

## **Занятие (игровое) «Дружи как супергерой»**

**для обучающихся 1-4 классов**

**Форма проведения:** игровое занятие.

### **Процедура проведения**

#### **Вступительная часть**

Ведущий приглашает участников в круг и рассказывает о предстоящем занятии.

*Ведущий:* «Здравствуй, ребята! Сегодня наша встреча будет посвящена обсуждению того, что такое дружба, за что мы ценим наших друзей, какие бывают непростые ситуации между друзьями, поговорим о том, как можно разрешить конфликтную ситуацию, возникшую с другом, как избежать ссоры или, если она уже произошла, как можно помириться и договориться, как укрепить нашу дружбу».

#### **Разминка**

##### Упражнение 1 «Привет, супергерои»

Время: 5 минут.

Цель упражнения: приветствие, создание настроения на совместную работу.

*Ведущий* «Ребята, представте себя каким-то любимым супергероем и поздоровайтесь с группой».

*Ведущий:* «Ребята, давайте встанем в круг и поздороваемся сегодня необычным способом. Представьте себя каким-нибудь супергероем и поздоровайтесь по-супергеройски! А еще скажите, какое настроение сегодня у супергероя?».

#### **Основная часть**

##### Упражнение 2 «Что такое дружба для каждого из нас?»

Время: 15 минут.

Цель упражнения: определение основной темы занятия, создание атмосферы сплоченности в группе.

*Ведущий:* «Сегодня мы будем обсуждать с вами тему дружбы и возможных ссор. Дружить с кем-то, значит, испытывать друг к другу взаимную привязанность, основанную на уважении, близости интересов, взглядов на мир, бескорыстности и взаимоподдержке; к другу можно обратиться с помощью или советом. Однако несмотря на то, что друзья часто имеют схожую точку зрения, иногда случается так, что мнение твоего друга не

совпадает с твоим. Поднимите сейчас руки те, кто хотя бы раз в своей жизни ссорился с другом или был с ним в чем-то не согласен? Вообще ссоры или отстаивание своей позиции – это неотъемлемая часть жизни, и дружбы в том числе, и зачастую ссора или конфликт помогают решить сложную ситуацию, требующую ответа. Расскажите, какие у вас были ситуации в дружбе, где вам необходимо было отстоять свое мнение или где вы ссорились? Это может быть даже какая-то незначительная ссора. А как у вас получалось это решить? Как удавалось помириться? Что мешало прийти к примирению? Давайте обсудим все вместе, как можно разрешать различные конфликтные ситуации и находить общий язык, дружить».

Далее проходит обсуждение

### Упражнение 3 «Супергерои и злодеи»

Время: 30 минут.

Цель упражнения: изучение стратегий поведения в конфликтных ситуациях, выявление конструктивных и неконструктивных стратегий решения конфликтов, обучение навыкам решения конфликтных ситуаций.

Ведущий разделяет участников на подгруппы.

*Ведущий:* «Ребята, а давайте сейчас рассчитаемся следующим образом, мы будем называться фруктами: апельсин, мандарин, арбуз, ананас, яблоко. Первый человек говорит ананас, второй – мандарин и так далее». Так все участники называются по очереди фруктами и далее ведущий предлагает разделить по названию фруктов на мини-группы. Ведущий: «А теперь все, у кого выпал апельсин, собирайтесь в группу и вставайте в правый угол, все кто мандаринки, вставайте сюда...», так происходит распределение по мини-группам.

*Ведущий:* «Теперь ваша задача разыграть сценку, какую именно сценку я скажу каждой группе отдельно. Вам нужно будет подготовить сценку и показать ее в вашей группе, где вы покажите, как в предложенной ситуации поступил бы злодей и как – супергерой. Сейчас вам нужно распределить роли, кто каким персонажем будет, обсудите, как вы будете разыгрывать сценку, и как будете готовы, покажите ее».

Далее ведущий дает каждой мини-группе задание разыграть сценку из предложенных ситуаций:

- у тебя отобрали игрушку, что можно сделать в такой ситуации;
- другие дети не позвали тебя с собой в игру;
- тебя толкнул сверстник, что можно сделать;

- одноклассник обидно тебя обзывает;
- одноклассник отказывается сидеть с тобой за одной партой;
- и т.д.

После того, как все проиграли свои сценки, ведущий в общем кругу собирает обратную связь, предлагая участникам обсудить, что они чувствовали, находясь в роли хорошего и плохого персонажа, что говорили в этих ситуациях, как удавалось разрешить конфликт.

