

Тренинг «Школа Лидера»!

Цель: создание условий для реализации лидерского потенциала подростка через активное включение его в коррекционно-практические занятия.

Задачи:

- Развитие способности эффективно взаимодействовать с окружающими людьми;
- Развитие активной социально-психологической позиции участников тренинга;
- Сплочение группы.

Целевая группа: дети подросткового возраста.

Необходимый материал: секундомер, мерцающая свеча, карандаши, фломастеры, бумага, ватман, листы А4.

Продолжительность тренинга: 2 часа. Количество человек в группе: 5, групп 3.

Упражнение 1 «Знакомство».

Цель: знакомство, создание атмосферы доверия и взаимопонимания; побуждение интереса к занятиям; актуализация знаний о лидерстве, развитие коммуникативных способностей.

Материал: секундомер.

Каждый участник группы рассказывает о себе передавая микрофон другому, вся группа должна ответить на вопросы в течение одной минуты.

- Имя. Кто по знаку зодиака?
- Любимое время года, блюдо, хобби?
- Какое качество своего характера вы считаете наиболее ценным?

И так, мы с вами познакомились, а теперь давайте узнаем, чем мы похожи и чем отличаемся друг от друга.

2. Чем мы похожи и чем отличаемся?

Участники образуют два круга: внешний и внутренний. По сигналу внешний круг двигается на один шаг вправо, участники внешнего круга говорят, в чем отличия, а участники внутреннего круга стоят на месте и говорят, в чем сходство. Упражнение заканчивается, когда внешний круг возвращается на исходную позицию.

Ответьте, пожалуйста, на вопросы:

Легко ли вам было выполнять это упражнение?

Были ли какие-нибудь затруднения? Какие?

Так как мы работаем в группе, предлагаю обсудить правила работы в группе.

И так, внимание на экран!

3. Принятие правил работы в группе:

- Доверительный стиль общения.
- Общение по принципу “Здесь и сейчас”.
- Персонификация высказывания “от собственного имени”.
- Недопустимость оценок в адрес другого.

- Активное участие во всех упражнениях.
- Уважение к говорящему, принцип активного слушания.

Принимаем правила? Да.

Ребята кто же такой Лидер и как им стать? Послушаем, что об этом думают маленькие дети и дети по старше. Внимание на экран!

4. Видео ролик дети говорят «Кто такой лидер?».

Видео ролик «Кто такой лидер?» говорят дети постарше.

Видео ролик «Кто такой лидер?» в картинках.

<https://youtu.be/i6VOKu4cm0Q>

<https://youtu.be/q37J82chS9g>

<https://youtu.be/MALMbpcfmLQ>

Как много разных мнений, давайте порассуждаем, как стать лидером в коллективе, а для начала выясним, кто такие лидеры и какие они бывают? (вопрос к детям).

В психологии принято различать следующие типы лидеров.

- Эмоциональный лидер – умеет выстраивать доброжелательные отношения с разными людьми в коллективе;
- Лидер-критик – умеет критически проанализировать проект или ситуацию, выделив их слабые и сильные стороны;
- Лидер-интеллектуал – умеет продуцировать разные позитивные идеи;
- Лидер-организатор – умеет планировать выполнение работы и распределять обязанности между участниками;
- Лидер-исполнитель – умеет четко и в положенный срок выполнить возложенные на него обязанности;

Все это требует наличия определенных качеств, включая смелость, представительность, умение не отклоняться от поставленной цели, понятливость, энергичность, аналитические способности, веру в собственные силы, организаторские способности, сильную волю, умение общаться и доходчиво объяснять.

Вот это мы сейчас и проверим, поймут ли вас.

5. Упражнение “Передать одним словом”

Я раздам вам карточки, на которых написаны названия эмоций, а вы, не показывая их другим участникам, скажете слово “Здравствуй” с интонацией, соответствующей эмоции, написанной на вашей карточке. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник.

Список эмоций.

- Радость.
- Удивление.
- Сожаление.
- Разочарование.
- Подозрительность.
- Грусть.
- Веселье.

- Холодное равнодушие.
- Спокойствие.
- Заинтересованность.
- Досада.
- Уверенность.
- Желание помочь.
- Усталость.
- Волнение.
- Энтузиазм.

Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?

Доходчивость это хорошо, а сможете ли вы обратить на себя всеобщее внимание?

6. Упражнение “Внимание на меня!!!”

По сигналу в течение 3 минут всем участникам игры необходимо выполнять одну и ту же простую задачу любыми средствами, не прибегая к физическим действиям и не разговаривая, нужно привлечь внимание окружающих.

Задача усложняется тем, что одновременно ее выполняют все участники.

Рефлексия: (3 минуты)

Кому удалось привлечь к себе внимание других и за счет, каких средств?

В чем заключалась трудность?

7. Чемодан лидера.

Упражнение 1. Прочитайте текст у микрофона.

“Прогноз погоды”.

