

## Занятие с элементами тренинга «Мы выбираем дружбу».

**Адресат:** учащиеся 5-ых классов

### **Цели:**

- Дать обобщенное представление о дружбе, доброжелательности и уникальности каждого человека;
- Развивать коммуникативные навыки, чувство сплочённости, умение преодолевать трудности сообща;
- Воспитывать доброе отношение к окружающим людям

**Оборудование:** мяч, картинки с изображением радости и грусти, кубики, цветок с разрывными лепестками

### **Ход занятия:**

#### **1.Вводная часть**

##### 1.1.Игра-приветствие «Здравствуйте, это я!»

Для начала давайте познакомимся - На счет «раз-два-три» вы громко хором называете свое имя. Поняли? - А теперь на счет «раз-два-три» скажите шепотом свое имя. Услышали что-нибудь? - А сейчас я буду называть буквы алфавита, и у кого имя начинается на эту букву, поднимите руку (А,Б, В, О,У, Л, К,С, Т,Н,Ю,З, Р)

##### 1.2. Упражнение 1. «Поменяйтесь местами те, кто...»

- Продолжим знакомство. Я предлагает поменяться местами всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Например, я скажу:
- Пересядьте те, у кого есть сестра,
- Пересядьте те, у кого есть брат,
- кто любит мороженное,
- кто сочиняет стихи,
- кто лучше всех ездит на велосипеде,
- кто любит математику,
- кто учится на одни «4» си «5»,
- у кого в одежде есть красный цвет,
- кто соблюдает режим дня,
- кто имеет настоящего друга или подругу,

-кто сам является хорошим другом,

-кто желает другим добра.

## **2. Основная часть**

### **2.1. Упражнение «Мое настроение»**

- Если у вас хорошее настроение, что вы можете подарить другим людям при встрече с ними? Как вы без слов сообщаете им о своем прекрасном настроении? Правильно, улыбкой. Сейчас я вам покажу картинки. Что это? (Облака). Посмотрите на облака. Что с ними? (У них разное настроение). А по каким признакам вы определили, что одни облака веселые, а другие грустные? (По улыбкам). Молодцы! Выберите облачко, 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, характеры. Все мы воспитывались в разных семьях, с разными традициями, дружили с разными людьми – все это отложило на нас особый отпечаток. Каждый человек уникален и по-своему неповторим. И хотя мы такие разные, нужно научиться сосуществовать, дружить, общаться и терпимо относиться к особенностям характера и внешности других людей. Это важно помнить и в семье, и в обществе.

### **2.2. Упражнение «Мы разные, но похожие»**

- Нас всех что-то объединяет, и мы чем-то отличаемся.

- Сейчас я предлагаю разделиться на команды или выйти 6 желающим и выполнить мои задания.

-Вы можете легко и быстро построиться по росту. А построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного. А теперь в алфавитном порядке по первой букве своего имени, но сделать это надо молча. (Варианты – по цвету глаз, по дате рождения, полу, цвету глаз и др.)

-Легко ли Вам было выполнить мои задания?

-А почему? (не понимают друг друга;· не уступают друг другу;· не умеют сдерживаться;

· не принимают чужого мнения;хотят всегда быть главным;· не умеют слушать других; делают назло и т.д.)

Вывод: самое важное при общении с другими людьми - это владеть собой при общении, принимать чужое мнение, уметь слышать других, очень важно сформировать у себя привычку с уважением относиться к мнению других людей, и тогда многих проблем можно избежать.

### **2.3. Игра "Комплименты".**

Цель: повышение чувства уверенности, эмоциональная разрядка.

- А теперь давайте немного разомнемся и поиграем. Вы же все любите, когда вас хвалят и говорят приятные вещи, не так ли? Предлагаю вам игру «Комплименты»!

