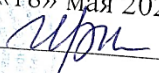


ПРИНЯТО  
на заседании педагогического  
совета МАОУ «Кичменгско -  
Городецкая средняя школа»  
Протокол  
от «15» мая 2023 г. № 16

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МАОУ «Кичменгско-Городецка  
средняя школа»  
от «18» мая 2023 г. № 82  
 /И.В.Шабакова/



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Азбука общения»**

Направленность: социально-гуманитарная  
Возраст обучающихся: 10-11 лет  
Срок реализации программы – 1 год  
Уровень программы: базовый

**Разработчик программы:**

Некипелова А.С.  
педагог дополнительного образования

с. Кичменгский Городок  
2023 год

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука общения» составлена в соответствии с нормативными документами:

- с требованиями к образовательным программам Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273;

- с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- с Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Вологодской области, утвержденными приказом Департамента образования области от 22.09.2021.№ ПР.20-0009-21;

- с Федеральным законом РФ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ;

- со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

- с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;

- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка» от 07 декабря 2018 года № 3 (с изменениями);

- с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- с Целевой моделью развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г). № 467);

- с Уставом МАОУ «Кичменгско-Городецкая средняя школа»

### **Общая характеристика программы**

#### **Направленность программы – социально-гуманитарная**

Человек – существо социальное. Ребёнок рождается и сразу попадает в общество людей. Взаимодействие с себе подобными необходимо человеку для нормального самочувствия, психологического комфорта, ощущения счастья. Актуальность: общение в жизни детей раннего подросткового возраста играет важнейшую роль. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и конкретной социальной среды, поэтому в работе с подростками отдается предпочтение групповой форме проведения психологических занятий.

Данный возрастной период характеризуется стремлением понять себя, свои возможности и особенности, свое сходство с другими людьми и свое отличие — уникальность и неповторимость. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука общения» включает создание условий для успешной самореализации и социализации обучающихся, для приобретения опыта.

### **Актуальность программы.**

Образовательные занятия по дополнительной общеобразовательной программе «Азбука общения» призваны помочь пятиклассникам в период их адаптации к условиям обучения в средней школе, выработать эффективные, конструктивные способы преодоления трудностей.

**Педагогическая целесообразность:** Предлагаемый курс образовательных занятий направлен на формирование и сохранение психологического здоровья обучающихся, так как способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению благоприятного психологического климата в коллективе.

### **Отличительные особенности программы**

Образовательная деятельность строится так, чтобы воспитанник почувствовал, что общение – это радость, а не долг или проблема.

**Новизна программы:** сочетает элементы образовательного занятия с игровыми и тренинговыми фрагментами. В работе с подростками отдается предпочтение групповой форме проведения занятий, так как общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное и является ведущей деятельностью данного возраста.

**Цель программы:** обучение учащихся основам конструктивного общения, поиск оптимальных путей разрешения конфликтных ситуаций, приобретение знаний и навыков этики общения

### **Задачи образовательные:**

- научить овладевать навыкам саморегуляции в общении со сверстниками;
- учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека;
- научить прогнозировать последствия собственных поступков, формулировать собственные проблемы.

### **Задачи развивающие:**

- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом.

### **Задачи воспитательные:**

- Мотивировать у обучающихся к самопознанию и познанию других людей;
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.

**Уровень сложности** Программа базового уровня сложности.

**Адресат программы.** Возраст детей 10-11 лет

**Объем программы** Общее количество часов в год – 17 часов.. Продолжительность занятия – 1 час.

**Формы обучения и виды занятий** Форма обучения – очная. Форма проведения занятий: аудиторная. Занятия проводятся в групповой форме.

**Срок освоения программы**–1 год. Занятия проводятся 1 раз в 2 недели.

**Режим занятий** занятия проводятся 1 раз в 2 недели по 1 академическому часу. Наполняемость групп от 15 до 25 человек

## Учебный план

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов		Всего часов	Формы контроля
		теория	практика		
1	Что такое пятый класс?	1	1	2	Опрос
2	Правила школьной жизни.	1	1	2	наблюдение
3	Школьные предметы.	1	2	3	Игровой тренинг
4	Наши учителя.	2	2	4	Творческая индивидуальная работа
5	Учимся сотрудничеству.	2	2	4	Тренинг «Взаимодействие, взаимоотношения, взаимопонимание»
6	Я могу.	1	1	2	контрольный тест
	<b>Всего</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>17</b>	

### *Содержание учебного плана*

#### **Занятие №1. «Что такое пятый класс?»**

«Утренний круг».

Упражнения: «Приветствие», «Школьный путь».

Рисунок «Ученик начальной школы - ученик средней школы».

Упражнение «Путешествие на газете».

«Обратная связь».

#### **Занятие №2. «Правила школьной жизни»**

«Утренний круг».

Вспомним отличия ученика средней школы от ученика начальных классов. Знакомство учащихся с Уставом образовательного учреждения. Информирование о правах и обязанностях всех участников учебно-воспитательного процесса. Игросоревнование «Что делать, если...». Упражнение «Правила поведения на уроке». Дискуссия.

«Обратная связь».

#### **Занятие №3. «Школьные предметы»**

«Утренний круг».

Упражнения: «Привет!», «Рейтинг предметов», «Необитаемый остров». Рисунок школьного урока или школьной дисциплины, предмета в виде животного, растения.

«Обратная связь».

#### **Занятие №4. «Наши учителя»**

«Утренний круг».

Упражнения: «Танец рук», «Чему нас учат, кто нас учит?», «Настоящий учитель - это...»

