы заметили?

Упражнение «Непохожий на меня, просто так, прохожий...»

Время: 10 мин.

Процедура проведения: ведущий предлагает каждому участнику группы представить человека, который сильно отличается от него по какому-нибудь признаку или качеству. Это могут быть характеристики или способности, которые можно оценить, как положительные или отрицательные (например, физически сильный или слабый, с хорошим слухом или глухой и др.), а также нейтральные характеристики (например, левша – правша, блондин – брюнет). Для начала ведущий посредством жестов и мимики изображает такого «другого» и предлагает группе отгадать, чем изображаемый «другой» отличается от ведущего. Затем «других» демонстрируют участники группы. При этом задается ограничение, что нельзя повторять принцип выбора «непохожего». После демонстрации «непохожих» персонажей ведущий делает вывод о том, что люди могут отличаться друг от друга по очень большому количеству признаков и характеристик. После этого группа переходит к обсуждению.

Вопросы для обсуждения:

- Можно ли однозначно сказать, что вы лучше или хуже, чем не похожий на вас человек?
- В чем ваши сильные стороны по сравнению с не похожим на вас человеком, в чем его сильные стороны?
- Могли бы вы быть полезны друг другу?
- Каким образом вы могли бы дополнить друг друга?

Рефлексия

(В конце каждого занятия необходимо оставлять время, чтобы участники могли поделиться своими чувствами, мнениями, впечатлениями, поговорить о своем настроении.)

Время: 10 мин.

Примерные вопросы для проведения рефлексии после завершения тренинга:

- Может ли в нашем обществе человек принадлежать только к одной социальной группе?
- Почему нам бы хотелось стать членом одних групп и не быть членом других?
- Может ли человек, принадлежащий к другой, не очень близкой вам группе, стать вашим другом?
- Какие возможности вы видите для этого?
- Что может помешать этому?

Список используемой литературы

1. *А. В., Макаrchук и Г. У., Солдатова.* Может ли «другой» стать другом? / Тренинг по профилактике ксенофобии». – Из-во «Генезис» – М., 2006 г.
2. Профилактика проявления ксенофобии, экстремизма и национализма в молодежной среде / Материалы городской научно-практической конференции, г. Нижневартовск, 2011 г.
3. Профилактика экстремизма в молодежной среде, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних / Методические рекомендации/под ред. К. В. Булавкина. – М., 2014 г.
4. Система работы образовательных организаций по профилактике экстремизма и ксенофобии среди молодежи (лучшие практики образовательных организаций) / Учебно-методическое пособие – г. Ставрополь, 2018 г.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ЧАС ОБЩЕНИЯ «ШКОЛА ЧЕЛОВЕЧНОСТИ»

Стародубцева Н. С.

Солигорский государственный горно-химический колледж

Целевая аудитория: младший школьный возраст.

Ожидаемый эффект: понимание и формирование толерантного отношения друг к другу, принятие социального разнообразия, выработка навыков культуры общения и стимулирование детей развивать в себе положительные качества.

Время, необходимое на подготовку: 20 минут.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: классная доска, мультимедийное оборудование, картинки-смайлики, мяч.

Краткое описание идеи: показать ребятам, которые учатся в одном классе, что они все равные, все уникальные, все являются членами дружного коллектива.

План подготовки: организовать занятие в классе, подготовить картинки-смайлики, выражающие разное настроение.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Весёлое приветствие

Под танцевальную музыку учащиеся ходят по классу. После слов учителя «раз, два, три, друга найди!» ребёнок должен найти себе пару и поздороваться:

- мизинцами,
- ушами,
- пяточками,
- коленками и т. д.

Так в процессе игры учащиеся узнают о весёлых формах приветствия.

(подведём итог)

- Какое приветствие вам понравилось больше всего? Вежливый человек всегда здоровается при встрече.

2. Основная часть

2.1. Упражнение «Мое настроение»

- Если у вас прекрасное настроение, как без слов можно показать это другим людям? Правильно, улыбкой. Сейчас я вам покажу смайлики. У них разное настроение. А по каким признакам вы определили, что одни смайлики веселые, а другие грустные? (По улыбкам) Молодцы! Выберите смайлик, у которого такое же настроение, как у вас.

– Ребята, как вы думаете, почему мы все такие разные? Да потому, что каждый из нас имеет свои индивидуальные особенности – у нас разные темпераменты, внешний вид, характеры. Все мы воспитывались в разных семьях, с разными традициями, дружили с разными людьми – все это отложило на нас особый отпечаток.

(подведём итог)

Каждый человек уникален и по – своему неповторим. И хотя мы такие разные, нужно научиться дружить, общаться и терпимо относиться к особенностям характера и внешности других людей. Это важно помнить и в семье, и в обществе.

2.2. Мини-лекция «Мы – все разные, но уважаем мнения других»

А. Каждый человек должен иметь собственное мнение и говорить то, что он думает. Никто не имеет права его осуждать, наказывать его за это. Мнение – это то, что вы думаете о себе, о своих поступках, о других людях. Как вы думаете, как считаете правильным, так и поступайте. Другой человек может лишь вам посоветовать. Конечно, если человек поступает плохо и его за это осуждают, то он должен обязательно прислушаться к критике других.

Б. Просмотр мультфильма К. Чуковского «Федорино горе» (5 мин 36 сек). Учитель обращает внимание детей на то, что посуда имеет право на своё мнение, и она высказала его, поступила так, как посчитала нужным.

В. Обсуждение мультфильма.

- Что не понравилось посуде?
- Куда ушла посуда от Федоры?
- Кому стало жалко Федору?
- Изменилась ли Федора после того, как посуда высказала своё мнение и ушла от неё?

(подведём итог)

Иногда нужно и полезно высказать своё мнение тому, кто поступает неправильно. Но делать это нужно тактично, не оскорбляя и не унижая другого человека. Каждый человек должен уважать мнение другого.

2.3. Работа в группах

Учитель даёт листок с ситуацией, дети читают и отвечают на вопрос: «Как бы вы поступили?»

А. В класс приходит новенький ученик, он рыжеволосый, и его лицо усыпано веснушками. Кто-то дразнит мальчика и призывает всех это делать. Твои действия.

Б. Твой одноклассник взял у тебя тетрадь и испачкал её. Учитель решил проверить домашнее задание. Предположите развитие событий. Как поведёшь себя ты? Твой друг? Учитель?

В. Вечером ты поссорился с младшей сестрой. Она сломала твою любимую машинку. Ты попытаешься объясниться с ней или будешь обижаться и мстить?

Г. Ты торопишься в школу, впереди идущая старушка мешает тебе. Ты приостановишься и аккуратно обойдёшь её или оттолкнёшь, чтобы обогнать?

(подведём итог)

Мы видим внешние различия других, и это не мешает нам дружить и уважать их. Главное, быть честным, толерантным, уметь признавать свои ошибки и уметь прощать.

2.4. Упражнение «Я среди людей»

Учитель предлагает детям прослушать стихотворение Б. Заходера «Перемена» и обсудить действия мальчика.

- Можно ли назвать этого мальчика культурным?
- Хорошо ли он себя ведёт в обществе? Нет. Он на перемене «сбивает с ног», «подставил три подножки», «прокатился кувырком». Вова обижает других и не считается с их мнением, портит всем настроение.

На основании ответов делается вывод, что Вова – некультурный ребёнок.

2.5. Игра «Передай мяч»

Каждый игрок передаёт другому мяч, называя достоинства, характеризующие «культурного человека».

(подведём итог)

Каждый человек должен стремиться совершать добрые дела и развивать в себе хорошие качества.

2.6. Упражнение «Я горжусь тем, что мой друг...»

Учитель предлагает назвать достоинства своего друга.

3. Завершающая дискуссия

Ребята, впереди вас ждёт много нового и интересного. Но прежде вы должны вырасти воспитанными людьми, уважающие достоинства других, непохожих на вас людей.

- Что значит быть дружелюбным человеком?
- Что значит быть толерантным?

Это значит быть добрым и искренним, уважать себя и других, ценить настоящих друзей. Вы должны идти именно этой дорогой.

3.1. Упражнение «Мы выбираем дружбу»

Все участники встают в круг, берутся за руки, поднимают их вверх и хором говорят: «Мы выбираем дружбу!»



Приложение

Борис Заходер Перемена

«Перемена, перемена!» –
Заливается звонок.
Первым Вова непременно
Вылетает за порог.
Вылетает за порог –
Семерых сбивает с ног.
Неужели это Вова,
Продремавший весь урок?
Неужели этот Вова
Пять минут назад ни слова
У доски сказать не мог?
Если он, то, несомненно,
С ним бо-о-льшая перемена!
Не угонишься за Вовой!
Он гляди какой бедовый!
Он за пять минут успел
Переделать кучу дел:
Он поставил три подножки
(Ваське, Кольке и Сережке),
Прокатился кувырком,
На перила сел верхом,
Лихо шлепнулся с перил,
Подзатыльник получил,
С ходу дал кому-то сдачи,
Попросил списать задачи, –
Словом,
Сделал все, что мог!
Ну, а тут – опять звонок...
Вова в класс плетется снова.
Бедный! Нет лица на нем!
– Ничего, – вздыхает Вова, –
На уроке отдохнем!

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ НА ТЕМУ «ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ» (УПРАЖНЕНИЕ «ДЕРЕВО ЖЕЛАЕМЫХ ЧУВСТВ»)

Степанова А.В.
МБОУ «Ягульская СОШ», с. Ягул, Завьяловский район
Удмуртская Республика

Цель работы: создать интерактивный метод профилактики травли в школе с подростками-организаторами.

Целевая аудитория: подростки в возрасте 11-12 лет, переходящие из 4 класса в 5 класс.

Время, необходимое на подготовку: 1 месяц.

Время, необходимое на проведение: 1 академический час.

Вспомогательные мероприятия:

1. Отбор подростков-организаторов среди 8-9 классов.
2. Проведение мастер-класса на тему «Буллинг» с подачей основной информации.
3. Разработка интерактивного метода профилактики для подростков в возрасте 11-12 лет.
4. Подготовка мероприятия.
5. Проведение мероприятия.

Краткое описание идеи: Подростки, переходящие из начальной школы в среднюю школу, часто сталкиваются со сменой коллектива, это может быть и переход ребенка из одного класса в другой, либо смена школы, а также с увеличением числа преподавателей.

Поэтому я считаю, что нужно провести интерактивное занятие о том, каким они хотят видеть свой класс в будущем для того, чтобы адаптация прошла более успешно.

Оборудование:

1. Ватман формата А1.
2. Самоклеящаяся бумага зеленого и красного цвета.
3. Маркер коричневого либо черного цвета.