В эфире прогноз погоды для нашей школы от _____ Погодиной(а) и _____ Ветровой(а)

Ведущий 1. Сегодня подсчитываются убытки от вчерашнего урагана, пронесшегося по нашей школе. Порывом ветра снесло крышу трем ученикам **из 8б**, которые перевернули три горшка с цветами и выбили стену на 3 этаже нашей школы. Крышу на место им вернут родители, после вызова на ковер к директору школы, Также ураган унес с урока математики 9 мальчиков из **10а** и дневник Семечкина Ильи.

Ведущий 2. Сегодня синоптики обещают стихание ветра, но в зоне **7к** класса будет продолжаться повышенная турбулентность – там уже 2 недели нет классного руководителя.

Ведущий 1. Утренний ливневый дождь, прошедший узкой полосой над **10 к** смыл в классном журнале итоговые оценки по химии. Из-за чего в этом классе усиливается атмосферное давление на учеников со стороны учителя химии - она отказывается в это верить.

Ведущий 2. Без существенных осадков над территорией **1-4 х** классов. Там последнее время хорошая погода-сухо, тепло и солнечно.

Ведущий 1. Чего совсем не скажешь о **6-х** классах. Здесь наблюдаются поздние заморозки. Многие учащиеся не посещают школу и плохо учатся. В ответ на требование

педагогов прийти в школу с родителями, шестиклашки не по годам тупо отморозились. Похоже заморозки оказались сильными около 35 градусов.

Ведущий 2. Сплошной туман ожидается завтра в 11 классах. Видимость будет настолько мала, что учителям русского языка и математики не рекомендуется вставать из-за стола и ходить по классу во время пробного экзамена в поисках шпаргалок и сотовых телефонов.

Ведущий 1. Значительная кучевая облачность будет видна из окон 5-х классов, там пройдут педагогические консилиумы по результатам 3 четверти с приглашением неуспевающих учащихся и их родителей.

Ведущий 2. В последние дни синоптики обещают нам хорошую погоду, но накануне и во время экзаменов (конец мая и начало июня) ожидается штормовое предупреждение и гидрометцентр настоятельно рекомендует отложить все экзамены на неопределенное время до улучшения погодных условий или же отменить их вообще.

Ведущий 1. Вы слушали прогноз погоды для нашей школы. С вами были

Ведущий 2. Хорошей вам погоды.

Обсуждение.

Кто из ведущих читал прогноз уверенно? Кто боялся? У кого дрожал голос? С чем это связано?

Упражнение 2. Прочитать стишки, шепотом, с максимальной громкостью, как будто вы замерзли, как будто во рту горячая каша, как бы прочитал инопланетянин, человек, только что научившийся говорить, робот, пятилетний ребенок.

Упражнение 3. Посидите на стуле так, как сидят председатель Верховного Совета, пчела на цветке, кассир на рабочем месте, наказанный Буратино, невеста на свадьбе.

Импровизируйте.

Упражнение 4. Изобразите, как ходит младенец, лев, артист балета, французский король, индейский вождь.

Упражнение 5. Улыбнитесь, как улыбаются очень вежливый японец, собака своему хозяину, кот на солнышке, влюбленный юноша своей девушке, волк зайцу.

Упражнение 6. Нахмурьтесь, как король Лир, ребенок, у которого отняли игрушку, Наполеон, человек, желающий скрыть улыбку, рассерженный попугай.

Какое у вас настроение? Хорошее!!!

8.Стройся! музыкальная аранжировка «Мы команда!»

В две шеренги стройся! По росту, по цвету волос от светлого к темному, по цвету волос.

В одну шеренгу стройся! По росту, по цвету волос от светлого к темному, по цвету волос.

Участники без слов должны построиться по росту, по цвету волос, месяцу рождения, в 2 круга, в треугольник.

9. Упражнение “Земляне и инопланетяне” (15 минут) (Установи контакт с НЛО картинки)

Группы земляне и инопланетяне. Каждый Землянин может выбрать того Инопланетянина, который ему симпатичен, но ни один Инопланетянин не должен остаться без пары.

Земляне получают задание так, чтобы его не слышали инопланетяне: установить контакт с иной цивилизацией, объяснить им, где они находятся, кто их приветствует, и выяснить, с какой целью инопланетяне прилетели на Землю.

Инопланетянам наедине дают инструкцию: “они не знают языка землян, поэтому не реагируют на фразы, но могут реагировать на мимику, жесты, звуки. Как только они почувствуют, что землянин, вступивший в контакт им симпатичен, то могут с ним вступить в контакт на уровне звуков, мимики, пантомимики и объяснить, откуда они прилетели и с какой целью.

Обсуждение.

1. Что помогло в установлении контакта?
2. Что бы вы сделали по другому, если бы вам пришлось снова выполнять подобное упражнение?
3. Вопрос ко всем, какие выводы можно сделать из этой работы?

9. Продолжи фразу “Я никогда не...” Покажите свои руки.