«Обратная связь».

### **Занятие №5. «Учимся сотрудничеству»**

«Утренний круг».

Упражнения: «Только вместе!», «Гомеостат». Создание общего рисунка на мокрой бумаге. Обсуждение притчи «Солнце и ветер». Упражнение «Слепец и поводырь».

«Обратная связь».

### **Занятие №6. «Я могу»**

«Утренний круг».

Упражнения: «Я могу, я умею», «Подарок, который невозможно купить», Дискуссия на тему «Кто мои близкие?» Подгрупповая ролевая игра «Чем помогут родители, друзья, учителя?». Групповая дискуссия «Чем я могу помочь родителям, друзьям, учителям? Зачем это надо?». Упражнение «Я могу («Мой протрет в лучах солнца»)» «Подарок». «Обратная связь».

### **Планируемые результаты:**

успешная адаптация пятиклассников к условиям основной школы.

#### **ученик научится:**

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
  - осознавать качества необходимые для учащегося средней школы;
  - осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям;
  - адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия;
  - учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
  - осознавать ответственность за своё речевое поведение;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, понимать точку зрения другого.
  - признавать возможность существования разных точек зрения и права каждого иметь свою.

**Признаки успешной адаптации пятиклассников:** удовлетворенность процессом обучения и школой в целом; положительная успеваемость ученика; удовлетворенность межличностными отношениями - с одноклассниками и учителями. Таким образом, ожидаемые результаты относятся в основном к формированию личностных, регулятивных и коммуникативных УУД.

### **Календарный учебный график**

Продолжительность учебного года: 1 сентября – 31 мая

Количество учебных недель в году – 17

1 полугодие – 8 недель; 2 полугодие- 9 недель. Занятия в объединении проводятся в соответствии с расписанием занятий.

	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1 полугодие	2	2	2	2					
2 полугодие					1	2	2	2	2

### Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение:

Учебный кабинет, компьютер, проектор.

**Информационное обеспечение.** Сценарии, фотоматериалы, необходимые для проведения занятий и различных тематических мероприятий. Интернет источники.

**Кадровое обеспечение:** программу реализует педагог дополнительного образования

#### Методическое обеспечение

**Формы и методы работы.** Каждое занятие начинается с приветствия ведущего. Затем участники рассказывают о том настроении, с которым они пришли на занятие, о том, что повлияло на их настроение. Этот ритуал носит в программе название «Утренний круг». Далее ведущий информирует участников о теме занятия, об упражнениях и предлагает разминку. Почти все разминочные упражнения имеют своей целью сплочение группы. Далее следует основная часть, отражающая тему занятия. В основной части используются различные игровые упражнения, упражнения, способствующие творческому самовыражению учащихся, дискуссии. Каждое упражнение обсуждается участниками: что чувствовали, что поняли, было трудно выполнять или легко и т.д. В заключительной части происходит обмен мнениями о занятии в целом - «обратная связь». Участники отвечают на вопрос, какие выводы можно сделать каждому, что было полезного, как можно в жизни использовать полученный опыт.

#### Методы и приёмы, используемые в программе

1. *Ролевые игры.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).

2. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

3. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. *Моделирование образцов поведения.* Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. *Метафорические истории и притчи.*

## Формы контроля

Для определения результативности образовательного процесса в процессе курса освоения общеобразовательной программы проводятся 3 аттестации:

1- входной контроль проводится в первом полугодии, ориентировочные сроки (сентябрь) по окончании ознакомительного раздела программы.

2- текущий контроль проводится во втором полугодии (январь-февраль) и итоговый контроль проводится по окончании курса обучения (май).

Знания обучающихся оцениваются по следующим критериям:

- высокие навыки саморегуляции в общении со сверстниками и учителями, коммуникативного общения (дружелюбие, отзывчивость);
- умение осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- умение конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- высокий уровень взаимодействия и взаимоотношений.

### Оценочные материалы:

Входной контроль: тест «Какой вы в общении», предполагает 13 вопросов максимальным количеством баллов -39. (Приложение 1).

Текущий контроль: тренинг «Эффективное взаимодействие» помогает обучающимся разобраться в причинах трудности общения. (Приложение 2).

Итоговый контроль: тренинг «Я и моя команда» направлен сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия. (Приложение 3).

### Литература для педагога

1. Белавина О.В. Психологическая диагностика сформированности универсальных учебных действий в средней школе // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. № 155/ 2013.//<http://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-diagnostika-sformirovannosti-universalnyh-uchebnyh-deystviy-v-sredney-shkole>
2. Владимирова Ю. Новичок в средней школе. Программа адаптационных встреч для пятиклассников. // Школьный психолог № 09, 2004.
3. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. - М.: Генезис, 2003.
4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М: "Когито-Центр", 2007.
5. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. - СПб.: Речь, 2004.
6. Практикум по арт-терапии // Под ред. А.И. Копытина. - СПб: Издательство «Питер», 2000.
7. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие / Под. Ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. - СПб.: Речь, 2002.
8. Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др.; Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991.
9. Родионов В., Ступницкая М. Я и Мы. Тренинговые занятия по формированию

- социальных навыков для учащихся 5-го класса. // Школьный психолог № 43, 2002.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. - М.: Генезис, 1998.
  11. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. - 4-е изд. - М.: Генезис, 2006.
  12. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий: пособие для учителя / [А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская и др.] ; под ред. А.Г. Асмолова. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011.
  13. Юдина Н. Программа "Навстречу". Воспитание коммуникативной культуры у учащихся 5-6-х классов. // Школьный психолог №12, 2007.
  14. Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 — 6 классах. Методическое руководство. Санкт-Петербург. ИМАТОН, 2001.
  15. <http://school3.glazov.net/4/34.html>.
  16. Шпр://минобрнауки.рф/документы/938

