



### **Занятие с элементами тренинга «Морское путешествие»**

**Цель:** развитие коммуникативных умений и навыков конструктивного взаимодействия у учащихся.

**Задачи:**

- приобретение навыков невербальной коммуникации;
- освоение правил межгруппового взаимодействия;
- формирование навыков конструктивного взаимодействия в малой группе и в классном коллективе в ситуации принятия решения;
- интеграция умений и навыков успешного взаимодействия с другими людьми.

**Материалы и оборудование:** презентация, цветные карандаши, фломастеры, ватманы, скотч, ножницы, карточки для упражнения «Найди свой корабль», конверты с ребусами, бумага А4, анкеты обратной связи от участников тренинга, диск со звуками моря.

**Категория участников:** учащиеся 5 класса.

**Время проведения:** 40 минут.

## **Вводная часть**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения.

Раз - подняться, подтянуться,

Два - согнуться, разогнуться,

Три - в ладоши три хлопка,

головой три кивка.

На четыре - ноги шире.

Пять - руками помахать,

Шесть – на место сесть опять.

## **Основная часть**

**Психолог.** Сегодня мы с вами совершим необычное путешествие на необитаемый остров и нам нужно собрать с собой в дорогу все самое необходимое.

### **Упражнение 1. «Собери чемодан».**

**Цель:** знакомство, создание мотивации к совместной деятельности.

**Инструкция:** учащиеся образуют круг. Каждый по очереди называет, что он возьмет с собой в путешествие. Повторяться нельзя.

**Психолог:** молодцы, путешественники, чемодан собран, практически все готово для путешествия и можно отправляться. Вот только плыть придется на двух кораблях. Вы знаете, что на каждом корабле должна быть команда. Скажите, пожалуйста, кто обязательно должен быть на корабле (учащиеся отвечают: капитан, кок и т.д. Прим.: при необходимости можно объяснить учащимся, чем занимается тот или иной человек на корабле).

Сейчас мы выполним упражнение, которое позволит правильно собрать команды двух кораблей. От вас будет зависеть, доплывем мы до острова или нет.

## **Упражнение 2. «Найди свой корабль»**

**Цель:** формирование навыков невербальной коммуникации.

### **Инструкция:**

Сейчас вы все получите карточки и узнаете, какая роль будет у вас на корабле. Карточку никому не показывайте. Все карточки парные. Ваша задача – найти человека с такой же ролью, что и у вас. Но есть одна проблема: на наших кораблях все из разных стран, поэтому объяснять друг с другом вам придется с помощью жестов. Нельзя разговаривать, писать слова в воздухе или на бумаге. Как только, по-вашему мнению, вы нашли свою пару, вдвоем отходите в сторону.

Инструкция понятна? Начинаем! Теперь, когда карточки находятся у вас, приготовьтесь... Аккуратно, чтобы никто не видел, прочитайте, что у вас там написано, и сразу спрячьте.

**Карточки (см. приложение):**

1. Капитан;
2. Штурман;
3. Боцман;
4. Впередсмотрящий;
5. Врач;
6. Бортмеханик;
7. Радист;
8. Шеф-повар (кок);
9. Рулевой;
10. Матрос;
11. Юнга;
12. Пассажир с попугаем;
13. Пассажир со скрипкой.

**Вопросы для обсуждения:**

— Что помогло вам найти свое место?

— Какие трудности возникли и как вы их преодолевали?

— Какие способы взаимодействия с другими участниками вы использовали?

— Кто, по вашему мнению, нашел удачные способы договариваться без слов? Какие? Расскажите о том, как вы понимали друг друга (примеры).

— Удалось ли кому-то, не нарушая правила, достаточно легко справиться с трудностями?

По итогам упражнения определяются две команды.

**Психолог:** ребята, вы молодцы, справились с таким сложным заданием. А теперь вам нужно посоветоваться и придумать название своим кораблям, ведь все знают, «Как корабль назовёшь, так он и поплывёт». Учащиеся придумывают названия для кораблей.

Психолог: теперь точно все готово к отплытию, можно отправляться к берегам таинственного острова. А пока мы плывем, предлагаю немного отдохнуть.

**Психолог:** посмотрите, за бортом уже показался берег острова. Пора высаживаться. Посмотрите вокруг, какой замечательный пейзаж. Сейчас наша задача – создать карту острова.

### **Упражнение 3. «Карта острова».**

**Цель:** формирование навыков командного взаимодействия, совместного планирования деятельности.

**Ход работы:** каждый участник получает кусок ватмана, на котором (на обратной стороне) карандашом написан номер, чтобы облегчить собирание общей картины в завершение занятия. Карандаши, фломастеры и другие материалы для творчества лежат на общем столе. Каждой команде предлагается создать на куске ватмана коллективный рисунок – карту острова, на котором оказались наши путешественники. Затем учащиеся каждой команды собирают рисунок-пазл и вывешивают на доску. У каждой команды получается целостный пейзаж острова. Участники команд рассказывают о той части острова, где они оказались.