Схема занятия

№ п/п	Время (мин)	Название	Задачи	Материалы
1.	10	Вводное обсуждение	Помочь учащимся сфокусироваться на теме важности положительной обстановки в классе	-
2.	3	Объяснение задания	-	-
3.	25	Упражнение «Дерево желаемых чувств»	Помочь подросткам понять, какие положительные эмоции они должны ощущать в классе, и что делать, чтобы они были, и как их избежать	– 1 ватман формата А1; – стикеры коричневого цвета – 6 шт.; – стикеры-листочки зеленого цвета – 24 шт.; – стикеры-листочки красного цвета – 24 шт.;
4.	12	Рефлексия	Обобщить полученную информацию	

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ: ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В 5 КЛАССЕ

ХОД РАБОТЫ

1. Вводное обсуждение

- Ведущий начинает рассказывать классу о том, что в мире все люди разные, начиная от национальности и заканчивая физическим развитием и увлечениями.
- Ведущий спрашивает, кто хоть раз в жизни испытывал дискомфорт, когда смеялись над его увлечением и что он чувствовал в данный момент, как бы вы могли поддержать человека, который расстроился из-за насмешек.

В завершении делается вывод о том, что все люди разные и нужно уважать интересы других людей, и поддержка очень важна.

2. Упражнение «Дерево желаемых чувств»

Класс делится на 6 подгрупп, каждая подгруппа должна выбрать по одному прилагательному из предложенных написанных на стикере, описывающие чувства те, которое они хотели бы ощущать в 5 классе.

Время выполнения 3 минуты.

После истечения времени ребята должны выбрать 1 спикера от группы, который должен озвучить то, что они выбрали, и приклеить стикер на подготовленный заранее лист, на котором нарисовано дерево с веточками (стикеры клеим на ствол дерева).

После того как выступят все группы, мы вновь перечислим то, что выбрали ребята, и перейдем к следующей активности.

Во втором этапе упражнения мы раздадим команде по 3 стикера зеленого цвета в виде листочка, для того чтобы они к каждому выбранному прилагательному написали по три действия того, что нужно сделать, чтобы получить это чувство, и по 3 стикера в виде листочка красного цвета, чтобы они к каждому выбранному прилагательному написали по три действия того, что не нужно делать, чтобы получить это чувство.

Время выполнения задания 15 минут.

3. Рефлексия

Проводится обсуждение созданного дерева, что нужно делать для того, чтобы в классе каждый чувствовал себя спокойно и комфортно и что не нужно делать. Обсудить, как будем поступать, если все-таки мы перейдем на красную сторону дерева, как будем возвращать баланс. Данное дерево будет повешено в уголке класса, что станет наглядным пособием для учащихся.

Приложение № 1

Взаимопонимание	Радость
Уважение	Доверие
Доброта	Забота
Здоровье	
Безопасность	
Доверие	
Удовлетворение	
Счастье	



БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ (ЗАНЯТИЕ ДЛЯ УЧЕНИКОВ 3-4 КЛАССА)

Субботина Н. С.

МБОУ «СОШ №4 им. Ф.И. Толбухина», г. Симферополь

Цели занятия:

- Познакомить детей с понятием «Интернет», с правилами ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде.
- Сформировать у учащихся понятие о принципах безопасного поведения в сети Интернет.

Оборудование:

Листы бумаги, карточки, памятки по безопасному поведению в Интернете, рекламные карточки «День безопасного Интернета», картинки для рефлексии, мультимедийная презентация.

ХОД ЗАНЯТИЯ

I. Организация класса. Приветствие педагога-психолога.

II. Мотивация. Сообщение темы и целей занятия.

Игра «Угадай-ка»

Что за чудо-агрегат

Может делать все подряд –

Петь, играть, читать, считать,

Самым лучшим другом стать? (Компьютер)

На столе он перед нами, на него направлен взор,

подчиняется программе, носит имя... (монитор).

Не зверушка, не летаешь, а по коврику скользишь

и курсором управляешь. Ты – компьютерная... (мышь).

Нет, она – не пианино, только клавиш в ней – не счесть! Алфавита там картина,
знаки, цифры тоже есть.

Очень тонкая натура. Имя ей... (клавиатура).

Сохраняет все секреты «ящик» справа, возле ног,

и слегка шумит при этом. Что за «зверь»? (Системный блок)

Сетевая паутина оплела весь белый свет, не пройти детишкам мимо. Что же это?
(Интернет).

Ребята, ещё несколько десятков лет назад компьютер был диковинкой, а сегодня он стал доступен обычной семье.

– У кого дома есть компьютер? Кто им пользуется?

– А как вы используете компьютер? (Слушаем музыку, играем, выполняем задания, готовим сообщения, пользуемся Интернетом).

Сегодня мы поговорим об Интернете: выясним, что такое Интернет, назовем положительные и негативные его стороны, определим основные виды опасностей, подстерегающих детей в сети Интернет и составим правила безопасного пользования Интернетом.

III. Что мы знаем об Интернете

Ребята, что вы знаете о волшебной стране Интернетии? Ведь для любого путешествия нужна карта. Давайте ее составим.

Инструкция классу: Сейчас вы объединитесь по 4 человека – парта к парте, чтобы составить карту страны Интернетии. Для этого у вас есть большой лист – на него будете приклеивать обозначения интернет-королевств или порталы и карточки, на которых вы будете делать эти обозначения. Например, игровой портал или портал книг, а может, музыкальный портал. Красные карточки обозначают опасную зону, она тоже может быть в Интернетии.

Вперед, за работу!

Ученики объединяются в микрогруппы по 4 человека. Задача школьников составить более полную карту Интернетии. Итогом является общее составление карты у доски. Карточки должны быть заготовлены заранее.

– Интернетия – волшебная страна. Каждый, кто приходит в нее, должен знать, с какой целью он идет в Интернетию, иначе он может заблудиться и остаться в Интернетии навсегда.

Вопрос классу: А вы, ребята, что хотите найти в Интернетии?

– Интернет – обширная информационная система, которая стала наиболее важным изобретением в истории человечества. Хотя сеть Интернет построена на основе компьютеров, программ и линий связи, в действительности она представляет собой систему взаимодействия людей и информации.

– Интернет – это всемирная электронная сеть информации, которая соединяет всех владельцев компьютеров, подключенных к этой сети. Сеть Интернет представляет собой информационную систему связи общего назначения. Получив доступ к сети, можно сделать многое.

– При помощи Интернета можно связаться с человеком, который находится, например, в Австралии или Америке. Если компьютер вашего друга подключен к Интернету, вы можете переписываться с ним при помощи электронной почты, общаться с ним в «чатах» и даже видеть своего собеседника.

– В Интернете собрана информация со всего мира. Там можно отыскать словари, энциклопедии, газеты, произведения писателей, музыку. Можно посмотреть фильмы, теле- и радиопередачи, найти массу программ для своего компьютера.

– Что касается Интернета, то, кроме чатов, там есть форумы, где обсуждаются серьезные вопросы и где можно высказать свою точку зрения. Так что Интернет дает очень большие возможности для самоутверждения, самовыражения.

Итак, Интернет помогает нам общаться, узнавать новое, делать покупки, заключать сделки и т. д.

IV. Музыкальная пауза

А сейчас мы немного отдохнём. Музыкальная пауза.

(Во время музыкальной паузы учащиеся выполняют движения.)

V. Будь осторожен в Интернете

Вопрос классу: Ребята, какие еще опасности могут поджидать нас в Интернетии? Как уберечь себя от них? Давайте подумаем, как можно определить истинный это друг или он надел маску.

Инструкция классу: Ребята, объединитесь по 4 человека. У вас есть листы бумаги в форме треугольников (белые треугольники с красной окантовкой). Напишите или нарисуйте на них опасности, которые можно встретить в Интернетии. Приступаем к работе.

После выполнения детьми задания дети рассказывают о написанных или изображенных опасностях. Педагог обсуждает с детьми полученные результаты, и помещает треугольники возле карты Интернетии.

Опасности в Интернете

Итак, какие опасности могут подстерегать детей в Интернете?

Интернет-технологии стали неотъемлемой частью жизни современного человека, особенно популярны они среди детей и молодежи. Однако виртуальное пространство полно опасностей. Угрозы, хулиганство, вымогательство, неэтичное и агрессивное поведение – все это нередко можно встретить.

Виртуальное общение

Еще одна опасность подстерегает любителей чатов. Виртуальное общение не может заменить живой связи между людьми. Человек, погрузившийся в вымышленный мир под чужой маской, постепенно теряет свое лицо, теряет и реальных друзей, обрекая себя на одиночество.

Интернет-хулиганство

Так же, как и в обычной жизни, в Интернете появились свои хулиганы, которые осложняют жизнь другим пользователям Интернета. По сути, они те же дворовые хулиганы, которые получают удовольствие, хамя и грубя окружающим.

Вредоносные программы

К вредоносным программам относятся вирусы, черви и «троянские кони» – это компьютерные программы, которые могут нанести вред вашему компьютеру и хранящимся на нем данным. Они также могут снижать скорость обмена данными с Интернетом и даже использовать ваш компьютер для распространения своих копий на компьютеры ваших друзей, родственников, коллег и по всей остальной Глобальной сети.

Недостоверная информация

Интернет предлагает колоссальное количество возможностей для обучения, но есть и большая доля информации, которую никак нельзя назвать ни полезной, ни надежной. Пользователи Сети должны мыслить критически, чтобы оценить точность материалов; поскольку абсолютно любой может опубликовать информацию в Интернете.

Онлайновое пиратство

Онлайн-пиратство – это незаконное копирование и распространение (как для деловых, так и для личных целей) материалов, защищенных авторским правом – например, музыки, фильмов, игр или программ, – без разрешения правообладателя.

Материалы нежелательного содержания

К материалам нежелательного содержания относят: материалы порнографического, ненавистнического характера; материалы, которые распространяют идеи насилия, жестокости, ненормативную лексику.

VI. Правила безопасности в Интернете

А теперь попробуем сформулировать эти простые правила.

- Всегда помни свой Интернет – королевское имя (E-mail, логин, пароли) и не кланяйся всем подряд (не регистрируйся везде без надобности)!
 - Не забывай обновлять антивирусную программу – иначе вирус Серый Волк съест весь твой компьютер!
 - Не поддавайся ярким реклам-указателям и не ходи путанными тропками на подозрительные сайты – утопнуть в трясине можно!
 - Если пришло письмо о крупном выигрыше – это «Обман-грамота»: просто так выиграть невозможно, а если хочешь зарабатывать баллы, нужно участвовать в полезных обучающих проектах!
 - Учись работать в Интернете, находить интересное, новое. Интернет вдохновляет на творчество, саморазвитие, личностный рост. Достаточно пройти по рукодельным или кулинарным сайтам, как тут же хочется сделать что-нибудь самому.
 - Записывайте свои впечатления в блог, создавайте галереи своих фотографий и видео, включайте в друзья людей, которым вы доверяете.
- Следуй этим правилам каждый раз, когда «выходишь» в Интернет!