#### Литература для учащихся:

1. Барто А. «Медвежонок-невежа». «Мы с Тамарой». «Любочка». «Любитель-рыболов».
2. Венгер А. «Цвета радуги».
3. Бианки В. «Первая охота». «Как муравьишка домой спешил».
4. Волгина Т. «Два друга».
5. Викторов В. «Дружат дети всей земли».
6. Гамзатов Р. «Дедушкин портрет».
7. Зернова Р. «Как Антон полюбил ходить в детский сад».
8. Загадки о домашних и диких животных и птица.
9. Квитко Л. «Два друга».
10. Киплинг. Р. «Слонёнок». «Рикки-Тикки-Тави». «Как леопард стал пятнистым». «Как было написано первое письмо». «Как была выдумана азбука».
11. Костецкий К. «Самое дорогое», «В дни отдыха».
12. Маршак С. «Усатый-полосатый.» «Где обедал, воробей?» «Багаж». «Вот такой рассеянный». «Урок вежливости». «Двенадцать месяцев».
13. Маяковский В. «Что такое хорошо и что такое плохо».
14. Носов Н. «Живая шляпа».
15. Осеева В. «Три товарища». «Волшебное слово».
16. Пермяк Е. «Про нос и язык».
17. Сент-Экзюпери, А. «Маленький принц».
18. Стихи о цветах. Выгодская О. «Одуванчик». Трутнева Е. «Колокольчик». Сказка «Умей обождать».
19. Сказки терапевтические Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. «Лабиринт души».
20. Стихи о маме. Тангрыкулиев К. «Про маму», В. Руссу «Моя мама», Костецкий К. «Все начинается с мамы», Мазнин И. «Простое слово».
21. Трутнева Е. «Наша бабушка».
22. Толстой Л. «Два товарища».



Тест «Какой я в общении?»

Внимательно прочитайте предложенные вам вопросы теста и ответьте на них с предельной искренностью и откровенностью. При этом вам следует отвечать «да», «и да, и нет», «нет». Выбирайте один из вариантов ответа, особенно не задерживайтесь над каждым вопросом. Еще раз обращаю ваше внимание на необходимость отвечать откровенно, так как это нужно прежде всего вам. А теперь сами **вопросы:**

1. Много ли у тебя друзей?
2. Всегда ли ты можешь поддержать беседу в обществе друзей?
3. Можешь ли ты преодолеть замкнутость, стеснение в общении с людьми?
4. Бывает ли тебе скучно наедине с собой?
5. Всегда ли можешь найти тему для разговора при встрече со знакомым?
6. Можешь ли скрыть свое раздражение при встрече с неприятным тебе человеком?
7. Всегда ли умеешь скрыть плохое настроение, не срывая злость на близких?
8. Умеешь ли сделать первый шаг к примирению после ссоры с другом?
9. Можешь ли сдержаться от резких замечаний при общении с близкими людьми?
10. Способен ли идти в общении на компромисс?
11. Умеешь ли в общении ненавязчиво отстаивать свою точку зрения?
12. Воздерживаешься ли ты в разговоре от осуждения знакомых в их отсутствие?
13. Если узнали о чем-то интересном, возникает ли желание рассказать об этом друзьям?

**Обработка результатов**

За каждый положительный ответ, т.е. «да», поставьте себе 3 очка, за каждый ответ «и да, и нет» - 2 очка, за каждый отрицательный ответ «нет» - 1 очко. А теперь суммируйте свои очки.

**Интерпретация результатов**

**30-39 очков.** Ты – человек общительный, испытывающий большое удовлетворение от контактов с близкими, знакомыми и незнакомыми людьми. Ты интересен в общении, чаще всего ты – «душа общества», друзья и знакомые ценят тебя за умение выслушать, понять, дать совет. Но не переоценивай своих возможностей – иногда ты бываешь просто болтлив. Будь внимателен к собеседникам, следи за их реакцией, старайся не стать навязчивым.

**20-29 очков.** Ты – человек в меру общительный, но в общении испытываешь некоторые затруднения. Друзей у тебя мало, со знакомыми не всегда можешь найти общий язык. Иногда в разговоре бываешь несдержанным, неуравновешенным. Следует быть искренним, внимательным, доброжелательным к своим собеседникам. Кроме того, не мешало бы преодолеть некоторую неуверенность в себе.

**до 20 очков.** Ты – человек стеснительный, замкнутый, в кругу знакомых в основном отмалчиваешься, общению с людьми предпочитаешь одиночество. Однако это вовсе не означает, что у тебя нет друзей и знакомых. Вполне вероятно, они ценят тебя за умение выслушать, понять, простить. Ну, а если тебе хочется свободно высказать свою точку зрения, спорить на равных, стать интересным собеседником, следует, преодолев свою застенчивость, быть искренним в споре, активно поддерживать беседу. А чтобы

высказывания не показались неуместными, тебе следует развивать и совершенствовать навыки общения. Кроме того, возможно, ты слишком критически относишься к себе, к своим знаниям, умениям, способностям.

Приложение 2.

Тренинг «Эффективное общение»

### 1 упражнение «Приветствие. Портрет товарища»

Упражнение проводится в парах. Деление на пары осуществляется по жребию (по желанию членов группы или с определенным умыслом самого тренера).