*Ведущий:* «Апельсинчики, расскажите какая у вас была ситуация? Как вам было в роли злодея и супергероя? Вам удалось разрешить проблему? Что помогало и было ли что-то, что мешало? Какие чувства вы испытывали?». Также можно модифицировать данное упражнение и предложить проигрывать мини-сценки в общем кругу, где другие участники должны понять, какой герой перед ними и про что эта сценка. После, возможно организовать общее обсуждение различных способов решения конфликтной ситуации. Также можно рассматривать поведение каждого героя и размышлять, как его поведение влияет на разрешение проблемной ситуации.

#### Упражнение 4 «На мостике»

Время 7-10 минут

Цель упражнения: моделирование конфликтной ситуации, оценка предпочитаемого способа проведения в конфликте.

*Ведущий:* «В нашей жизни часто случаются конфликтные ситуации. Они возникают по разным причинам, и иногда мы не можем их предотвратить, но мы можем правильно вести себя в конфликтной ситуации. Сегодня мы с вами попытаемся выяснить, как же надо вести себя в конфликтной ситуации, чтобы его разрешить».

Двое участников становятся на линии, проведенной на полу, лицом друг к другу, так, чтобы между ними было расстояние около 3 метров. Ведущий объясняет ситуацию: «Вы идете навстречу друг к другу по очень узкому мостику, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик – это линия. Кто поставит ногу за ее пределами – упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть». Пары участников подбираются случайным образом.

#### Упражнение 5 «Помирись без слов»

Время: 20-25 минут.

Цель упражнения: обучение навыкам решения конфликтных ситуаций. Ведущий предлагает участникам объединиться в мини-группы.

*Ведущий:* «Давайте сейчас рассчитаемся на 5: 1, 2, 3, 4, 5 и снова 1, 2, 3, 4, 5. Теперь все, кому досталась единичка, объединитесь в команду, также объединитесь в команды у кого выпала 2, 3, 4 и 5». Далее ведущий дает участникам задание проиграть различные ситуации, а остальные участники должны понять, про что это речь и как разрешилась ситуация.

*Ведущий:* «Сейчас я каждой группе представлю ситуацию, которую нужно будет разыграть так, чтобы другие участники смогли понять про что речь. Разыгрывать сценку необходимо без слов. В данной сценке вы должны показать предложенную ситуацию и вариант разрешения этой проблемной ситуации».

Примеры ситуаций:

- друг выпрашивает у тебя какую-то вещь, которую ты не хочешь отдавать;
- ты хочешь поиграть с другими детьми, но они отказываются принять тебя в свою компанию;
- одноклассник говорит тебе что-то, что тебя обижает;
- сосед по парте отвлекает тебя на уроке и не дает слушать учителя;
- и т.д.

После завершения упражнения участники рассказывают о своих ощущениях и обсуждается, как им удалось прийти к перемирию без слов.

*Ведущий:* «Скажите, как вам было без слов разыгрывать сценки и решать проблемную ситуацию? Какие чувства вы испытывали? Как вам удалось разрешить конфликт?».

## **Заключение**

### Упражнение 5 «Желание-прощание»

Время: 10 минут.

Цель упражнения: невербальная коммуникация, прощание.

*Ведущий:* «Наше занятие подходит к концу, мы сегодня говорили про дружбу, конфликт, ссоры и способы их решения. Скажите, что самое важное вы готовы забрать с собой с нашего занятия? .... Отлично! Давайте тогда попрощаемся сегодня определенным образом. Я покажу как. Нужно спросить у соседа справа, как он хотел бы, чтобы с ним попрощались. Арина, скажи, как бы ты хотела, чтобы с тобой попрощались? Отлично! Арина, пока, желаю тебе отлично провести день! Арина, теперь спроси у Саши, как бы он хотел, чтобы с ним попрощались».

И ещё хотела бы вам напомнить о Телефонах доверия. Там могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

Телефон доверия даёт возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, **получить поддержку**, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.

Телефон доверия **открыт для каждого человека**. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия **любой беспокоящей его проблемой**.

Помощь на Телефоне доверия всегда **анонимна**. Если не хотят, позвонивший и консультант могут не сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать своё вымышленное имя для удобства общения.

Обращаясь на Телефон доверия, человек может получить интересующую его **информацию**.

Каждый Телефон доверия работает в своём определённом режиме – **круглосуточно или по расписанию**.

- Люди, которые работают на Телефоне доверия, всегда готовы ответить, выслушать, понять и помочь.

-Какие вопросы можно задавать?

- - Как вызвать симпатию человека, который тебе нравится?
- - Что делать, если родители не разрешают дружить с кем-то?
- Вопросы о том, что тебя беспокоит.

- В школе, на улице у нас много друзей. Там весело и интересно. Но если вы чувствуете себя одинокими даже в весёлой компании сверстников, вас не берут играть, обижают, над вами насмеются – звоните на Телефон доверия.