VII. Обобщение изученного на занятии

Каждый день дети и взрослые пользуются Интернетом, который служит для нас рабочим инструментом, средством связи и возможностью развлечься, поэтому так важно помнить о безопасности, которая заключается в сохранности личных данных каждого из нас.

Итог занятия

Учитель. А теперь подведём итоги нашего занятия. У вас на столе лежат три картинки. Выберите и положите перед собой ту, которая соответствует вашему настроению.

Занятие понравилось. – Узнал много нового.

Занятие понравилось. – Понял, какие опасности есть в Интернете.

Занятие понравилось. – Правила безопасного поведения в Интернете буду соблюдать.

И помните, Интернет может быть прекрасным и полезным средством для обучения, отдыха или общения с друзьями. Но – как и реальный мир – Сеть тоже может быть опасна!

Приучайтесь не «проводить время» в Интернете, а активно пользоваться полезными возможностями Сети.

Желаю вам удачи!



Приложение 1

Тест

1. Есть ли у тебя компьютер?
А) да;
Б) нет.
2. Есть ли у тебя доступ к сети Интернет?
(Мобильный телефон, компьютер)
А) да;
Б) нет.
3. Сколько времени ты проводишь в сети Интернет?
А) не бываю в Сети;
Б) менее 1 часа;
В) 1-2 часа;
Г) более 2 часов.
4. Как ты считаешь – опасен Интернет или нет?
А) да;
Б) нет.
5. Чем занимаешься в Интернете?
А) учусь;
Б) общаюсь в социальных сетях;
В) скачиваю программы;
Г) пользуюсь E-mail;
Д) играю в игры online;
Е) смотрю ТВ, фильмы.
6. Получаете ли удовольствие от работы в Интернете?
А) да;
Б) нет.
7. Встречал ли ты когда-нибудь угрозы, противоправные призывы в сети Интернет?
А) да;
Б) нет.
8. Как родители относятся к твоей работе в сети Интернет?
А) разрешают свободно;
Б) устанавливают временной режим;
В) разрешают заходить в своём присутствии;
Г) запрещают пользоваться;
Д) не знают о том, что я выхожу в Интернет.

Приложение 2

ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ В ИНТЕРНЕТЕ

Для того чтобы обезопасить себя, свою семью, своих родителей от опасностей Интернета и причинения возможного ущерба, ты должен предпринимать следующие меры предосторожности при работе в Интернете:

1. Когда ты регистрируешься на сайтах, старайся не указывать персональную информацию в Интернете. Персональная информация – это номер вашего мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и фотографии вас, вашей семьи или друзей.
2. Используй веб-камеру только при общении с друзьями. Проследи, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть ваш разговор, так как он может быть записан.
3. Ты должен знать, что, если ты публикуешь фото или видео в Интернете, каждый может посмотреть их.
4. Нежелательные письма от незнакомых людей называются «Спам». Если ты получил такое письмо, не отвечай на него.
5. Если тебе пришло сообщение с незнакомого адреса, его лучше не открывать. Вы не можете знать, что на самом деле содержат эти файлы. В них могут быть вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием.
6. Не добавляй незнакомых людей в свой контакт.
7. Если тебе приходят письма с неприятным и оскорбляющим тебя содержанием, если кто-то ведет себя в твоём отношении неподобающим образом, сообщи об этом взрослым.
8. Если рядом с тобой нет взрослых, не встречайся в реальной жизни с людьми, с которыми ты познакомился в Интернете. Если твой виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к твоей заботе о собственной безопасности!
9. Никогда не поздно рассказать взрослым, если тебя кто-то обидел или расстроил.

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ТОЛЕРАНТНАЯ ЛИЧНОСТЬ» (ПРОФИЛАКТИКА КОНФЛИКТОВ)

Тайтакова О.А.

**БПОУ РА «Колледж культуры и искусства имени Г.И. Чорос-Гуркина»
г. Горно-Алтайск**

Целевая аудитория: студенты 1 курса (СПО).

Ожидаемый эффект: навыки общения и социального взаимодействия, формирование коллектива как благоприятной среды развития и жизнедеятельности подростков.

Время, необходимое на подготовку: 15 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: бланки опросника для каждого участника, мультимедийный проектор, цветные карандаши, фломастеры, листы белой бумаги (ножницы, булавки), магнитная доска и магнитики.

Подготовительный этап:

1. Заготовки для выполнения упражнения – бланки опросника для каждого участник

СТРУКТУРА И ЭТАПЫ МЕРОПРИЯТИЯ

№	Активность, форма работы	Задачи	Время	Материалы
1.	Вводная дискуссия	Фокусировка темы	10 мин	Мультимедийная система
2.	Упражнение на взаимодействие «Это Я»	Знакомство друг с другом, взглянуть, спросить об особенностях, узнать о человеке информацию, обменяться предметами	20 мин	Карточки, фломастеры, булавки
3.	Упражнение «Я и мои ценности»	Осознание участниками ценностей жизни	15 мин	Доска, карточки, цветные карточки
4.	Упражнение «Черты толерантной личности»	Осознание качеств толерантной личности, особенностях толерантной и интолерантной личности и основных различиях между ними	35 мин.	Бланк опросника (Приложение №1), доска, мел

5.	Обсуждение качеств толерантной личности	Осознание участниками качеств толерантности	5 мин.	
6.	Рефлексия-занятия	Обобщение и обсуждение вводов по занятию: «Осознание собственной позиции в отношении к различиям между людьми»	5 мин.	

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ И ИНСТРУКЦИИ

1. Вводная дискуссия (10 минут)

2. Упражнение на взаимодействие «Это Я» (20 минут)

2.1 Все участники написали фломастерами на карточках своё имя и прикрепили к одежде. Упражнение на взаимодействие. Знакомство друг с другом. Движение по аудитории свободное.

Задание: встретиться друг с другом, взглядеться, спросить об особенностях, узнать о человеке какую-либо информацию, обменяться предметами (значками, ручками, украшениями, заколками и др. мелочами), предметы-трофеи положить на свой стул или стол. ДЕЛАТЬ ЭТО НУЖНО ОЧЕНЬ БЫСТРО, СТАРЯСЬ УСПЕТЬ КАК МОЖНО БОЛЬШЕ НАБРАТЬ КОНТАКТОВ. У кого больше всего за 2-3 минуты наберется вещей, свидетельствующих о количестве контактов? Аплодисменты самому быстрому, активному и общительному. Поделитесь, что узнали и о ком?

Рефлексия: Давайте поделимся своими впечатлениями. Что было приятнее – рассказывать о себе или узнавать о других? Слышать о себе комплименты или говорить их другому? А что лучше вообще – дарить или получать комплименты?

Вывод: нужно уметь одинаково хорошо делать и то, и другое, потому что ты тоже, как и другие, значимые для тебя, тоже ценность и заслуживаешь, достоин хорошего отношения.

2.2 А теперь действия в обратном порядке: раздайте, как можно быстрее, приобретенные во время знакомства предметы, но не просто нужно отдать, а, называя имя, скажите при этом слова благодарности друг другу за доверие – ведь вам доверяли свои ценности. Кто быстрее это может сделать? Аплодисменты. Ведущий во время упражнения незаметно для всех берёт со стула у кого-нибудь какую-то вещь и прячет её. В процессе раздачи выясняется пропажа предмета. Ведущий: Тебе жаль этого предмета? Почему? Тебе жаль сам предмет или то, что с ним связано (подарок подруги, память о поездке и др.). Итак, ты говоришь о ценности данной вещи. Что тебе ценнее – сама вещь или утрата возможности через этот предмет вспоминать о событии? Вы согласны, что названный предмет – ценность? Есть ли что-то более ценное в жизни человека? (Возвращает предмет, признаваясь о том, что взял её специально). Да, у каждого из нас есть свои ценности.

3. Упражнение «Я и мои ценности» (15 минут)

3.1 Работа в парах. На доске прикрепляются 6 карточек с ценностями. Участникам нужно выбрать из 6 ценностей 3, те, которые для них самые главные. Что для вас самое ценное в жизни? Прикрепляем свой выбор на доску ниже названной ценности.

*Человек – Жизнь – Богатство – Карьера – Я сам Власть
(ниже прикрепляются цветные карточки с выбором)*

3.2. Рефлексия. Кто что выбрал? Какие ценности повторяются у всех? А почему остались эти ценности? (Называем, обсуждаем) Это и есть наши главные ценности.

4. Упражнение «Черты толерантной личности» (35 минут)

Подготовительный этап:

1. Заготовки для выполнения упражнения – бланки опросника для каждого участника.

Бланк опросника с колонкой Б на большом листе прикрепляется на доску или стену (можно нарисовать мелом на доске).

Процедура проведения: участники получают бланки опросника. Ведущий объясняет, что 15 характеристик, перечисленных в опроснике, свойственны толерантной личности.

Инструкция

Сначала в колонке А поставьте:

«+» напротив тех трех черт, которые, по вашему мнению, у вас наиболее выражены; «0» напротив тех трех черт, которые у вас наименее выражены. Затем в колонке Б поставьте:

«+» напротив тех трех черт, которые, на ваш взгляд, наиболее характерны для толерантной личности.

Этот бланк останется у вас, и о результатах никто не узнает, поэтому вы можете отвечать честно, ни на кого не оглядываясь. На заполнение опросника дается 3–5 минут.

Далее ведущий заполняет заранее подготовленный бланк опросника, прикрепленный к доске. Для этого он просит поднять руки тех, кто отметил в колонке Б первое качество. Число ответивших подсчитывается и заносится в колонку бланка. Таким же образом подсчитывается число ответов по каждому качеству. Те три качества, которые набрали наибольшее количество баллов и являются ядром толерантной личности (с точки зрения классного коллектива, группы).

Подведение итогов

Участники получают возможность:

1. Сравнить представление о толерантной личности каждого из членов группы с общегрупповым представлением.
2. Сравнить представление о себе («+» в колонке «А») с портретом толерантной личности, созданным группой.

5. Обсуждение качеств толерантной личности (5 минут)

Честно ли вы заполняли опросник? Какие черты толерантной личности наиболее точно может охарактеризовать человека? Какие из качеств наиболее точно может представлять толерантную личность? Почему?

6. Рефлексия-занятия (5 минут)

Вопросы для рефлексии:

- Узнали ли вы что-то новое о себе? О других?
- Что для вас важнее: быть самим собой или частью коллектива?
- Какими качествами должен обладать толерантная личность? Можно ли воспитать в себе толерантную личность?
- Для чего человек объединяется с другими людьми?

Приложение 1

Заготовка для упражнения

Черты толерантной личности	Колонка А	Колонка Б
1. Расположенность к другим		
2. Снисходительность		
3. Терпение		
4. Чувство юмора		
5. Чуткость		
6. Доверие		
7. Альтруизм		
8. Терпимость к различиям		
9. Умение владеть собой		
10. Доброжелательность		
11. Умение не осуждать других		
12. Гуманизм		
13. Умение слушать		
14. Любознательность		
15. Способность к сопереживанию		

СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ КЛАССНОГО ЧАСА «МЫ РАЗНЫЕ, НО МЫ ВМЕСТЕ, В ЭТОМ НАША СИЛА, ДРУЖБА И ВЕСЕЛЬЕ!»