Участники становятся спиной друг другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера. Потом описания сравниваются с оригиналом и делается вывод о том, насколько участник был точен.

### 2 упражнение «Умение слушать»

Участники садятся в круг.

«Сейчас мы будем выполнять упражнение, в ходе которого нам понадобятся правила хорошего слушания. Запишите их, пожалуйста.

Правила:

- Полностью сконцентрируйте свое внимание на собеседнике. Обращай свое внимание не только на слова, но и на позу, мимику, жесты.
- Проверь, правильно ли ты понял слова собеседника.
- Не давай советов.
- Не давай оценок.

Упражнение мы будем выполнять в парах. Выберите себе в пару того из членов нашей группы, кого вы пока узнали меньше других, но хотели бы узнать поближе.

Тренер ждет, пока все участники сядут парами.

«Распределите между собой роли: «один из вас партнер «А», другой – «В». Задание будет состоять из нескольких этапов. Каждый этап рассчитан на определенное время, за временем буду следить я. Сначала правилами хорошего слушания руководствуется «В». «А» может отложить их пока в сторону.

Итак, **«А» говорит в течении 5 минут о своих трудностях, проблемах в общении.** Особое внимание при этом он обращает на те свои качества, которые порождают эти трудности. «В» соблюдает правила хорошего слушания, помогая при этом «А» рассказывать о себе.

Через 5 минут тренер останавливает беседу.

**«Сейчас у «А» будет 1 минута, чтобы сказать что в поведении «В» помогало ему открыто высказываться, говорить о своих проблемах, а что затрудняло этот рассказ».**

После того как прошла одна минута, тренер дает следующее задание.

**«Теперь «А» говорит о своих сильных сторонах в общении,** что ему помогает устанавливать контакты, строить взаимоотношения. «В» не забывая о правилах хорошего слушания, должен учесть всю ту информацию, которую он получил от «А» в течении предыдущей минуты».

Через 5 минут тренер останавливает беседу и предлагает перейти к следующему шагу.

**«В» за 5 минут должен повторить «А», что он понял из двух его рассказов о себе (Проблемы и достоинства в общении).** На протяжении этих 5 минут «А» все время молчит и только движением головы показывает, согласен он или нет с тем, что говорит «В». Если он делает отрицательное движение головой в знак того, что его неправильно поняли, то «В» должен поправиться до тех пор, пока не получит подтверждение своих слов. После того как «В» скажет все, что он запомнил из 2-х рассказов «А», последний может сказать, что было пропущено или искажено.

### 3 упражнение «Слова на букву М»

Вам предстоит соревнование. В течении 30 секунд найдите и запомните в данной комнате все предметы, которые начинаются на букву М. По окончании времени команды по очереди называют слова. Выигрывает та команда, которая последняя назовет слово.

#### **4 упражнение «Прогулка по берегу моря»**

«Сейчас мы совершим небольшую прогулку по берегу моря. Сядьте, пожалуйста, по удобнее и медленно закройте глаза. Обратите внимание на дыхание, ощутите его: воздух проходит через нос, горло, попадает в грудь, наполняет ваши легкие, ощутите, как с каждым вдохом в ваше тело попадает энергия и с каждым выдохом уходят ненужные заботы, переживания, напряжение... Обратите внимание на ваше тело, почувствуйте его – от ступней ног до макушки головы. Вы сидите на стуле (в кресле), слышите какие-то звуки, ощущаете дуновение ветерка на вашем лице. Может быть, вам захочется изменить позу, сделайте это. А теперь представьте, что вы оказались у моря. Вы медленно идете по берегу. Осмотритесь внимательно вокруг, какие вас окружают цвета, звуки, запахи... Посмотрите на небо, на море. Обратите внимание на ваше состояние: какие эмоции, чувства у вас возникают, как они изменяются во время прогулки. Вы никуда не спешите и можете спокойно идти дальше. Возможно, вы захотите зайти в воду и искупаться или посидеть на берегу.

Сделайте это. А теперь настала пора вернуться в эту комнату, в наш круг. Сделайте это в удобном для вас темпе: можете сразу открыть глаза или посидеть еще с закрытыми.

Сейчас мы поделимся друг с другом своими впечатлениями. Для этого создадим группы по 4 человека. Постарайтесь, чтобы в одной группе с вами оказались в основном те, с кем вы еще не работали в малой группе».

После того как группы сформировались, тренер продолжает инструкцию: «Сейчас каждый по очереди расскажет о своих впечатлениях, о тех образах, переживаниях, состояниях, которые у него возникали во время нашей «прогулки», а остальные будут внимательно слушать рассказчика, не задавая вопросов, не комментируя и не интерпретируя услышанное. Постарайтесь уловить те моменты, когда вы перестаете слушать. На каждый рассказ потратьте примерно 3-4 минуты».

После завершения работы в группах тренер предлагает вернуться в круг и поделиться впечатлениями на этот раз о работе в малых группах. В частности, можно задать вопрос: «В какие моменты вы переставали слушать?». Отвечая на него, участники группы обычно говорят следующее: «Отвлекся на свои мысли, когда стал сравнивать то, что рассказывает другой, со своим опытом», «В какой-то момент возникла ассоциация, и я стала думать об этом», «У меня возникло несогласие с тем, что я услышала, и в этот момент я отвлеклась», «В какой-то момент я стала думать о том, что буду говорить сама и перестала слушать» и т.д.

#### **5 упражнение «Изменение»**

Упражнение используется для подведения итогов тренинга, взаимный контроль участников повышает вероятность того, что полученные знания внедрятся ими в реальную деятельность.