## **Обсуждение:**

- Как удалось успешно выполнить это задание?
- Какие способы взаимодействия были использованы (приведите примеры)?
- С какими трудностями столкнулись? Почему?

**Психолог:** посмотрите, кажется, этот остров не такой уж необитаемый. Нас встречают коренные жители. На их острове существуют два важнейших правила общения, которые должны соблюдать все без исключения: и сами жители, и гости острова. А что это за правила нам необходимо будет узнать. Для этого нужно выполнить еще одно задание.

## **Упражнение 4. «Сундучок сокровищ».**

**Цель:** интеграция умений и навыков успешного взаимодействия с другими людьми.

**Ход упражнения:** каждый учащийся получает конверт с заданием (загадка). Первую букву отгадки необходимо выписать на лист формата А4. Затем из полученных букв каждой команде необходимо составить слово. Напоминаю, что то слово связано с процессом общением, с теми важными качествами, которыми должен обладать человек, чтобы уметь дружить и хорошо общаться с другими людьми. Каждый будет самостоятельно выполнять свою часть задания, но только вместе вы разгадаете загадку острова. Учащиеся разгадывают загадки (некоторым учащимся, возможно, придется разгадать несколько загадок), а затем составляют слова:

**ВЗАИМОПОНИМАНИЕ и СОТРУДНИЧЕСТВО.**

## С

1. Белая скатерть все поле укрыла. (Снег)

## О

2. Пришла волшебница прекрасная,  
Листву без краски перекрасила.  
(Осень)

## Т

3. Через поле и лесок  
Подается голосов.  
Он бежит по проводам,  
Скажешь здесь, а слышно там.  
(Телефон)

## Р

4. Меньше тигра, но немножко  
Больше крупной рыжей кошки.  
На суку она обычно,  
Притаившись, ждет добычу.

(Рысь)

**У**

5. В Полотняной стране

По реке Простыне

Плывет пароход

То назад, то вперед.

А за ним такая гладь – ни морщинки не видать!

(Утюг)

**Д**

6. Плотник острым долотом

Строит дом с одним окном.

(Дятел)

**Н**

7. Ну, кто готов

Свои две шпаги

Скрестить

Из-за клочка бумаги?

(Ножницы)



## И

8. Тебе дано,

А люди им пользуются.

(Имя)

## Ч

9. Ног нет, а хожу,

Рта нет, а скажу,

Когда спать, когда вставать,

Когда работу начинать.

(Часы)

## Е

10. Что же это за девица?

Не швея, не мастерица,

Ничего сама не шьет,

А в иголках круглый год.

(Ель)

## С

11. Он с жадностью пьет –

А не чувствует жажды.

Он бел

А купается только однажды:

Он смело ныряет в кипящую воду,

Себе на беду,

Но на радость народу...

(Сахар)

**Т**

12. Мы привыкли к нему,

А ведь он – чародей:

Он со мной говорит

Голосами друзей.

(Телефон)

**В**

13. Без ног и без крыльев оно,

Быстро летит, не догонишь его.

(Время)

**О**

14. Он как маленькая лошадь,  
Он упрямый, но хороший.

(Ослик)

**В**

1. Без голоса кричит,  
Без зубов кусает,  
Без крыльев летит,  
Без горла завывает.

(Ветер)

**З**

2. Я молча смотрю на всех,  
И смотрят все на меня.  
Веселые видят смех,  
С печальными плачу я.  
Глубокое, как река,

Я дома, на вашей стене.

Увидит старик — старика,

Ребенок — ребенка во мне.

(Зеркало)

## А

3. Вкусны – оближешь пальчики –

Оранжевые мячики.

Но только в них я не играю,

А неизменно их съедаю.

(Апельсины)

## И

4. Тебе дано,

А люди им пользуются.

(Имя)

## М

5. Двенадцать братьев

Друг за другом бродят,

Друг друга не обходят.

(Месяцы)

**О**

6. Пришла волшебница прекрасная,  
Листву без краски перекрасила.

(Осень)

**П**

7. В огне не горит,  
В воде не тонет,  
В земле не гниет.

(Правда)

**О**

8. Он как маленькая лошадь,  
Он упрямый, но хороший.

(Ослик)

**Н**

9. Ну, кто готов

Свои две шпаги

Скрестить

Из-за клочка бумаги?

(Ножницы)

**И**

10. Всех на свете обшивает,

Что сошьет — не надевает.

(Иголка)

**М**

11. Стукнешь о стенку -

А я отскачу.