Тихонова Н. П.

МКОУ «СОШ г. Нариманов», Астраханская область

Целевая аудитория: ученики 5 класса, 10–11 лет.

Ожидаемый эффект:

- приобщение детей к традициям народов, проживающих в России, посредством изучения народных игр;
- развитие коммуникативных качеств детей, навыков совместной деятельности;
- формируются дружеские отношения в коллективе, доброта, толерантность.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: кабинет или спортивный зал, платок, узелок из платка, канат, ноутбук с записями мелодий народных для игр.

Краткое описание идеи: приобщение детей к традициям, к культуре народов, проживающих в России, посредством народной игры, воспитание толерантности и коллективизма, дружеских взаимоотношений.

План подготовки: найти помещение, выбрать время проведения мероприятия, подготовить инвентарь, подготовить музыку для игр.

Подробное описание:

- подготовка помещения для проведения мероприятия;
- погружение ребят в приобщение к культуре народностей, проживающих в стране;
- проведение игр: осетинской «Слепой медведь», татарской «Узелок», русской «Золотые ворота»;
- заключительная часть, вывод, рефлексия; чтение стихотворения.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

Ведущий

Ребята, мы живем в большой, красивой, многонациональной семье. Наша семья называется Россия. В нашей стране России много лесов, полей, рек, морей, земли. Мы очень любим свою страну. Мы гордимся, что в ней проживает много разных народностей. У каждого народа своя культура, свой язык, свои традиции, свои игры, песни, танцы, национальный костюм, музыка. Эта культура закладывалась тысячелетиями. А мы пришли в этот мир, чтобы не забыть культуру народов, а изучить и сохранить для будущих потомков. Изучив культуру разных народов России, мы станем еще богаче, дружнее, сплоченнее. Какие национальности вы знаете? *(Ответы детей)*

Сегодня мы совершим путешествие в мир забав, познакомимся с играми, которыми гордятся разные народности, проживающие на территории России. Мы с вами не только будем узнавать о новой игре, но и поиграем в нее.

1. Осетинская народная игра «Слепой медведь»

Осетины проживают на юге нашей страны, на Кавказе, в Южной Осетии. Это гордый независимый народ. В осетинских лесах и горах можно увидеть медведя. Поэтому осетины и придумали эту игру. Она напоминает русскую игру «Жмурки». Сначала выбирается водящий, он и будет «Слепым медведем». Ему завязывают глаза платком. Его задача – поймать приближающихся ребят. Ребята становятся по кругу и могут подавать звуки, например, палочками или колокольчиком. Спасаясь от медведя, игроки разбегаются в рассыпную, но не выбегают за пределы игровой площадки. Пойманный становится «Слепым медведем».
(проводится игра «Слепой медведь»)

2. Татарская народная игра «Узелок»

В Поволжье проживают татары, эта народность занимает второе место по численности населения нашей огромной страны. Татарский народ славится своим гостеприимством, дружелюбием. В древности, когда не было пакетов, сумок татары использовали узелки. Платок или шарф завязывали в узелок. Для этой игры узелок был необходим. Игроки высаживались в круг на расстоянии 1,5 метра и выбирали водящего. Водящий должен находиться вне круга и оттуда поймать узелок. Если он успевал коснуться рукой, то игрок, не сумевший защититься его, становился водящим. Узелок нельзя прятать от водящего, а быстрее передать его соседу, было запрещено перебрасывать его на другую сторону.
(проводится игра «Узелок»)

3. Русская народная игра «Золотые ворота»

Русский народ занимает первое место по численности населения. На протяжении веков в повседневной жизни славян обязательным элементом праздничных гуляний были народные игры, хороводы. С помощью игр можно было не только весело провести время, но и научить своих детей быть дружными, ловкими. Игр было очень много, одна из них называлась «Золотые ворота». В начале игры выбирались ведущие, они становились лицом друг к другу, брались за руки, образуя «ворота». Остальные играющие парами проходили через «ворота». Ведущие проговаривали скороговорку: «Золотые ворота пропускают не всегда: первый раз прощается, второй раз запрещается, а на третий раз не пропустим вас!» «Ворота» закрывались на последнем слове и ловили того, кто проходил через них. Ведущие просили обняться, кого поймали. Пойманные игроки становились за ведущими, и так продолжалось до тех пор, пока все пары пройдут через «ворота». У ведущих образовывалось две команды. И организовывалась игра «Перетягивание каната».
(проводится игра «Золотые ворота»)

Ведущий

Мы совершили путешествие в мир забав, познакомились с играми, которыми гордятся разные народности, проживающие на территории России. Мы с вами повеселились вместе. Ведь каждая игра необычна, интересна. Ребята, скажите, вам было интересно, весело?

Что нового узнали, чему научились?

Наше мероприятие подошло к концу. Хочется сказать замечательные стихи о дружбе народов нашей большой и дружной страны России.

Еврей и тувинец, бурят и удмурт,
Русский, татарин, башкир и якут –
Разных народов большая семья,
И этим гордиться должны мы, друзья!

СЕМИНАР С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ БУЛЛИНГА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 3–4 КЛАССОВ «МЫ ВЫБИРАЕМ ДРУЖБУ!»

Товбина О.В.
МАОУ «СОШ № 8», г. Геленджик

Цель: способствовать предупреждению и профилактике случаев буллинга среди учащихся начальных классов в условиях общеобразовательной школы.

Задачи:

- снижение агрессии и враждебных реакций детей за счет развития толерантности и способности к эмпатии;
- активизация знаний учащихся по теме «буллинг»;
- формирование умений и навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- оптимизация межличностных и межгрупповых отношений;
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими.

Оборудование и оформление: компьютер, проектор, экран, мультипликационный фильм Helium; отрывок сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утёнок»; мягкая игрушка для упражнения «Тест на доверие» и игры «Паровозик»; карточки с цифрами для упражнения «Оценка»; набор табличек «Правила работы в группе»; картонный ствол дерева (формат А3), листочки от дерева для каждого ребёнка; бейджики, бумага и цветные карандаши или фломастеры; планшеты, просторное помещение, для удобства стулья расставлены кругом.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Посмотрите, какой сегодня замечательный день! На улице светит солнце! Давайте создадим в нашем классе солнечное настроение. А чтобы у нас все получилось, повернемся к своему соседу и поприветствуем особым способом.

Упражнение «Слава богу, ты пришел, потому что...»

Цель: создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Необходимые материалы: не требуется.

Описание: Дети сидят в кругу. Каждый по очереди говорит соседу справа: «Слава богу, ты пришел, потому что...» – и объясняет причину своей радости.

Педагог-психолог: Замечательно! Теперь у нас тоже тепло и солнечно, как на улице. Я уверена, что на нашем занятии вы будете активными участниками, а не пассивными слушателями. Но, прежде чем мы приступим к работе, давайте вспомним правила работы в группе:

- правило «Отключить мобильный телефон»;
- правило «Здесь и теперь»;
- правило «Говорим от первого лица»;
- правило «Безоценочное суждение»;

- правило «Стоп»;
- правило «Регламент».

(Участники называют правила работы в группе, ведущий вывешивает таблички с данными правилами.)

Педагог-психолог: Ребята, сейчас я прочитаю вам отрывок из сказки, а вы угадаете ее название. (Зачитывается отрывок из сказки «Гадкий утенок»)

- Итак, что же это за сказка? (Ответы учеников)
- Конечно, это сказка о гадком утенке. А давайте вспомним, что было дальше. (Ответы учеников)
- Вы очень хорошо помните эту сказку. Правильно, утенка стали обижать. (Зачитывается отрывок из сказки «Гадкий утенок»)
- Ребята, скажите, какие чувства вы испытываете к утенку? Хочется ли вам его защитить от нападок других птиц? (Ответы учеников)
- А как вы думаете, почему обижали утенка? (Ответы учеников)
- Верно, он был непохож на других птиц этого птичьего двора, а главное – он им не нравился. К сожалению, такое явление бывает и среди людей. И сегодня мы с вами об этом поговорим.

Педагог-психолог: А сейчас я предлагаю вам посмотреть мультфильм Helium. (После просмотра)

- Бывают ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные в мультфильме? Как часто такое случается? (Ответы учеников)
 - Как вы думаете, почему у героев такие разные настроения, мироощущения жизни? (Ответы учеников)
 - Итак, если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то мы можем говорить о буллинге, то есть систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими.
 - Обратите внимание на следующее:
 - 1) основными действующими лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в мультфильме;
 - 2) буллинг осуществляется преднамеренно и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку;
 - 3) буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство;
 - 4) буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;
 - 5) буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.
- Несмотря на то, что были показаны лишь два ярких персонажа: агрессор и жертва, всегда есть наблюдатели, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга.

– Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой? Какие особенности для них характерны? *(Ответы учеников)*

– Жертвой буллинга при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой ребенок или подросток. Тем не менее можно выделить наиболее типичные личностные особенности пострадавших: внешние особенности (полнота, недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда), дети с низкой успеваемостью, плохим поведением, с заниженной самооценкой, не имеющие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками. Или, наоборот, дети успешные в учебе, спорте и т. д. Просто они по каким-то причинам не понравились агрессору. Обратите внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор, концовка мультфильма это наглядно показывает. Существуют различные виды буллинга – прямой и скрытый. Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т. п. Прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, психологическое насилие. Физическое насилие – умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Психологический буллинг связан с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи.

– Как вы думаете: буллинг можно искоренить, или он был, есть и будет? *(Ответы учеников)*

– Буллинг – это болезнь. Есть болезни, которые поражают не людей, а классы, компании. Это как если человек не моет руки, то рискует подхватить инфекцию и заболеть. Если класс не следит за чистотой отношений, то заболевает насилием. Любую болезнь нужно лечить.

Педагог-психолог: Предлагаю вам оценить ваш личный вклад в болезнь класса под названием «буллинг».

УПРАЖНЕНИЕ «ОЦЕНКА»

Цель: развитие навыков объективного самооценивания.

Необходимые материалы: карточки с цифрами 1, 2, 3.

Описание: Участники оценивают себя по степени участия в буллинге в классе.

Один балл означает – «я никогда в этом не участвую», два балла – «иногда присоединяюсь, но потом жалею», три балла – «участвовал, и мне это понравилось».

Резюме ведущего: Как я рада, что никто из вас не считает, что буллинг – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечиться.

Упражнение «Чем мы похожи друг на друга»

Цель: создание непринужденной, доброжелательной атмосферы в группе.

Необходимые материалы: не требуются.