**Необходимые материалы:** карточки из плотной бумаги с размером с визитку, карандаши.

**Время:** 10 минут.

**Размер группы:** 6-30 человек.

**Описание.** Все участники тренинга получают по карточке, после чего выслушивают следующую инструкцию: «На тренинге мы получили много знаний и навыков, цель которых — облегчить нашу жизнь на рабочем месте. К сожалению, навыки, полученные на тренинге, имеют тенденцию уходить, если не приложить дополнительных усилий к тому, чтобы больше использовать и тренировать их в реальных условиях. Для того чтобы продумать, что и как вы будете применять на практике в ближайшее время, мы и предлагаем написать на своей карточке три изменения, которые каждый предпримет у себя на рабочем месте в ближайшую неделю после тренинга».

Каждый надписывает на карточках свое имя и телефон. Участники в парах обмениваются карточками и договариваются о том, что через неделю созвонятся для того, чтобы узнать, как дела у другого, выполнены ли поставленные цели.

### Приложение 3.

Тренинг «Я и моя команда»

#### **Цель:**

сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

#### **Задачи:**

- сформировать доверительные отношения в **коллективе**;
- развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач;
- формирование благоприятного психологического климата в группе;
- осознание каждым участником своей роли, функций в группе;
- развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач;

**Тренинг-это сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.**

**Сплочение** – это возможность для **команды** стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь как хорошо, когда тебя понимает и поддерживает твой товарищ, услышать и помочь, когда необходима эта помощь, и понимать друг друга даже без слов. **Сплоченный коллектив** добивается многих вершин и побед.

Разъяснение правил ”игры” и условий.

**К ним относятся:** проявление активности, говорить исключительно от себя, слушать друг друга не перебивая, не обсуждать за пределами **тренинга** происходящие упражнения, каждый участник вправе прервать занятие и покинуть **тренинг**, лично сообщив об этом **коллективу**.

**Игра: «Пожалуйста»**

**Цель:** Поднять настроение, и настроиться на дальнейшие упражнения.

**Ход упражнения:**

**Вариант 1** Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные, а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «*пожалуйста*». Кто ошибется, выбывает из игры.

**Вариант 2.** Игра идет так же, как в первом варианте, но только тот, кто ошибется, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т. д. **Примечание:** с самого начала оговорить, что это шуточное упражнение и не стоит принимать его в серьез (*обижаться*).

**Игра «Сквозь кольцо»**

**Цель:** улучшение координации совместных действий в **коллективе**.

### **Ход упражнения:**

Заранее изготавливается обруч диаметром 1 метр. Участники игры становятся в шеренгу и берутся за руки. Человек, стоящий первым в шеренге, держит обруч в руке. Задача участников – пройти сквозь обруч, не размыкая рук. В конце обруч должен оказаться на противоположном краю шеренги. Д

### **Узнай рисунок (хорошо ли вы знаете друг друга)**

**Цели:** помочь участникам глубже узнать друг друга; создать мотивацию к совместной работе. **Атрибуты:** маркеры; листы бумаги; **Ход упражнения:** Тренер задает участникам **вопрос:** «Долго ли вы работаете вместе и хорошо ли знаете друг друга?»

После ответов участников дается следующая **инструкция:** «Нарисуйте, пожалуйста, за 5 (10) минут свой портрет в этой **команде**, как вы себя в ней видите, чтобы **сказать:** «Вот это я». Рисунки подписывать не надо».

После завершения работы **тренер** собирает рисунки в общую пачку. Затем он достает каждый рисунок из пачки, прикрепляет к доске (можно перед этим пустить рисунок по кругу, чтобы все рассмотрели его поближе) и проводит его обсуждение с группой по следующим **вопросам:**

- Каков этот человек?
- Кто это может быть? Участники угадывают автора рисунка. После того как группа узнала, кто был автором рисунка, **тренер** просит его рассказать о себе что-либо дополнительно (по желанию участника).

### **Упражнение «Фигуры»**

**Цель:** Эта игра на **сплочение команды**. В ходе данной игры можно отследить многие моменты, важные для **тренинга командообразования**. Например, роли участников, динамику группы и т. д.

### **Ход упражнения:**

Вам потребуется веревка длиной равной 1 м \* количество участников.

**Инструкция:** Для выполнения следующего упражнения нужно, чтобы вся группа встала в круг. Возьмите в руки веревку и встаньте так, чтобы образовался правильный круг. Теперь закройте глаза и не размыкая их, постройте квадрат. Использовать можно только устные переговоры. Когда вы посчитаете что задание выполнено, дайте мне знать. Задание выполнено?

Откройте глаза. Как вы считаете, вам удалось выполнить задание?

Выслушиваем ответы, но не комментируем их.

Сейчас я предложу вам в таких же условиях построить другую фигуру. Сможете построить ее за более короткое время? Хорошо. Предлагаю повторить эксперимент. Закрываем глаза. Ваша задача построить равносторонний треугольник.

### **Подводим итоги упражнения:**

Вы довольны результатом группы?

Какие факторы оказывали влияние на успешность выполнения задания?

На какие из этих факторов вы могли повлиять?

Какие выводы вы сделаете из упражнения?

## **Игра «Веселый счет»**

Цель – снятия **внутреннего** напряжения и психологического дискомфорта.