Дети бросают друг другу мяч и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников группы. Имя соседа произносят в ласковой форме и говорят то, что в нем нравится (Например, «У Леночки красивые длинные волосы», «Настюша прекрасно рисует», «Димочка – хороший друг, он очень добрый»).

1. Что вы испытывали, произнося комплименты?
2. Что вы чувствовали, когда вам говорили комплименты?
3. Испытывали ли вы какие-то сложности в ходе придумывания комплиментов? Какие?

- Ребят, вот я услышал комплимент про доброту. А есть ли, на ваш взгляд, разница между словами «добрый» и «добренький»?

(Добренький только кажется добрым. На самом деле он не будет бескорыстно совершать хорошие поступки.)

#### 2.4. Упражнение «Ромашка»

У меня есть необычный цветок, на каждом лепестке есть вопрос. Давайте по очереди, будем отрывать по лепестку и отвечать на вопросы. Пока вы будете отвечать на вопросы, я буду строить дом из кубиков.

##### 1. Что такое дружба?

Дружба – близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.

##### 2. А кто такой друг?

Друг – это человек, который связан с кем-то дружбой.

3. Слово ДРУГ иногда заменяют близкими по значению словами-синонимами - назови такие слова? (приятель, товарищ)

4. Какую пословицу о дружбе вы знаете? Друг познаётся в беде.

5. Кого можно назвать другом? Маму, книгу и т.д.

##### 6. А кто такой настоящий друг?

Настоящий друг – это человек, которому можно доверить все свои проблемы. Настоящий друг становится тебе близким родственником. У меня есть подруги. Мы часто говорим, что вместе мы – сила!

##### 7. Как вы понимаете дружный класс?

Например, у нас дружный класс. Потому что мы помогаем, поддерживаем, не обижаем друг друга. Не ссоримся и защищаем друг друга.

8. Без чего не может существовать дружба? Без уважения.

Уважение – это почтительное отношение, вежливое обращение к человеку. Умение признавать достоинства другого человека.

Вот и у каждого есть теперь часть цветка – лепесток, а вместе они часть целого, как и мы с вами.

Теперь нам с вами нужно вывести Законы дружбы.

Мы с вами строили дом, я попрошу, чтобы один из вас вышел и вытащил кубик.

Почему же дом рухнул. Так и наша дружба: очень хрупкая и легко может сломаться. Выстраивать отношения очень долго, а разрушить можно за одно мгновение. Поэтому берегите дружбу и своих друзей.

### 2.5.Игра «Мой друг»

-Я буду бросать мяч кому-нибудь из вас и говорить, какой ваш друг. Если вы согласны - повторите мои слова, если нет- скажите по другому, а мячик всегда возвращайте мне.

-Твой друг – плохой? (Нет мой друг хороший)

-Твой друг капризный? (послушный)

-Твой друг жадный?(щедрый)

-Твой друг ленивый? (трудолюбивый)

-Твой друг злой?

-Твой друг глупый? (умный)

-Твой друг грустный? (весёлый)

-Твой друг жестокий (добрый)

-Твой друг грубый? (послушный, хороший)

-Твой друг страшный? (красивый)

-Твой друг надёжный?

-Твой друг умелый?

-Твой друг талантливый?

### 2.6.Тест “Хороший ли ты друг” (можно оставить в классе для самостоятельного выполнения детьми)

1. Вы собрались в кино, но вдруг выясняется, что у твоей подруги (друга) нет денег на билет. Как ты поступишь?