Описание: Каждому участнику предлагается найти что-то общее с другими. Первым выбирает ведущий кого-то из группы, с кем у него есть определенное сходство, тот человек выходит в круг. (Например: мы похожи с Оксаной именами, у нас одинаковый цвет волос, мы в блузках одинакового цвета, мы ходим в одну секцию и т. д.) Затем выбранный участник находим сходство со следующим членом группы, тот тоже выходит в круг. Упражнение выполняется, пока все участники не окажутся в кругу.

Резюме ведущего: Вот видите, у всех можно найти что-то похожее, одинаковое. Мы разные, но можем заниматься одним делом, любить одни блюда, смотреть одни фильмы и т. д. Все наши различия и все сходства объединяют нас в одно целое – общество, а нашу группу объединяет то, что мы учимся в одном классе, ходим в одну школу, в которой происходят разные ситуации.

УПРАЖНЕНИЕ «ЭТЮДЫ» (В ТРОЙКАХ)

Цель: обучение навыкам конструктивного взаимодействия, поиск способов противостояния агрессии.

Необходимые материалы: не требуются.

Проигрываются этюды, в которых скрыты роли агрессора, жертвы, наблюдателя. Распределяются роли. Цель каждого достоверно, убедительно проиграть свою роль и обязательно прийти к компромиссу, примирению, за что отвечает 3 сторона (наблюдатель).

- Одноклассник в очередной раз забирает ручку у Миши, это видит Петя.
- Света уже неделю придирается словами к новенькой однокласснице.
- В столовой у Коли уже не первый раз забирают стул, ему приходится есть стоя.
- Дима постоянно называет своего одноклассника не по имени, а по национальности, издевается, насмехается над ним.

Обсуждение данных ситуаций:

- Бывают ли такие ситуации в жизни?
- Как себя вести, если возникнет такая ситуация?
- Есть ли выход из них?
- Как еще можно было решить ситуации?
- Каково было в роли жертвы, агрессора, наблюдателя?
- Можно ли помочь в реальной жизни в таких случаях?
- А кто смог бы помочь из вас?

Педагог-психолог: Я предлагаю нам передохнуть и поиграть в игру «Паровозик».

ИГРА «ПАРОВОЗИК»

Цель: способствует развитию эмпатии, положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Необходимые материалы: мягкая игрушка.

Описание: Игроки встают паровозиком, закрывая руками глаза впереди стоящего игрока. Таким образом, открытыми остаются глаза только у самого последнего игрока, стоящего в паровозике, а свободные руки – только у первого игрока.

Перед паровозиком ставится задача – достать определенный предмет, который ведущий помещает в кабинете после того, как играющие закрывают глаза. Последний игрок руками поворачивает своего соседа в нужном направлении, руководит паровозиком. По цепочки эти движения передаются всему паровозу, и он начинает двигаться. Игра продолжается, пока первый игрок не возьмет в руки спрятанный предмет.

Педагог-психолог: Мы завершаем нашу работу. У каждого из нас есть возможность обратиться к одному участнику группы и подарить ему подарочек.

УПРАЖНЕНИЕ «ПОДАРОК»

Цель: способствовать развитию взаимопонимания между детьми, рефлексии у получающих пожелание.

Необходимые материалы: подарочные конвертики с записочками, ручки.

Описание: Участникам предлагается придумать и написать, какое бы хорошее качество он подарил товарищу (чье имя ему досталось). Начать предложение нужно со слов, например: «Я хочу подарить тебе...»

УПРАЖНЕНИЕ «ДЕРЕВО»

Цель: формировать групповое сознание, направленное на выбор позитивного способа взаимодействия друг с другом.

Необходимые материалы: шаблон ствола дерева (формат А3), листочки для дерева на каждого участника, скотч.

Описание: Я предлагаю вам сегодня вместе вырастить дерево толерантности, которое будет напоминать, какие качества помогают людям общаться позитивно. У каждого из вас есть шаблоны-листочки дерева, на которых вы можете написать те качества, которые вам помогают общаться с людьми. На доске ствол дерева толерантности. Сейчас каждый из вас подойдет к дереву и прикрепит свой шаблон.

УПРАЖНЕНИЕ «СВОД ПРАВИЛ»

Цель: закрепление выбранной позитивной модели взаимодействия, принятие личной ответственности за своё поведение.

Материалы: ватман, маркер, ручки для детей.

Описание: Слушая сказку «Гадкий утёнок», мы думаем об утенке. Нам жаль главного героя. Мы с интересом и напряжением следим за его судьбой, сочувствуем. Сейчас я хочу, чтобы мы с вами подумали о курах и утках с птичьего двора. С утенком, мы знаем, всё в будущем будет хорошо. Он улетит с лебедями. А куры и утки с птичьего двора? Они так и останутся злобными, неспособными ни переживать, ни летать. Когда в классе возникает ситуация, как та, что случилась на птичьем дворе, каждому приходится определять свое место: кто он в этой истории? Среди вас есть желающие быть злобными курами и утками? Каков ваш выбор?

Я предлагаю вам записать свод правил, которым все будут следовать.

Психолог произносит каждое правило и спрашивает, согласны ли с этим дети, после чего записывает.



- У нас не выясняют отношения с кулаками.
- Не оскорбляют друг друга.
- Не смеются над чужими недостатками.
- Не портят чужие вещи.
- Не оскорбляют друг друга....

Педагог-психолог: А теперь пусть каждый поставит под правилами свою подпись, как свидетельство и согласие их соблюдать. Мы повесим эти правила в классе и будем о них помнить. Ведь нельзя делить мир только на черное или белое, хорошее или плохое, в мире много оттенков, поэтому каждый человек имеет положительные и отрицательные черты характера. Но если мы проявляем друг к другу терпимость, чуткость, доброжелательность, нам легко найти общий язык даже с теми, кто не похож на нас.

Педагог-психолог: Подводя итог, мне бы хотелось, чтобы все участники поделились тем, что полезного и нужного они почерпнули сегодня на нашем занятии.

УПРАЖНЕНИЕ «С ЧЕМ Я УХОЖУ»

Цель: формулирование личностных итогов занятия.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: Участникам предлагается рассказать о своем впечатлении от занятия одним предложением, начав со слов: «С сегодняшнего занятия я ухожу...»

УПРАЖНЕНИЕ «ТЕПЛО РУК И СЕРДЕЦ»

Дети встают в круг и берут друг друга за руки.

Психолог: Ребята, подарите ваше тепло на прощание друг другу! У вас есть тепло сердец, которое можно почувствовать через тепло ваших ладошек. Давайте пожмем друг другу руки по кругу.

Заключительное слово: Я благодарю всех участников в группе за активную работу, за позитивную энергию, которую вы излучаете. Я получила большое удовольствие работать вместе с вами. Наше занятие я хочу закончить словами:

Не обижай людей – придет расплата.

Нам счастья не сулит обида чья-то.

Ты будешь ближними любим и радость доброты познаешь,

Не пожелав другим того, чего себе не пожелаешь.

Без зла смотри на мирозданье,

А взглядом разума, добра, любви.

Жизнь – это море из благих деяний.

Построй корабль и по волнам плыви.

До свидания, до новых встреч!

Использованные интернет-источники:

1. <https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-v-nachalnoy-shkole-po-profilaktike-bullinga-4006608.html>
2. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2021/08/05/zanyatie-po-profilaktike-bullinga-v-detskom>
3. <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/468938-zanjatie-s-jelementami-treninga-po-profilakti>
4. <https://xn--80aakd6ani0ae.xn--p1ai/%D0%B1%D1%83%D1%85%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%86-%D0%B5-%D0%B0-%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B3/>

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ **«МИР БЕЗ НАСИЛИЯ – МИР, В КОТОРОМ Я ЖИВУ»**

Томилина Е. Н.
ГБОУ «Школа № 64», г. Москва

Если Вы, как ведущий, не готовы
быть искренним и открытым
с участниками этого занятия –
отложите его проведение.
Подождите, когда будете открыты.

Целевая аудитория:

Подростки, обучающиеся 9, 10, 11 классов, студенты колледжей, вузов.

Ожидаемый эффект

Развитие у подростков и молодежи эмоционального интеллекта и эмпатии, умения оказывать поддержку и проявлять сочувствие, повышение персональной грамотности в вопросах профилактики ксенофобии, сплочение команды, повышение уверенности в себе, отработка и развитие коммуникативных навыков.

Время, необходимое на подготовку: 45 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 встреча на 60 минут.

Вспомогательные материалы:

Стулья по количеству участников и для ведущего стоят по кругу, бейджи для участников и ведущего, свободное пространство.

Краткое описание идеи

Интерактивное занятие позволяет участникам лучше узнать друг друга через безопасное игровое поле и создать основу для сплочения подросткового/молодежного коллектива, сформировать предпосылки антиксенофобного поведения, толерантного (уважительного) отношения к каждому в учебном коллективе. Также в игровой деятельности и в безопасной психологической среде молодые люди смогут лучше понять себя и своих одноклассников/одногоруппников, осознать важность каждого человека в создании атмосферы доверия, доброжелательности, поддержки и уважения в отдельном классе и в школе/колледже в целом, проявить свои коммуникативные навыки. Занятие может использоваться как стартовое для последующих тематических встреч (коммуникация, барьеры общения, конфликты, дружба, эмоции и эмпатия и т. д.).

Подробное описание

Участники и ведущие сидят по кругу.

«Здравствуйтесь. Сегодня от вас и от меня потребуются смелость, умение быть честным, доверие нашему кругу*. Я буду называть некоторые качества, личностные



особенности, жизненные обстоятельства, которые могут вас касаться в большей или меньшей степени. Если вы, услышав от меня информацию, считаете, что она про вас, вашу семью, ваших друзей, что она вас касается, пожалуйста, встаньте. Посмотрите, кто еще так же, как и вы, переживал нечто подобное, находится в похожей ситуации. Я, ведущий, принимаю участие наравне с вами.

*(*Ведущий – участник игры – это создает дополнительное ощущение искренности и защищенности у участников занятия.)*

Ситуации будут разные. Просьба к тем, кто не встал, создать «аквариум», т. е. соблюдать Правила тишины и конфиденциальности. Что делать, если у вас возникнут вопросы?»

Здесь ведущий предлагает ребятам самим накидать варианты решения. Мозговой штурм в целом должен подвести ребят к следующему решению: задаем вопросы тактично, не нарушая личные границы, проявляя уважение, умение вести себя культурно, сочувствуя, а не высмеивая.

«Если стоящий участник захочет, то он может ответить на вопросы, дать комментарий по своей ситуации, если нет, то мы проявляем уважение и такт.

Итак, встаньте те, кто...