### **Ход упражнения:**

Ведущий называет любое число, не превышающее количество участников в группе. Согласно этому числу (*например, 5*) должно синхронно подняться, не сговариваясь 5 человек. Упражнение вынуждает участников предугадывать мысли и действия друг друга. Привлекает повышенное внимание к жестам, взглядам и манерам. Обсуждение. Почему не сразу получилось выполнить задание и что помогло достичь результата?

### **Упражнение «Говорящие руки»**

**Цель:** эмоционально-психологическое сближение участников.

**Ход упражнения:** Участники образуют два **круга: внутренний и внешний**, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает **команды**, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по **команде** ведущего внешний круг двигается вправо на шаг.

### **Варианты инструкций образующимся парам:**

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.
6. Выразить радость.
7. Пожелать удачи.
8. Попрощаться руками.

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения. **Обсуждение:** Что было легко, что сложно? Кому было сложно молча передавать информацию? Кому легко? Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим? Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

### **Упражнение «Подарок»**

**Цель:** положительное завершение **тренинга**, рефлексия.

**Время:** 3-5 минут.

**Описание упражнения:** **Ведущий:** «Давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более **сплоченными**? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие». Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе. *«Давайте наградим себя за успешное плавание аплодисментами!»*

Психологический смысл упражнения: Ритуал, позволяющий завершить **тренинг** красиво и на положительной эмоциональной ноте.

Обсуждение: «Наш **тренинг** подошел к завершению. Хочу спросить у Вас, что нового вы сегодня узнали? Что полезного вынесли для себя, для группы? Ну вот, все подарки подарены, игры пройдены, слова сказаны. 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!»

### **Школьный путь**

На доске или в середине круга укрепляется рисунок «Школьный путь». На нем изображена гора: левый склон изображен в виде крутого подъема. Это 1, 2, 3, 4-й классы. Они изображены в виде труднодоступных уступов. Далее изображен более пологий участок пути: 5—6-й классы — небольшой подъем, 7-й класс — чуть заметная вершина, 8—9-й классы — начало пологого подъема, 10—11-й классы — вершина горы. Расстояния между классами должны быть одинаковыми, их необходимо обозначить флажками или стрелками.

Участникам предлагается на этой линии найти свое нынешнее место. Ведущий просит детей представить, что они путешественники, за плечами которых трудный подъем. Они, преодолев самую трудную часть пути, почти достигли его середины и решили сделать привал. О чем говорят путники на привале? (Вспоминают пройденный путь и обдумывают предстоящую дорогу.) Что запомнилось на пройденном участке пути? Какие встречались трудности? Что помогло их преодолеть? (Можно предложить участникам продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось...») Все высказываются по кругу, передавая друг другу мяч или игрушку. Ведущий отмечает наиболее интересные высказывания, обращает внимание на то, что все участники имеют довольно большой школьный опыт, поэтому дальнейший путь должен быть легче. Каким он будет? (Продолжить фразу: «В пятом классе мне хотелось бы...») В детских высказываниях нужно подчеркнуть оптимистические ожидания. Ведущий предлагает поговорить о том, что нового появилось в школьной жизни учащихся в связи переходом в 5-й класс. Обобщает высказывания и предлагает ответить на вопрос: «Все новое, что появилось в 5-м классе, — это скорее интересно или скорее трудно?» После высказываний учащиеся подводятся к мысли, что учеба в 5-м классе — дело и трудное, и интересное. При этом у каждого пятиклассника уже есть достаточный опыт для преодоления трудностей («Вы — опытные путешественники, преодолевшие почти половину дороги...»).

Ведущий обращает внимание участников на отрезок «Школьного пути» с 5-го по 9-й класс и сообщает, что это самый важный участок, основной отрезок пути, который так и называется «Основное звено школы». Что значит «основное звено»? Высказываются желающие, передавая мяч друг другу. Ведущий подчеркивает, что основное — это главное, то, от чего зависит все остальное. Ведущий обращает внимание детей на то, что они приступили к преодолению основной части своего школьного пути. Предлагает подумать, как поступают опытные путешественники, преодолевая какой-либо трудный путь. Высказываются все желающие (путешественники проверяют, все ли они взяли с собой, надежные ли рядом товарищи, чем они могут помочь товарищам). По аналогии

предлагается сказать, какой багаж нужно взять с собой пятиклассникам. Высказываются все желающие (знания, опыт школьной жизни и т.п.).

### **Рисунок «Ученик начальной школы - ученик средней школы»**

Ребятам предлагается нарисовать два рисунка: «Я в начальной школе», «Я в средней школе» (Сделай так, чтобы сразу можно было догадаться, где какой рисунок, а сам никому не говори»). Каждый желающим может высказаться о том, что нарисовал, после того, как рисунок показан классу.

### **Путешествие на газете**

Всем участникам группы предлагается разместиться на развернутой стандартной газете. Если это удалось, газета складывается пополам и т.д. Желательно, чтобы все участники уместились на самом маленьком куске газеты. После окончания этого упражнения проводится краткое обсуждение впечатлений от его выполнения. При этом ведущий подчеркивает, что чем теснее сплоченность группы, тем успешнее выполняется это упражнение.

### К занятию №2

#### **Игра-соревнование «Что делать, если...»**

Группа делится на подгруппы, каждая из которых получает сокращенную копию Устава школы, бумагу для записей и задание: придумать три сложных вопроса «Как вести себя, если...». Готовые вопросы задаются команде - сопернику. Важно не только задать вопрос, но и сформулировать правильный ответ.

#### **Правила поведения на уроке**

Перед началом занятия нужно повесить в помещении, где занимается группа, плакат с правилами, а на разные стены - таблички с ответами «да», «нет», «иногда».