Участники по очереди продолжают фразу. Если кто то делал (видел, участвовал пробовал) то, что назвали, то загибает палец. Выигрывает тот, кто первый зажмет все пальцы.

10. “Карабас”.

Для проведения игры детей рассказывают в круг, вместе с ними садится ведущий, который предлагает условия игры: “Ребята, вы все знаете сказку о Буратино и помните бородатого Карабаса-Барабаса, у которого был театр. Теперь все вы – куклы. Я произнесу слово “КА-РА-БАС” и покажу на вытянутых руках какое-то количество пальцев. А вы должны будете, не договариваясь, встать со стульев, причем столько человек, сколько я покажу пальцев. Эта игра развивает внимание и быстроту реакции”.

В этом игровом тесте необходимо участие двух руководителей. Задача одного – проводить игру, второго – внимательно наблюдать за поведением ребят. Чаще всего встают более общительные, стремящиеся к лидерству ребята. Те, кто встают позже, под конец игры, менее решительные. Есть и такие, которые сначала встают, а затем садятся. Они составляют группу “счастливых”. Безынициативной является та группа, которая не встает вообще.

Рекомендуется повторить игру 4-5 раз.

11. “Большая семейная фотография”.

Предлагается, чтобы ребята представили, что они все – большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Необходимо выбрать “фотографа”. Он должен расположить всю семью для фотографирования. Первым из семьи выбирается “дедушка”. Он тоже может участвовать в расстановке членов “семьи”. Больше никаких установок детям не дается, они должны сами решить, кому кем быть и где стоять. Вожатый может только наблюдать за этой занимательной картиной. Роль “фотографа” и “дедушек” обычно берутся исполнять стремящиеся к лидерству ребята. Однако не исключены элементы руководства и других “членов семьи”. Взрослым будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью в выборе месторасположения.

Эта игра может открыть педагогу новых лидеров и раскрыть систему симпатий-антипатий в группах. После распределения ролей и расстановки “членов семьи” “фотограф” считает до трех. На счет “три!” все дружно и очень громко кричат слово “сыр” и делают одновременный хлопок в ладоши.

Обсуждение.

12. Герб.

Участникам раздаются листы бумаги, карандаши. Задание: придумать и изобразить свой герб, отражающий особо ценные личные качества, которые характеризуют участника как лидера.

Представление.

Материалы: листы А4, карандаши, фломастеры.

13. Упражнение “Лидер - это”

Группам предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 20 минут они готовят коллаж с использованием газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах. Тема работы – “Лидер - это”. В работе нужно попытаться в визуальной форме представить качества, которые характеризуют лидера. Пока группа работает, в комнате звучит фоном энергичная, ритмичная музыка, создающая рабочее настроение, поддерживающая творческий настрой участников.

Обсуждение. В заключение на листе ватмана записываем набор лидерских качеств. Итак, “Лидер-это...”. Затем получившиеся качества вырезаем и скотчем прикрепляем к человеку, который не считает себя лидером, но хотел бы развить в себе лидерские качества.

14. Упражнение “Круг и Я”

Для этого упражнения требуется смельчак-доброволец, готовый первым вступить в игру. Группа образует тесный круг, который будет всячески препятствовать попаданию в него нашего доблестного добровольца. Ему же даётся всего три минуты, чтобы силой убеждения (уговорами, угрозами, обещаниями), ловкостью (пронырнуть, проскользнуть, прорваться, в конце концов), хитростью (посулы, обещания, комплименты), искренностью убедить Круг и отдельных его представителей впустить его в центр круга.

Наш герой отходит от круга на два-три метра. Все участники стоят к нему спиной, сжавшись в тесный и сплочённый круг, взявшись за руки. Начали!

Спасибо за смелость. Кто следующий готов помериться с Кругом интеллектуальными силами? На старт. Начали!

В конце упражнения обязательно обсуждаем стратегию поведения игроков. Как они вели себя во время тренинга и как поступают в обычных житейских ситуациях?

15. Свеча доверия.

Участники встают в круг и передают друг другу зажжённую свечу и при этом отвечают на следующие вопросы: «Что запомнилось на занятии больше всего? Какие чувства вызвали эти события?».

Выдача сертификатов участников мероприятия, отметка в личных книжках волонтёра.

Список литературы.

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2006. – 271с..
2. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2008. – 192с.
3. Психокоррекционная работа со старшеклассниками: тренинги / авт.-сост. О.Н. Рудякова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 99с

4. Первитская А. М. Формирование лидерской деятельности в юношеском возрасте [Электронный ресурс]: автореф. дис. ... канд. психолог. наук / Первитская А. М. - Екатеринбург, [2007]. - 27 с. – Режим доступа: локальная сеть СОУНБ им. Белинского, зал ЭИ.
5. Руководство и лидерство. Опыт соц.- психолог. исслед. Сб. науч. тр. - Л.: Б. и. , 1973. - 143 с. СОУНБ; Шифр 88; Авторский знак Р851; Инв. номер 1556216-ЕФ.