1	<i>Считает себя достойным представителем мужского пола.</i>
	<i>Считает себя достойной представительницей женского пола.</i>
	Обсудите с ребятами: кто такой достойный представитель, что они вкладывают в это понятие, что могут вкладывать другие люди.
2	<i>В зависимости от ситуации может проявить качества, которые традиционно считаются в обществе скорее мужскими, чем женскими (настойчивость, решительность, целеустремленность).</i>
	<i>В зависимости от ситуации может проявить качества, которые традиционно считаются в обществе скорее женскими, чем мужскими (терпимость, нежность, заботливость).</i>
	Обсудите с ребятами: в человеке, будь то мужчина или женщина, есть разные качества, и в разных ситуациях могут потребоваться разные навыки и личностные качества (заботливый и нежный папа; смелая мама, защищающая ребенка от опасности; женщина, решившая поднять вопрос о повышении зарплаты или улучшении условий труда; мужчина, готовящий завтрак, и т. д.).
3	<i>Относится к подростковой возрастной категории.</i>
	<i>Относится к молодежной возрастной категории.</i>
	<i>Относится к детской возрастной категории.</i>
	<i>Относится ко взрослой возрастной категории.</i>
	Обсудите с ребятами: возрастные градации, понятие паспортный, биологический, психологический возраст.



4	<i>Родился и живет в Москве.</i>
	<i>Переехал в Москву из других городов России.</i>
	<i>Переехал в Москву из других стран.</i>
	Спросите ребят, откуда они приехали. Обсудите с ребятами: кто принимал решение о переезде, насколько легко или с трудом им дался переезд, расставание с родным домом и друзьями, как у них складываются отношения на новом месте.
5	<i>Когда-либо жил в среднем материальном достатке.</i>
	<i>Когда-либо жил в низком материальном достатке.</i>
	<i>Когда-либо жил в высоком материальном достатке.</i>
	Обсудите: какие перепады менее болезненны.
6	<i>У кого среди родственников есть русские.</i>
	<i>У кого среди родственников есть украинцы.</i>
	<i>У кого среди родственников есть татары.</i>
	<i>У кого среди родственников есть армяне.</i>
	<i>У кого среди родственников есть евреи.</i>
	<i>У кого среди родственников есть поляки.</i>
	<i>У кого среди родственников есть (сами продолжите перечень) ...</i>
	<i>У кого среди родственников есть какие-либо, не названные мной, национальности, познакомьте нас с ними.</i>
7	<i>У кого среди друзей есть русские.</i>
	<i>У кого среди друзей есть украинцы.</i>
	<i>У кого среди друзей есть татары.</i>
	<i>У кого среди друзей есть армяне.</i>
	<i>У кого среди друзей есть евреи.</i>
	<i>У кого среди друзей есть поляки.</i>
	<i>У кого среди друзей есть (сами продолжите перечень) ...</i>
	<i>У кого среди друзей есть какие-либо, не названные мной, национальности, познакомьте нас с ними.</i>
	<i>Выбирает друзей по национальному признаку.</i>
	<i>Выбирает друзей по личностным качествам и поступкам.</i>
8	<i>Считает себя верующим человеком.</i>
	<i>атеистом.</i>
	<i>агностиком.</i>
	<i>По вероисповеданию православный христианин.</i>
	<i>мусульманин.</i>
	<i>католик.</i>
	<i>буддист.</i>



	<i>иудей.</i>
	<i>протестант.</i>
	Если среди нас есть представители еще каких-либо религиозных конфессий – назовите их, пожалуйста.
	Есть родственники или друзья отличные от вас по вероисповеданию.
9	<i>Считает, что у него есть некоторые физические несовершенства.</i>
10	<i>Сложности со здоровьем у ваших родных, может быть, есть инвалидность.</i>
	<i>Сложности со здоровьем у вас (хронические заболевания).</i>
11	<i>Есть или были какие-либо страхи.</i>
	Попросите тех ребят, кто готов, назвать их.
	<i>Справился с какими-либо страхами.</i>
12	<i>Когда-нибудь подвергался насилию.</i>
	<i>Сам совершал насилие над другими.</i>
	Далее уместно обсудить виды насилия (физическое, моральное, сексуальное) и после обсуждения снова задать вопросы:
	<i>Когда-нибудь подвергался насилию.</i>
	<i>Сам совершал насилие над другими.</i>
13	<i>Кого хоть раз обманывали.</i>
	<i>Сам хоть раз врал.</i>
	Поблагодарите ребят за честность и смелость быть честными внутри этого круга доверия.
14	<i>Есть то, за что Вам стыдно.</i>
	<i>Хотел бы, чтобы его простили.</i>
15	<i>Был когда-нибудь влюблен.</i>
	<i>Был когда-нибудь любим.</i>
16	<i>Есть поступки, которыми вы гордитесь, какие-то достижения.</i>

А теперь я задам ряд странных вопросов. Мы уже не встаем, а только поднимаем руку, если это про вас лично:

Поднимите руку те, кто сам выбрал:

- в какой семье ему родиться;
- своих родственников;
- национальную принадлежность;
- страну рождения;
- свои генетические особенности, которые нашли отражение в качестве здоровья;
- внешние особенности, то есть сам выбрал при рождении цвет кожи, волос, разрез глаз, рост;
- кто, будучи ребенком, сам выбрал вероисповедание;
- материальный статус своей семьи;

- врать ему или говорить правду;
- обижать или защищать других.

Есть то, что является данностью. И мы живем с этим, миримся, принимаем, учимся любить.

А есть поступки, поведение, которые оцениваются в понятиях нравственно или нет, и есть то, чем можно гордиться, и то, за что человека будут осуждать общество или он сам себя».

Ведущий предлагает желающим поделиться своими мыслями и чувствами:

- Как вы думаете, что чувствовали те, кто был в меньшинстве?
- Что чувствовали Вы, когда были в меньшинстве?
- Что Вам хотелось сделать по отношению к тем, кто был в меньшинстве?
- Чего Вы хотели, когда были в меньшинстве?
- Узнали Вы что-то про своих одноклассников/одногогруппников? А про себя?
- Как Вы сейчас себя чувствуете? Какое у вас настроение? С чем Вы уйдете с этой встречи?

И в завершение я предлагаю всем нам встать, положить правую руку на плечо или талию соседа. А теперь положите левые руки. Пораскачивайтесь все вместе. Почувствуйте, что каждый важен и как хорошо, что мы разные, готовы помогать друг другу и видеть друг в друге Друга. Сделайте глубокий вдох через нос и более глубокий выдох через рот, можно сопровождать его звуком. Давайте повторим это еще дважды. Поблагодарите тех, кто сегодня был с Вами и помог пройти через это занятие. Я благодарю Вас за искренность, поддержку и смелость. И если есть желание, то мы можем друг друга обнять, пожать руку или сказать слова благодарности тем, кому Вам сейчас хочется это сделать».

СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «ВМЕСТЕ МЫ СИЛА»

Урычева М. С.
МАОУ «ОЦ «НЬЮТОН» г. Челябинска», г. Челябинск

Целевая аудитория: 10–11 лет.

Ожидаемый эффект:

- привлечение учащихся к участию в мероприятиях, направленных на профилактику буллинга, сплочение коллектива;
- возможность обучающимся высказать свою точку зрения;
- возможность узнать друг друга ближе;
- стать терпимее по отношению друг к другу.

Время, необходимое на подготовку: от 3 до 7 дней.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: компьютер, проектор, колонки, карандаши, фломастеры, заготовка «сердца» на ватмане (раскрашенное в красный цвет), заготовка бумажные круги.

Краткое описание идеи

Детский коллектив – сложное социально-педагогическое явление, воспитывающая среда, существенно влияющая на процессы социализации и индивидуализации личности, формирование ее нравственных качеств. В данном определении раскрыта двойственная природа коллектива: организация и общность. Это означает значимость:

- сочетание формальной и неформальной структуры;
- соотношение норм и ценностей коллектива и его членов;
- соединение деловых и личных отношений.

К основным характерным признакам коллектива относят: наличие общественно значимых целей, систематическое включение воспитанников в социально значимую деятельность, организация совместной деятельности, наличие органов самоуправления, наличие общих интересов. Согласно позиции ученых, коллектив за счет одних свойств способствует нивелировки личности, за счет других – развитию индивидуальности. Поэтому положение личности в коллективе характеризуется как идентификацией (принадлежность к социальной группе), так и ее обособлением. Современный младший школьник растет в многомерном, полифункциональном, разделенном на разные слои и страты обществе. При моделировании воспитательной среды, создающей необходимые условия для достижения цели воспитания, важен учет возрастных особенностей школьников. Значимость средовых факторов, сила их влияния на личность зависит от возраста ребенка.



ЗНАКОМСТВО «ПОДНОС СЛАДОСТЕЙ»

Каждому из вас необходимо выбрать одну конфету из представленного ассортимента на подносе. После того вам необходимо описать ее, ответить на вопрос: «Какая она по составу, на вкус, как выглядит?»

После того как вы описали конфету, можно ли сказать, что она похожа на вас чем-то?

Данное упражнение каждому из вас дает возможность увидеть свою уникальность и ваших одноклассников. Вы являетесь составляющей класса так же, как данные конфеты уместились на этом подносе.

10 мин

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Ребята, скажите, в трудной ситуации человек может один справиться?

Сможет ли он один победить войну?

Перекопать поле?

Победить в командных соревнованиях?

(Ответы детей)

Для того чтобы убедиться, что вместе легче, я предлагаю посмотреть видеоролик:

<https://www.youtube.com/watch?v=V18szqa6ulw>

Что вы поняли, просмотрев видеоролик?

Что важно в коллективе?

В вашем классе есть такая поддержка?

Сможете ли вы назвать тему нашего занятия?

Ответы детей:

- сплочение,
- поддержка,
- дружба,
- помощь.

Вы правы, всё, что вы говорите, относится к нашей теме.

А называется наше занятие «Вместе мы сила».

Сможете ли вы сказать, какой должен быть в вашем представлении идеальный классный коллектив?

УПРАЖНЕНИЕ «КРУГ»

На доске очерчена окружность, и при перечислении ребятами характеристик класса педагог вписывает в сектора.

Ответы детей:

Дружба

Помощь

Сплочение

Добро

Веселье и т. д.

Обсуждение



Ребята, а в вашем классе происходят конфликты? Расскажите, как вы справляетесь с ними?

Каждый из вас может помочь своему классному коллективу. Для этого я предлагаю вам подумать или посмотреть на наш круг и выбрать ту характеристику класса, которая вам ближе, и представить на маленьком кружке в виде символа.

(обучающимся выдается заготовка «круг»)

Во время того как класс занят индивидуальным заданием, педагог на доске располагает заготовку «сердца», чтобы каждый обучающийся смог разместить свой символ на сердце. По мере выполнения задания обучающиеся подходят и прикрепляют на сердце свой символ.

20 мин

Рефлексия

Посмотрите, какой получился у нас с вами совместный продукт. Каждый из вас вложил частичку себя в это сердце.

Скажите, что вы чувствуете?

Понравилось ли вам сегодня на занятии?