Инструкция: «Предлагаю вам ознакомиться с правилами, которые помогут эффективно усваивать школьные знания. Их всего три: «Будь подготовленным», «Работай на уроке», «Уважай окружающих». Сейчас я объясню вам, что значат эти правила. Например, я подготовленный, если сижу на своем месте, когда звенит звонок на урок; приношу все, что нужно для урока; успеваю сделать задание в классе; выполняю домашние задания.

Я буду читать вам разные утверждения, а вы должны будете решить, согласны вы с ними, не согласны или они верны только иногда. Каждому ответу соответствует свой знак на стене комнаты (класса). После того, как я прочитаю утверждение, каждый из вас, оценив, как он поступает в разных школьных ситуациях, выберет ответ и встанет рядом с соответствующей табличкой. Ответив на эти вопросы, вы сможете самостоятельно определить, насколько хорошо вам удастся соблюдать правила».

#### **1. Будь подготовленным:**

- Я сижу на своем месте, когда звенит звонок на урок;
- Я приношу все необходимое к уроку;
- Я успеваю выполнить задание в классе;
- У меня нет проблем с выполнением домашней работы.

#### **2. Работай на уроке:**

- Я внимательно слушаю учителя, отвечаю на вопросы на уроке;
- Я работаю вместе с классом;
- Я хорошо выполняю работу в классе.



### 3. Уважай окружающих:

- Я не разговариваю на посторонние темы на уроке;
- Я бережно обращаюсь со школьным имуществом: не рисую на парте, не качаюсь на стуле и т.п.;
- Я прислушиваюсь к мнению окружающих о себе;
- Я не мешаю учиться другим: на дергаю соседку за косичку, не тычу карандашом в соседа, не отвлекаю никого посторонними разговорами.

#### К занятию №3

##### **Привет!**

Инструкция: «Начните, пожалуйста, ходить по комнате. Я предлагаю вам поздороваться с каждым из группы за руку и при этом сказать: «Привет! Как твои дела?» Говорите только эти простые слова и больше ничего. Но в этой игре есть одно важное правило: здороваясь с кем-либо из участников, вы можете освободить свою руку только после того, как другой рукой вы начнете здороваться с кем-то еще. Иными словами, вы должны непрерывно быть в контакте с кем-либо из группы.

##### **Рейтинг предметов**

На листочке необходимо оценить предметы по степени сложности: несложные - солнышком, сложные - каким-то другим значком (о значках договариваются предварительно, их рисуют на доске).

Когда индивидуальная работа завершена, каждый предмет обсуждается, около него на доске выставляется общеклассный значок, оценивающий его трудность. В итоге получается общий рейтинг, который формируется поднятием рук по типу голосования.

##### **Необитаемый остров**

Группа делится на две подгруппы. Каждая из них получает задание -рассказать, зачем может понадобиться тот или иной предмет, если человек вдруг окажется один на необитаемом острове. Ведущий сам раздает задания группам, выбирая те предметы, которые в рейтинге оказались самыми сложными.

##### **Рисунок школьного урока или школьной дисциплины, предмета в виде животного, растения, вещи, явления природы или времени года**

Участникам предлагается выбрать какой-нибудь школьный предмет и изобразить его в виде какого-либо животного, растения, вещи, явления природы или времени года. Рисование проходит индивидуально. Каждый участник группы выбирает для рисования «свой» предмет. Рисунки представляют группе и комментируют.

#### К занятию №4

##### **Танец рук**

Инструкция: «Выберите себе партнера. Встаньте друг напротив друга, вытяните руки и поднимите их на высоту плеч, соприкасаясь ладонями с ладонями партнера. Теперь попытайтесь, не отрывая ладоней, совершать медленные движения руками, делая это самыми разнообразными способами. Найдите общий ритм. Постарайтесь представить себе, какие еще движения вы можете совершить, как можете использовать пространство между вами? (1 - 2 минуты)

Теперь разделитесь на тройки и продолжите это упражнение. Следите за тем, чтобы контакт ваших рук не прерывался. Подумайте, какие движения возможны в тройке?

А теперь, пожалуйста, превратите ваше трио в квартет и продолжите это упражнение вчетвером. Что теперь вы можете делать? Какие движения совершать?»

### **Чему нас учат, кто нас учит?**

Группа делится на три подгруппы. Каждая подгруппа получает карточки. Первая - с названиями учебных дисциплин: «правильных» (то есть тех, которые сейчас есть в расписании) и «неправильных» (из начальной школы - природоведение, из старшей школы - обществознание, алгебра и т.д.). Вторая - с различными именами, среди которых есть и имена учителей. Третья - с отчествами. Сначала ребята отбирают только «правильные» карточки. Затем первая группа называет школьный предмет, вторая - имя учителя, третья - отчество. Правильный ответ крепится на доске.

### **Настоящий учитель - это..**

Группа делится на подгруппы и каждая подгруппа получает листок, на котором написаны различные качества и свойства человека. Среди них есть качества, важные для осуществления педагогической деятельности, есть и нейтральные. Задача каждой подгруппы - отметить в списке те качества, которые обязательно должны быть у настоящего учителя. Списки одинаковые, но выбирают ребята нередко разные качества. Работа проводится в течение 5 минут. Затем каждая подгруппа выбирает одного представителя. Он остается у доски, остальные садятся на свои места. Сравниваются выборы подгрупп.