- А) Пойдешь в кино одна (один).
- Б) Одолжишь подруге (другу) денег.
- В) Найдешь богатенького приятеля, который мог бы сводить вас в кино.
2. Ты хочешь пригласить подругу (друга) вместе провести вечер, но она (он) уже обещал (а) своей маме сделать уборку. Как ты поступишь?
- А) Проведешь вечер одна (один).
- Б) Поможешь ей (ему). Чем быстрее вы закончите работу, тем больше времени останется на веселье.
- В) Позвонишь другой (-ому) подружке (другу).
3. Ты идешь по улице и вдруг видишь, что шайка хулиганов пристает к твоей подруге (другу). Как ты поступишь?
- А) Сделаешь вид, что ты их не замечаешь, и поспешишь скрыться.
- Б) Бросишься на помощь подруге (другу).
- В) Расскажешь об этом ее (его) отцу...когда увидишь его.
4. Вы с классом поехали на экскурсию. Вдруг одна из твоих подруг (один из твоих друзей) обнаруживает, что не взял (а) с собой еды. Как ты поступишь?
- А) Скажешь ей (ему), чтобы в следующий раз он(а) лучше собиралась в поездку.
- Б) Поделишься с ней (с ним) своим обедом.
- В) Скажешь об этом учителю, чтобы он что-нибудь придумал.

Подведем итог.

Больше ответов А: Возможно, настало время сесть и подумать, почему никто не помогает тебе в трудных ситуациях. Настоящая дружба предполагает взаимную помощь и поддержку. Покажи своим друзьям, что ты в любую секунду готов(а) прийти им на помощь.

Больше ответов Б: Ты замечательный друг! На тебя можно положиться в трудную минуту. Таких как ты интересные события и приключения с друзьями ждут на каждом шагу. Самое главное – твои друзья знают, что всегда могут положиться на тебя!

Больше ответов В: Ты беспокоишься о своих друзьях, особенно когда они оказываются в сложной ситуации, но дружба – это не только приятное времяпрепровождение. Твои друзья должны быть уверены, что всегда могут рассчитывать на твою помощь. У тебя большие задатки. Чтобы стать настоящим другом, подумай о том, как их реализовать.

-Я надеюсь, что этот тест заставит каждого из вас задуматься о том, что быть другом – это сложный и кропотливый труд, это работа, прежде всего, над собой. Давайте подумаем, существует ли некий кодекс дружбы?

### **3.Заключительная часть**

#### **3.1. Игра «Хлопни в ладоши»**

-Я буду называть качества. Если этими качествами должен обладать друг- хлопаем в ладоши, если нет- топаем.

Честность, грубость, ложь, доброта, отзывчивость, умение поддерживать в трудную минуту, насмешливость, ответственность, отстаивать в беде, щедрость, капризность, надёжность.

3.2. Уважаемые ребята, впереди вас ждет много всего интересного. Вы сделаете нашу планету красивой. Но прежде вы должны вырасти настоящими людьми. А это значит: смелыми, отзывчивыми, вежливыми, добрыми, трудолюбивыми. Ведь делать добро, творить добро – это здорово. И по жизни вы должны идти именно этой дорогой.

Друзья – это редкое богатство!

Они заставляют тебя улыбнуться и подбадривают.

Они готовы всегда выслушать тебя.

Они поддерживают и открывают тебе свое сердце.

Покажи своим друзьям, как они тебе дороги.

- Спешите делать добро! Старайтесь каждый день приносить людям пользу!

#### **3.3.Упражнение « Мы выбираем дружбу»**

-Все участники встают в круг, берутся за руки, поднимают их вверх и хором говорят: «МЫ ВЫБИРАЕМ ДРУЖБУ!»

- Спасибо за работу. Молодцы!

#### **3.4.Вручение памяток каждому ребёнку «Если хочешь быть хорошим и верным другом».**

Памятка «Если хочешь быть хорошим и верным другом»:

1. Делись своими успехами, неудачами и новостями.
2. Умей слушать.
3. Оказывай другу эмоциональную помощь и поддержку.
4. Доверяй другу и будь уверенным в нем.
5. Сохраняй тайны своего друга.
6. Не критикуй друга публично.
7. Не будь назойливым и не поучай.
8. Не обсуждай друга в его отсутствие.

9. Уважай внутренний мир и чувства своего друга.
10. Радуйся успехам своего друга.

Педагог-психолог