Что вы возьмете с собой сегодня из занятия?

В завершение нашего занятия и объединения нас предлагаю всем вместе встать и рукой, пальчиком прикоснуться к сердцу и зарядиться силой, потому что вместе вы сила – не забывайте об этом.

10 мин

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ «КАК ХОРОШО, ЧТО МЫ ВСЕ ТАКИЕ РАЗНЫЕ!»

Хаматова И. В.

МБОУ СОШ 1, г. Каменск-Шахтинский, Ростовская область

Целевая аудитория: учащиеся 4-х классов.

Ожидаемый эффект: сформировать у учащихся представление о ксенофобии, толерантности, развивать навыки групповой работы.

Время, необходимое на подготовку: 15 минут.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: видеофрагмент мультфильма «Лука», схематическое изображение двух деревьев на листах ватмана, две пачки стикеров – в форме яблок и в форме цветов, фломастеры или ручки.

Краткое описание идеи: акцентировать внимание на понятии «толерантность», обратить внимание на актуальность его формирования. Основная идея в принятии не таких, как все, так как какими бы люди ни были разными, у них всегда найдутся точки соприкосновения.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

1. Просмотр фрагмента мультфильма «Лука» (5 минут)

В мультфильме рассказывается о приключении двух мальчиков, Лука и Альберто, скрывающих от людей, что они на самом деле морские монстры. Лука сбегает из дома, рассказывает об этом Альберто, и они решают вместе убежать в город людей – Портороссо. Там они встречаются с Эркиле – местным хулиганом, считающим Портороссо своим городом. Эркиле нападает на Луку и пытается окунуть в фонтан, насмехается над ними. На помощь героям приходит Джулия, девочка, мечтающая выиграть мотогонки. Когда девочка узнала, что ребята не люди, а морские чудовища, которых боится весь город, не испугалась, заступалась за них и помогла победить в гонках.

Герои мультфильма дают понять, что преодолеть взаимную неприязнь и страх все же можно. И лучше всего с этим справляются дети, которые игнорируют стереотипы.

Это мультфильм прежде всего о толерантности и принятии не таких, как все.

2. Обсуждение фрагмента мультфильма (10 мин)

1. Как вы думаете, а мы с вами можем оказаться в такой же ситуации, как Лука и Альберто? Нас могут обижать? Почему?

(Каждый из нас отличается друг от друга, мы не похожи друг на друга, и это может кому-то не нравиться.)



2. Как вы считаете, подружиться с человеком, который на тебя совсем непохож, легко? Или такого не может быть вообще? Приведите примеры.
3. А можно ли относиться к человеку плохо только потому, что он выглядит не так, как все вокруг?
4. Почему Джулия дружила с ребятами и помогала им, даже когда узнала, что они морские монстры?
5. От чего зависит дружба? Какие взаимоотношения складываются у вас с друзьями? Приведите примеры.

3. Упражнение «Два дерева» (15 минут)

Материалы: схематическое изображение двух деревьев на листах ватмана, две пачки стикеров – в форме яблок и в форме цветов, фломастеры или ручки.

Инструкция участникам:

«Мы с вами выслушали различные точки зрения относительно взаимоотношений между людьми. Теперь давайте обобщим все сказанное.

Итак, в крепкой дружбе есть определенные «плоды», достигнутые результаты, благодаря определенным качествам. Но есть и «цветы» – нерешенные еще задачи, требующие наших усилий, это те чувства, качества, которые осложняют человеку жизнь.

Сейчас мы с вами поделимся на 2 группы, и каждая группа получит четыре стикера – два в виде яблока и два в виде цветка. Я прошу вас на каждом яблоке написать то, что вы считаете благоприятными качествами, помогающими строить крепкую дружбу (эти качества должны присутствовать у всех членов вашей группы), а на цветке – те эмоции, чувства, качества, которые мешают крепкой дружбе.

Затем ведущий предлагает каждой группе поочередно озвучить свои варианты и приклеить цветы – на одно дерево, а «плоды» – на другое.

Обсуждение после упражнения:

1. Какое из этих деревьев принесет больше пользы человеку? (с яблоками)
2. Что надо сделать человеку, чтобы цветы превратились в яблоки? Варианты ответов.

Ведущий обращает внимание учеников на «деревья», подчеркивает важность полученных результатов.

4. Игра «Домино» (10 минут)

Ход игры

Ведущий предлагает участникам вспомнить правила игры в домино и сообщает, что сейчас нужно будет составить домино из участников группы. Участники встают в круг, ведущий становится в центр и называет две свои характеристики, например: «С одной стороны, я ношу очки, с другой люблю мороженое». Участник, который тоже носит очки или тоже любит мороженое, подходит к первому участнику и берет его за руку, говоря, например «С одной стороны, я люблю мороженое, с другой стороны, у меня есть собака». Игра продолжается, пока все участники не станут частью домино.

Обсуждение после игры:

1. Узнали ли вы что-нибудь интересное о ком-то из одноклассников?
2. Какой вывод можем сформулировать после игры?

(Ведущий подчеркивает, что, какими бы люди ни были разными, у них всегда найдутся точки соприкосновения.)

5. Подведение итогов (дискуссия 5 минут)

1. Что интересного, возможно, нового вы узнали о своих одноклассниках?
2. Хорошо ли, что все мы такие разные? Почему?
3. Что может объединить разных людей?

Да, ребята, все мы очень разные, у каждого есть свои особенности, не говоря уже о внутреннем мире каждого человека. Мы должны уважать индивидуальность каждого человека, у нас есть различия, но каждый из нас неповторим и нужен всем остальным.

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЦВЕТОЧНАЯ ПОЛЯНА»

Хатомченкова М. О.
ГБПОУ «Воробьевы горы», г. Москва

Целевая аудитория: 3–4 класс.

Ожидаемый эффект:

- формирование/поддержание дружественной атмосферы в классе;
- формирование благоприятного психологического климата;
- закрепление навыка конструктивной коммуникации между одноклассниками.

Время, необходимое на подготовку: 40 минут.

Время, необходимое на проведение: 30–40 минут.

Вспомогательные материалы: мячик, листы бумаги формата А4 (желательно цветные пастельных тонов), стенд для крепления получившихся именных цветов.

Формы работы: игровая ситуация, тренинг.

Краткое описание: основной идеей является приобретение практического опыта поиска положительных черт характера, поведения и поступков другого человека/одноклассника.

План подготовки:

- подготовить бумажные кружки диаметром 21 см (по размеру листа А4) количеством – на каждого ребенка в классе.
- подготовить бумажные «лепестки» диаметром около 10 см (с учетом возможности написания крупно 2–3 слов на каждом) количеством – на каждого ребенка в классе умножить на 5–6.
- маркеры, фломастеры, карандаши – в достаточном количестве на всех.
- стенд или доска – поляна для крепления «цветов».

Ход занятия

Организационный момент. Формирование дружелюбного настроения. Трансляция игровой легенды.

Ведущий:

– Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас пройдет необычное занятие. Мы с вами превратимся в цветы – каждый по отдельности и вместе создадим живописную цветочную поляну. Может быть, вы слышали выражение: «Дети – цветы жизни!» Мы сейчас с вами попробуем создать много цветов и посадить все эти цветы на вашей «классной» поляне.

Для начала помогите мне с вами познакомиться. Я сейчас каждому из вас вручу кружок – это серединка цветка. Вы, получая этот кружок, называете свое имя и название любого цветка, который, как вам кажется, подходит по характеру.

Ход занятия

Раздаем серединки цветов (серединки сделаны в виде кругов из бумаги 6-ти разных цветов). Каждый ребенок пишет свое имя, название цветка, на который он похож, и может еще что-нибудь нарисовать на серединке.



– После того, как каждый из цветков получит свое имя, этим цветам нужно будет «опериться» лепестками. Каждый из Вас получит по 6 чистых пустых лепестков (6-ти разных цветов) – их нужно будет заполнить и прикрепить к серединкам цветков одноклассников. Нужно будет найти серединки того цвета, как ваши лепестки, написать на них положительные утверждения и приклеить к серединкам. Раздаем по 6 лепестков (в каждом наборе 6 разных цветов).

Утверждения могут быть такого характера:

- ты хороший друг;
- ты хорошо умеешь организовать игру на перемене;
- ты принес мне почитать интересную книгу в прошлом году;
- ты объяснил мне, как решать уравнение;
- ты добрый;
- ты веселый;
- мы вместе готовились к сдаче норм ГТО;
- мне нравится, как ты оформил стенд с фотографиями о нашей поездке в каникулы;
- у тебя хорошо получается рисовать, и ты нам иногда помогаешь.

Дети ищут подходящую по цвету к лепестку серединку, думают, что можно написать владельцу данного цветка. Пишут, приклеивают свой лепесток и ищут ребенка с серединкой другого цвета.

К концу упражнения все лепестки должны найти свои серединки. Во время выполнения упражнения дети хаотично двигаются, ищут серединки нужного цвета.

Хорошо, если в этом упражнении будет участвовать и классный руководитель.

Таким образом, получается, что не менее чем 6-ти своим одноклассникам каждый ребенок напишет 6 хороших конструктивных «напоминалочек» о его положительных чертах характера или поступках.

В заключение все получившиеся цветки прикрепляем на поляну класса.

Рефлексия

– Скажите, пожалуйста, легко ли было Вам самим подобрать для себя название цветка по характеру? (Цветы разные по высоте, крепкие или слабые, гладкие или с шипами и т. д.)

– Легко ли было вспомнить про каждого одноклассника, которому вы прикрепляли лепесток, хорошую черту характера или то, что у него хорошо получается?

Дети по очереди высказываются. Особое внимание ведущий должен обратить на те цветы, которые подразумевают наличие шипов или маленький размер, или высокую уязвимость.

В конце четверти можно предложить всем ребятам класса забрать свои цветки домой, повесить их в своей комнате и посматривать на них, когда будет плохое настроение или хмурый день.

МЕРОПРИЯТИЕ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ «ГЛАВНОЕ – НЕРАВНОДУШИЕ»

**Черемных Л.В.
МАОУ Гимназия, г. Нытва**

Целевая аудитория: подростки 13–14 лет.

Ожидаемый эффект: формирование межличностной толерантности; развитие эмпатии у обучающихся, уважительного отношения к другим; формирование личной позиции по отношению к насильственному поведению; формирование конструктивного индивидуального и группового поведения; формирование позитивного психологического климата в коллективе.

Время, необходимое на подготовку: 12–16 часов.

Время, необходимое на проведение: 45–50 минут.

Вспомогательные материалы: презентация со слайдами, карточки формата А4 с шаблонами для заполнения для группового обсуждения, карточки с выражениями для упражнения «По кругу», видеоролик, ноутбук, проектор, экран, стулья по кругу, столы для обсуждения, ручки, карандаши.