Бросишь на землю -

А я поскачу.

Я из ладоней в ладони лечу -

Смирно лежать не хочу.

(мяч)

**А**

12. На окошке – пруд.

В нем рыбешки живут.

У стеклянных берегов

не бывает рыбаков.

(Аквариум)

## **Н**

13. Чтобы шить иль вышивать,

Это нужно в руки взять.

Разноцветные катушки

У меня есть, у подружки.

(Нитки)

## **И**

14. Ходит спесь надуваючись.

(Индюк)

## **Е**

15. Что же это за девица?

Не швея, не мастерица,

Ничего сама не шьет,

А в иголках круглый год.

(Ель)

**Психолог:** ребята, молодцы. Вы справились с очень сложным заданием и разгадали главный секрет — это острова: взаимопонимание и сотрудничество – именно эти два принципа позволяют местным жителям жить дружно и успешно общаться друг с другом.

**Обсуждение:**

- Как вам удалось успешно справиться с заданием?
- Что было самым главным при выполнении данного задания?
- Что выгоднее, полезнее – сотрудничество или соперничество?
- Как вы думаете, почему именно эти два принципа: сотрудничество и взаимопонимание являются важными? Вы согласны с этим?

**Психолог:** на этом наше путешествие сегодня закончилось. Вы молодцы, хорошо справились со всеми заданиями, а теперь давайте подведем итоги:

**Заключительная часть**

**Устная рефлексия:**

- Вспоминаем, какие выполняли упражнения?
- Что больше всего понравилось, было интересно?



– Что лично для вас было сложно, но вы справились?

- Что нового вы узнали для себя на этом занятии?

- Какими важными умениями нужно обладать, что успешно справляться с такими заданиями?

Сейчас каждому из вас я раздам анкеты, заполните их, пожалуйста, чтобы поделиться впечатлениями о нашем занятии.



# Сундучок

# СОКРОВИЩ

Белая скатерть все поле укрыла.

Пришла волшебница прекрасная,

Листву без краски перекрасила.

Через поле и лесок

Подается голосов.

Он бежит по проводам,

Скажешь здесь, а слышно там.

Меньше тигра, но немножко

Больше крупной рыжей кошки.

На суку она обычно,

Притаившись, ждет добычу.

В Полотняной стране

По реке Простыне

Плывет пароход

То назад, то вперед.

А за ним такая гладь — ни морщинки не видать!

Плотник острым долотом

Строит дом с одним окном.

Ну, кто готов

Свои две шпаги

Скрестить

Из-за клочка бумаги?

Тебе дано,

А люди им пользуются.

Ног нет, а хожу,

Рта нет, а скажу,

Когда спать, когда вставать,

Когда работу начинать.

Что же это за девица?

Не швея, не мастерица,

Ничего сама не шьет,

А в иголках круглый год.

Он с жадностью пьет —

А не чувствует жажды.

Он бел

А купается только однажды:

Он смело ныряет в кипящую воду,

Себе на беду,

Но на радость народу...

Мы привыкли к нему,

А ведь он – чародей:

Он со мной говорит

Голосами друзей.

Без ног и без крыльев оно,

Быстро летит, не догонишь его.

Он как маленькая лошадь,



Он упрямый, но хороший.

Без голоса кричит,

Без зубов кусает,

Без крыльев летит,

Без горла завывает.

Я молча смотрю на всех,

И смотрят все на меня.

Веселые видят смех,  
С печальными плачу я.  
Глубокое, как река,  
Я дома, на вашей стене.  
Увидит старик — старика,  
Ребенок — ребенка во мне.

Вкусны – оближешь пальчики –  
Оранжевые мячики.  
Но только в них я не играю,  
А неизменно их съедаю.

Тебе дано,  
А люди им пользуются.

Двенадцать братьев

Друг за другом бродят,

Друг друга не обходят.

Пришла волшебница прекрасная,

Листву без краски перекрасила.

В огне не горит,

В воде не тонет,

В земле не гниет.

Он как маленькая лошадь,

Он упрямый, но хороший.

Ну, кто готов

Свои две шпаги

Скрестить

Из-за клочка бумаги?

Всех на свете обшивает,

Что сошьет — не надевает.

Стукнешь о стенку -

А я отскачу.

Бросишь на землю -

А я поскачу.

Я из ладоней в ладони лечу -

Смирно лежать не хочу.

На окошке – пруд.

В нем рыбешки живут.

У стеклянных берегов

не бывает рыбаков.

Чтобы шить иль вышивать,

Это нужно в руки взять.

Разноцветные катушки

У меня есть, у подружки.

Ходит спесь надуваючись.

Что же это за девица?

Не швея, не мастерица,  
Ничего сама не шьет,  
А в иголках круглый год.

