**Занятие для обучающихся 1-го класса**

**Тема: Развитие коммуникативных способностей. Невербальное общение.**

**Ход занятия**

**1.Разминка.**

Приветствие психолога.

-Здравствуйте, ребята. Я рада вас видеть! Поднимите руку те, у кого сейчас хорошее настроение, поднимите руку те, у кого сейчас плохое настроение. Поднимите руку те, кто знает, что мы сейчас будем делать. Поднимите руку те, у кого в группе есть друзья. В тренинге есть одно важное условие: задание засчитывается, если его выполнили все участники. Важно, что ни кто лучше или быстрее, а чтобы сделали все.

Вначале вспомним притчу: В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: "Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья".

Сегодня на тренинге мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

*Упражнение «Поздороваемся»*

Ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом.

Здороваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т. е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача - поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

*Психологический смысл упражнения*

Разминка. Установление контакта между участниками. Рукопожатие - это символический жест открытости и доброй воли. Немаловажно, что при этом происходит контакт глазами - это способствует возникновению близости и позитивной внутренней установки. То, что действие происходит без слов, повышает концентрацию внимания членов группы и придает действию прелесть новизны.

***2.Основная часть***

*Упражнение "Строй".*

*Психолог обращается к детям: «* Вы можете легко и быстро построиться по росту. А я попрошу вас построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного. А теперь - по алфавиту, но сделать это молча». (Варианты - по цвету глаз, по дате рождения и др. ). Молодцы! Вы сумели молча договориться. Поиграем в интересную игру, чтобы удостовериться в том, что вы умеете понимать друг друга.

*Упражнение "Путаница".* Все ребята встают в круг, и поднимают правую руку. Теперь надо взять за руку любого из участников, кроме своего соседа. Не разжимая рук, повторить тоже левыми. Теперь все запутались в клубок. Надо распутать этот клубок, держась за руки. В заключение подводится итог тому, что происходило на тренинге.

*Упражнение «Почесать спинку»*

Цели: повысить уровень групповой сплоченности.

*Психолог.*

- Встаньте, пожалуйста, в два больших круга так, чтобы каждый из вас оказался напротив ученика из другого — внешнего или внутреннего круга. Теперь я хочу, чтобы дети из внешнего круга одновременно повернулись направо. А теперь пусть повернутся направо и все те, кто стоят во внутреннем кругу. Теперь каждый видит перед собой спину своего одноклассника.

Теперь мы начнем делать друг другу приятный и бодрящий массаж. (Назовите имена двух школьников из разных кругов, стоящих друг рядом с другом). Пусть Олег и Ольга начнут растирать ладонями плечи стоящих перед ними учеников. Когда Олег и Ольга завершат массаж, те двое, сделают такой же массаж двоим следующим — стоящим перед ними. И так далее по кругу, пока массаж не "вернется" к тем, кто его начал — к Олегу и Ольге.

**3.Заключение.**

*4.Рефлексия тренинга.*

– 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?

*5.Прощание.* Упражнение “Ладошки”.

Психолог: « Наше занятие мы закончим необычным рукопожатием». Дети стоят в кругу, и каждый прикасается ладошкой к соседу слева и справа. После того, как все ученики соединятся ладошками, ребята поднимают руки вверх и опускают их.

До свидания! Всем спасибо.

**Занятие 3. Командообразование.**

Разминка.

Психолог приветствует детей.

*Упражнение* ***«****Пообщаемся руками****»***

- Попрошу всех встать в круг. Я предлагаю всем закрыть глаза, протянуть руки вперёд и найти на ощупь чьи-то руки. Попробуйте пообщаться руками:

- поздоровайтесь руками;

- похлопайте в ладошки друг с другом;

- согрейте руки друг друга.

*Рефлексия упражнения:*

-Что вы почувствовали при выполнении этого упражнения?

Ручками мы пообщались, а теперь давайте вспомним правила общения на наших занятиях. Молодцы! Правила не только помним, но и соблюдаем.

А теперь поиграем в интересную игру. Готовы? Начинаем!

***2.Основная часть.***

*Упражнение «Дотронься до цвета».* По команде ведущего необходимо дотронуться до определенного цвета, причем нельзя касаться этого цвета на себе и на ведущем. Игра "на вылет", то есть последний коснувшийся выбывает, однако на тех, кто не играет касаться цветов можно.

*«Пазлы»*

*Описание упражнения*

*-Дорогие ребята, разделитесь на команды по 5 человек и получите каждый свой по пазл. (Заранее разрезанный лист бумаги с яркой картинкой ). Задача вашей команды – собрать картинку, как можно быстрее.*

*Рефлексия. Что вам помогало и что мешало выполнению задания?*

*-Молодцы! Вы прекрасно сработали в своей команде. Теперь попробуйте применить свой опыт дружной командной работы в следующей игре.*

*Упражнение «Кочки на болоте».*

*Описание упражнения*

*Ведущий:* Представьте, что перед вами болото. Вы должны пересечь его, но можете передвигаться только по кочкам *(показывает «кочки»- вырезанные из плотного картона)*. Если кто-то ступит в болото, игра начинается с начала. Главное – не спешить, а правильно выполнять условия и действовать вместе.

У вас в группе есть раненые *(нескольким участникам последовательно связывают ноги – правую первого и левую второго)*. Вы должны им помочь перейти через болото. Двигаться вы будете вот по этой карте и в каждом, обозначенном на ней месте надо найти звёздочку. Необходимо собрать все 7 звёздочек.

***Рефлексия:***

После выполнения обсуждается, что было самым трудным, что помогло выполнить задание…

***3.Заключение***

*Завершающее упражнение «Силачи». Его смысл – сплочение, ломка пространственных барьеров между участниками.*

*-Ребята, кто считает себя сильным? Давайте проверим. Предлагаю вам такое упражнение. Вы объединяетесь в группу по три человека, сначала надуваете свой воздушный шар, а затем добиваетесь, чтобы они лопнули, зажав их между своими телами. При этом нельзя на них наступать, использовать острые предметы.*

*Рефлексия.*

*Психолог:*

*-Вспомним, какие упражнения мы сегодня делали.*

*- Подумайте и скажите, чему вы научились на этом занятии.*

*-Чем вы сегодня помогли другим?*

*-Удалось ли вам договориться в вашей команде?*

*После выполнения программа, психолог делает анализ и дает оценку эффективности тренинга в классе.*