Можно использовать следующие «качества настоящего учителя»: доброта;

злоба (грубость);

красота

равнодушие;

актерские данные учителя,

тактичность;

замкнутость;

работоспособность;

несдержанность;

творчество,

авторитарность;

должен помогать ученикам, а не говорить на высоких тонах при каждом

удобном случае;

безответственность;

чувство юмора;

лицемерие;

терпение,

умение "ставить на место";

спокойствие;

нервозность;

отзывчивость;

деление учеников на "сильных" и "слабых"

понимание;

агрессивность;

общительность;  
раздражительность;  
любовь к детям;  
начитанность;  
мстительность.  
справедливость;

### К занятию №5

#### **Только вместе!**

Инструкция: «Разбейтесь на пары и встаньте, пожалуйста спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне очень интересно, сможете ли вы теперь точно так же встать? Постарайтесь определить, с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться».

#### **Гомеостат**

Участники выстраиваются в шеренгу. По сигналу ведущего можно прыгнуть, повернувшись в любую из 4-х сторон. Задача - добиться того, чтобы вся группа смотрела в одну сторону.

#### **Создание общего рисунка на мокрой бумаге.**

Ведущий сообщает группе о том, что предполагается работа с краской на общем листе бумаги без создания какого-либо законченного образа, просто «игра» с цветом, после чего участники должны совместно создать из получившихся пятен какой-либо образ.

После этого участники берут лист ватмана и смачивают его водой. Затем по очереди или одновременно они начинают рисовать на нем линии или пятна, пользуясь гуашевыми или акварельными красками. При этом выбор цвета каждым участником определяется тем, насколько он ему приятен или интересен. Индивидуальные территории для каждого участника на общем листе не обозначаются, так что каждый имеет возможность, договариваясь или не договариваясь с другими, рисовать, где захочет. (Ведущий должен наблюдать за тем, как участники взаимодействуют на этом этапе и, в случае необходимости, во время обсуждения в кругу акцентировать внимание на выражении чувств, связанных с работой на общем пространстве и нарушением неформальных границ участников. Он так же следит за соблюдением групповых норм, в частности, нормы недопущения физического насилия).

По мере того, как пространство листа постепенно заполняется цветными линиями и пятнами, они могут сливаться друг с другом, а краски - смешиваться. Цветовое «поле» может вызывать у участников разные чувства и ассоциации, которыми они делятся друг с другом. Благодаря этому группа договаривается о трансформации пятен в более или менее оформленные образы. Для этого, кроме красок, они могут воспользоваться и другими изобразительными средствами (фломастерами, мелками и т.д.) и техниками (например, коллажем).

После того, как работа окончена, участники делятся впечатлениями о том, что они чувствовали, когда нарушались их «границы» на общем рисунке, и размышляют о том, что нужно делать и как общаться для того, чтобы не ссориться и приходиться к общему решению.

### **Притча «Солнце и ветер»**

«Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан самым сильным из нас». Стал ветер дуть, очень старался, но добился лишь того, что путник сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами. И путник сам снял свой плащ».

Анализ. О чем эта притча? Какой вывод можно сделать?

**Слепец и поводырь** Инструкция: «Разбейтесь на пары. Один из вас - «слепой», а другой-«поводырь». «Поводырь» отвечает за своего «слепа», он помогает ему в освоении окружающего пространства, следит за его безопасностью». Через 10 минут - смена ролей. («Поводырь» завязывает «слепцу» глаза повязкой.)

К занятию №6

### **Я могу, я умею**

Инструкция: «Перебрасывая мяч в быстром темпе, называйте какое-либо свое умение. Тот, кому в руки попадает мяч, например, говорит: «Я умею петь», «Я умею бегать» и т.д.»

### **Подарок, который невозможно купить**

Инструкция: «Можете ли вы рассказать мне, чем в последнее время радовали вас другие люди? Что они сделали для вас приятного? Вспомните своих близких, друзей, может быть, своих одноклассников. Запишите эти «добрые дела» и «благородные поступки на доске».

### **Подгрупповая ролевая игра «Чем помогут родители, друзья, учителя?»**

Группа делится на три подгруппы - родителей, друзей, учителей. Ребята придумывают сложную ситуацию, в которую попадает пятиклассник. Далее родители, друзья и учителя обсуждают, чем они могли бы помочь ученику и вносят предложения. Если времени достаточно, то можно предложить одному из учащихся сыграть роль пятиклассника и самому предложить ситуацию для обсуждения.

### **Я могу («Мой протрет в лучах солнца»)**

Инструкция: «А теперь давайте поговорим о том, что бы вы смогли сделать для других. Каким образом вы могли бы сделать приятный сюрприз своим родителям, братьям и сестрам, бабушкам и дедушкам? Каким образом вы могли бы сделать такой подарок, который невозможно купить в магазине, своим друзьям или одноклассникам? Нарисуйте на листах небольшое солнышко. Теперь внутри солнечного круга напишите свое имя. А теперь на каждом лучике солнца напишите, чем вы можете помочь своим близким, друзьям, учителям. Какие у вас есть положительные качества, какие «бесценные» подарки вы смогли бы преподнести своим близким и окружающим вас людям?».

После выполнения задания ребята представляют свои «солнышки».

### **Подарок**

Участникам предлагается сделать друг другу необычные подарки. Для этого нужно придумать, что дарить и показать этот подарок без слов. Подарок дарят соседу справа (или слева). Тот, кому подарили, так же без слов благодарит за подарок,

«трансформирует» его, и дарит своему соседу. В конце упражнения каждый говорит, что ему подарили, как он понял, что ему подарили.

**Возрастная характеристика группы.** Программа составлена с учетом возрастных особенностей развития младших подростков (10-12 лет).