Краткое описание идеи

- I. Методика «Вижу. Слышу. Действую». **5–7 мин**
- II. Просмотр ролика «Насилие». **5 мин.**
- III. Обсуждение просмотренного ролика. **5 мин.**
- IV. Работа в группах «Портрет героя». **5–7 мин.**
- V. Общее обсуждение полученных портретов героев. **5 мин**
- VI. Дискуссия «Продолжение истории» Досматриваем ролик. **10 мин**
- VII. Упражнение «По кругу». **10 мин**
- VIII. Рефлексия занятия. **5 мин**

План подготовки

За день-два до мероприятия:

1. Определение целевой аудитории и темы мероприятия.
2. Поиск соответствующего заданной теме ролика.
3. Подбор теоретического материала к теме.
4. Создание презентации и дополнительного реквизита для проведения мероприятия.
5. Подбор аудитории для проведения мероприятия, установка необходимого оборудования и инвентаря.

В день проведения мероприятия:

1. Приглашение участников мероприятия.
2. Проведение мероприятия.
3. Рефлексия и анализ проведенного мероприятия.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

«Главное – равнодушие»

I. Методика «Вижу. Слышу. Действую». 5-7 мин

Всех участников разбиваем на 3 группы:

1 – Обсуждает вопрос «Как можно увидеть, что в школе, классе что-то происходит?»

2 – Обсуждает вопрос «Как можно услышать, что в школе, классе что-то происходит?»

3 – Обсуждает вопрос «Какие действия в школе могут нам подсказать, что происходит насилие?»

Далее – общее обсуждение всех трех групп.

II. Просмотр ролика «Насилие» (до 04.45сек) 5 мин

III. Обсуждение просмотренного ролика. 5 мин

– Что происходит в данном ролике? (*насилие, травля*)

– Кто есть кто в этой ситуации насилия? (*агрессор (ы), жертва, свидетель (друг)*)

IV. Работа в группах «Портрет героя». 5-7 мин

Каждая группа получает карточку с героем ситуации (*агрессор, жертва, свидетель*) (*на выбор*).

Задача каждой из групп:

– обсудить данную ситуацию из ролика;

– проанализировать героя ситуации, который им достался по предложенной схеме «Узнаем героя глубже» (*приложение*).

Обсуждая, отвечают на вопросы:

В чем потребность?

Что чувствует герой?

Что он думает?

Что говорит?

Что делает?

Характер героя?

Как он выглядит?

V. Общее обсуждение полученных портретов героев. 5 мин

В процессе презентации ведущий задает наводящие вопросы:

– Почему герой имеет определенные чувства?

– Почему вы (участники) решили выбрать именно эти потребности?

– Как связано то, что говорит герой, с тем, что он чувствует?

– Как влияют потребности героя на то, как он себя ведет, что делает?

VI. Дискуссия «Продолжение истории». Досматриваем ролик с 4мин 45 сек. 10 мин

Размышляем на тему продолжения истории

(*учащиеся предлагают свои варианты*). После чего **досматриваем ролик.**

(*обсуждение*).



VII. Упражнение «По кругу». 10 мин

Участники садятся в круг. Каждый получает от ведущего карточку, на которой содержится какое-либо замечание по поводу внешности или поведения одного из участников.

Все участники по кругу (по очереди) произносят записанную на карточке фразу, глядя в глаза соседу справа, задача которого – достойно (не проявив агрессию) ответить на этот «выпад». Затем ответивший участник поворачивается к своему соседу справа и зачитывает фразу со своей карточки. Когда каждый выполнит задание, то есть побывает и в качестве «нападающего» и в качестве «жертвы», 1 часть упражнения заканчивается, и группа переходит к обсуждению:

- Легко ли было выполнять задание?
- Принимали ли они близко к сердцу нелестное замечание о себе?

Примеры карточек:

- С тобой бесполезно договариваться о чем-либо. Ты все равно все забудешь.
- С тобой нельзя иметь никаких деловых отношений.
- Когда я тебя встречаю, мне хочется перейти на другую сторону улицы.
- Ты слишком высокого мнения о себе. Ты ведешь себя так, как будто ты самый главный здесь.
- У тебя такой скрипучий голос, он действует мне на нервы.
- У тебя такой страшный взгляд.
- Ты как не от мира сего.
- Ты никогда никому не помогаешь.
- У тебя полностью отсутствует чувство юмора.
- Что ты вечно на всех кричишь?
- Посмотри, на кого ты похожа!
- Ты слишком много болтаешь ерунды.
- Ты слишком плохо воспитана.

Первый круг – по очереди все говорят соседу эти выражения, в ответ – им отвечают.

Второй круг – по кругу уже произносим комплименты.

Тоже после него обсуждение:

- Что чувствовали во время выполнения задания?
- Легко ли было говорить комплименты?
- Легко ли было их принимать?

VIII. Рефлексия-занятие. 5 мин

Приложения

Портрет героя (агрессор)

В чем потребность?

Что чувствует?

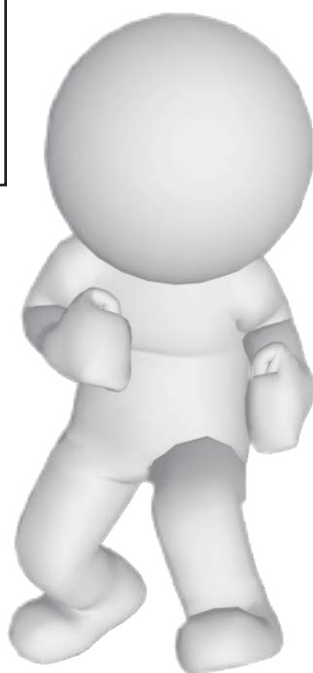
Что думает?

Что говорит?

Как он выглядит?

Какой у него характер?

Что делает?





Портрет героя (жертва)

В чем потребность?

Что чувствует?

Что думает?

Что говорит?

Как он выглядит?

Какой у него характер?

Что делает?





Портрет героя (свидетель)

В чем потребность?

Что чувствует?

Что думает?



Что говорит?

Как он выглядит?

Какой у него характер?

Что делает?

Примеры карточек

С тобой бесполезно договариваться о чем-либо. Ты все равно все забудешь.
С тобой нельзя иметь никаких деловых отношений.
Когда я тебя встречаю, мне хочется перейти на другую сторону улицы.
Ты слишком высокого мнения о себе. Ты ведешь себя так, как будто ты самый главный здесь.
У тебя такой скрипучий голос, он действует мне на нервы.
У тебя такой страшный взгляд.
Ты как не от мира сего.
Ты никогда никому не помогаешь.
У тебя полностью отсутствует чувство юмора.
Что ты вечно на всех кричишь?
Посмотри, на кого ты похожа!
Ты слишком много болтаешь ерунды.
Ты слишком плохо воспитана.



СЦЕНАРИЙ ИНТЕРАКТИВНОГО ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ТАКИЕ ЛИ МЫ РАЗНЫЕ?»

Яжнаева А. И.

**МБОУ «Черно-ануйская СОШ Им. Героя Советского Союза
К. А. Туганбаева»
с. Черный Ануй, республика Алтай**

Целевая аудитория: учащиеся 4 класса.

Ожидаемый эффект:

- Закрепить атмосферу доверия и понимания друг друга.
- Сформировать ответственность за сохранение уважительного отношения учащихся класса разных национальностей.
- Поддержать стремление учащихся говорить открыто и уважительно о том, что их волнует.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы:

- национальные одежды, национальные блюда, национальные предметы быта;
- ватман, цветная бумага, фломастеры, ножницы, клей, ватман.

Краткое описание занятия

Проводится учителем ОРКСЭ. Учащиеся одеты в национальные одежды, на столах предметы быта, национальные блюда, раскрывающие колорит национального характера. Класс украшен всеми картинками и фотографиями, используемые на занятиях. Допускается привлечение учащихся других классов.

План подготовки

- Подготовить класс: расставить стулья и стулья, подготовить столы для национальных блюд;
- подготовить мультимедийную аппаратуру.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ

Учитель:

- Ребята, сегодня я хочу поговорить с вами о нашей стране и о людях, проживающих в ней. Как называется наша страна? (Россия)
- Наша Родина очень большая, красивая и богатая. **Россия – огромная страна.** Неудивительно, что в **России** проживают люди многих национальностей. Конституция **России** – главный закон нашей страны – начинается такими словами: «Мы, многонациональный народ Российской Федерации...» Вдумайтесь в эти строки. Они говорят о том, что в **России** много национальностей. Также существуют большие группы людей, проживающих на одной территории,

объединенных хозяйственными связями, отличающихся от других собственным **языком и культурой**.

Вопрос участникам **занятия**:

– Какие **народы** населяют наше село? (ответы) Да, наше село населяют люди разных национальностей – алтайцы, казахи, русские, есть и немцы. А теперь представители данных народов нам расскажут о своих обычаях и традициях. (Учащиеся показывают презентации на темы особенностей своих народных костюмов, кухни, традиций и обычаев).

Учитель:

– Где бы мы ни жили, чем бы мы ни занимались, мы всегда общаемся друг с другом. Так устроена жизнь. Предлагаю вам составить правила или памятки, которые точно говорят, как нужно относиться к людям другой национальности. (Составление правил и памятки «Учимся уважать людей любой национальности».)

ПЕРВОЕ ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО: относись к людям так, как ты хочешь, чтобы другие относились к тебе.

ВТОРОЕ ПРАВИЛО: гордись своей национальностью, но всегда уважай национальность другого. Никогда не говори о ней плохих слов. Это глупо и несправедливо: ведь плохих наций нет, есть плохие и хорошие люди в любой нации, в том числе и твоей.

ТРЕТЬЕ ПРАВИЛО: старайся дружить и сотрудничать с людьми другой национальности, которые живут, учатся или работают рядом с тобой, – обретешь новых друзей, интересней станет жизнь.

ЧЕТВЕРТОЕ ПРАВИЛО: изучай культуру других **народов**, этим ты обогатишь свою собственную.

Обобщая полученный опыт, участники создают коллективный портрет «страны-класса».

Инструкция: на столах лежат круги из цветной бумаги, картинки с разными лицами, журналы, фломастеры, цветные ленты, ножницы, клей, ватман.

Каждому участнику предлагается написать на цветном круге слова «дружба», «мир» на родном языке. Далее на ватмане создается портрет «страны-класса» из предлагаемого материала. Сначала каждому из учащихся важно определить свое место в круге относительно других, обозначая с помощью лент свои взаимоотношения друг с другом. Дальше можно расположить иллюстрации национальных культур класса. Творчество учащихся не ограничено.

В заключение участникам предлагается обменяться мнениями и чувствами.

Ответить на вопрос: «Такие ли мы разные?»

Организуется общий стол, где участники угощают друг друга национальными блюдами, соблюдая традиции своего народа и семьи.



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ ТОЛЕРАНТНОСТИ

ЦЕНТР ТОЛЕРАНТНОСТИ

<https://tolerancecenter.ru/>