

**КАЖДЫЙ
ВАЖЕН**



**СБОРНИК ЛУЧШИХ ПРАКТИК
ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВЛИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ**

2020–2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Акимова М. Н. | 7 |
| Обсуждение спектакля «Лиса и петух» (младшая школа) | |
| Андреева Е. В. | 12 |
| Классный час на английском языке «Friendship rainbow» (средняя, старшая школа) | |
| Анохин П. А. | 14 |
| Тренинг с использованием элементов психодрамы «Все грани буллинга» (средняя и старшая школа) | |
| Бразгина О. В. | 18 |
| Квест-игра «Каждый человек достоин хорошего» (социальный проект) (средняя школа) | |
| Былинкина Е. Н. | 23 |
| Клуб наставников «Под крылом» (студенты) | |
| Валеева Р. Р. | 32 |
| Деловая игра «Шесть шляп мышления» (студенты) | |
| Варанкина М. А. | 39 |
| Командная игра «Корабли» (средняя и старшая школа) | |
| Васильева Е. Н. | 42 |
| Я-проект «Прокачай себя сам» (средняя школа) | |
| Васильченко М. А. | 45 |
| Интерактивная игра «Шоу «Интуиция»» (младшая, средняя, старшая школа) | |
| Ведина И. И. | 51 |
| «Простые истины»: формирование навыков речевого этикета учащихся как основы толерантного поведения (младшая, средняя школа) | |
| Веселова Е. И. | 59 |
| Квест-игра «Загадка эмоций» (младшая школа) | |
| Вычегжанина И. А. | 62 |
| Классный час «Лишних в жизни не бывает» (средняя школа) | |
| Гриценко Ю. А. | 65 |
| Фестиваль буктрейлеров «Буллинга. нет» (средняя, старшая школа) | |
| Дягелец Д. Ф. | 69 |
| Антибуллинговая программа «Можно быть разным» (средняя школа) | |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Евич Е. М. | 74 |
| Исследовательско-проектная технология, КТД (средняя школа) | |
| Евсеева А. А. | 76 |
| Арт-терапевтические технологии профилактики буллинга в школе «Сказка о лягушках» (младшая школа, средняя школа) | |
| Епихина Е. Ю. | 84 |
| Психологическая игра «Связующие нити» (средняя школа) | |
| Зубова М. В. | 87 |
| Эстафета «Дружба» (средняя школа) | |
| Имаева И. С. | 91 |
| Интерактивное занятие «Я в праве?!» (средняя школа) | |
| Карловская Н. П. | 95 |
| Онлайн-занятие «Как изменить мир к лучшему» (средняя школа) | |
| Карпович А. А. | 98 |
| Интерактивная беседа с использованием театрализованной импровизации «Гадкий утенок, или каждый важен» (младшая школа) | |
| Касаткина М. А. | 101 |
| Классный час «Дорога к приятному общению» (средняя школа) | |
| Кисеева А. А. | 104 |
| Игра-тренинг «Кораблекрушение» (средняя школа) | |
| Киселева Т. Г. | 107 |
| Авторская модификация технологии управленческих поединков В. К. Тарасова «Диалог на равных» (средняя, старшая школа) | |
| Клименкова Е. Н. | 114 |
| Антибуллинговая квест-игра «В поисках эмпатии» (средняя школа) | |
| Клинкова Е. А. | 124 |
| Веб-квест «Твоя безопасная среда» (средняя школа) | |
| Колкова Е. А. | 127 |
| Занятие «Ты уникален, и я уникален, или Мы — команда» (средняя школа) | |
| Колосова Е. Б. | 130 |
| Мастерская «Живой музей: антибуллинговые инсталляции. Что помогает нам понимать друг друга?» (средняя школа) | |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Комиссарова И. Л. | 135 |
| Занятие «Раз, два — дружно» (младшая школа) | |
| Коровникова Д. С. | 138 |
| Классный час — тренинг «Все вместе как одно» (средняя школа) | |
| Костикова Т. В. | 141 |
| Интеллектуально-театральная игра «Планета толерантности» (вводная перед курсом тематических занятий) (средняя школа) | |
| Кузнецова С. В. | 146 |
| Программа уроков «Травле — нет!» (средняя школа) | |
| Кутявина Г. П. | 149 |
| Классный час «Мои права лучше, чем у других?» (средняя школа) | |
| Лажинцева Е. М. | 153 |
| Акция «Дерево умений» (младшая, средняя, старшая школа) | |
| Латыпова Л. А. | 156 |
| Игра-дискуссия «Спорные утверждения» (средняя школа) | |
| Липатов А. В. | 158 |
| Видеоурок по профилактике буллинга в школе (средняя школа) | |
| Манжосова В. А. | 161 |
| Классный час «Корона уникальности» (средняя школа) | |
| Медведева М. А. | 164 |
| Квест-игра «Когда рядом друг» (средняя школа) | |
| Можяева О. С. | 168 |
| Настольная игра для школьников 3-5 классов «Волшебное путешествие» (младшая школа, средняя школа) | |
| Морозова Е. А. | 172 |
| Иммерсивный спектакль «СОучастие» (старшая школа, студенты) | |
| Никитская Е. А. | 176 |
| Профилактическая игра «Если друг не смеется, ты включи ему солнце!» (старшая школа) | |
| Орлова Н. А. | 180 |
| Интерактивное занятие «Дорога дружбы» (младшая школа) | |
| Пелевина Д. А. | 187 |
| Ящик добра «Ты не один» (старшая школа, студенты) | |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Петрова А. Ю. | 189 |
| Классный час «Вместе» (средняя школа) | |
| Полторако В. А. | 192 |
| Классный час, посвященный деловой игре «Переселенцы» (младшая школа) | |
| Пономарева А. С. | 196 |
| Антибуллинговая игра «Закон джунглей» (средняя школа) | |
| Потапова И. Э. | 200 |
| Классный час «Трудности в отношениях с одноклассниками» (младшие классы) | |
| Рудницкая-Супрун И. С. | 204 |
| Мини-спектакль «Буква Я» (младшая школа) | |
| Рязанцева О. А. | 206 |
| Классный час «Я против!» (средняя школа) | |
| Садовицкая М. В. | 210 |
| Тренинг, групповая дискуссия «Как помочь... буллеру?» (младшая, средняя, старшая школа) | |
| Сапожникова Т. А. | 213 |
| Интерактивная игра «Быть собой» (средняя школа) | |
| Сверчков С. С. | 219 |
| Запуск онлайн-челленджа «Мы вместе — мы сила!» (средняя школа) | |
| Свободина Ю. В. | 222 |
| Интерактивное тренинговое занятие «Эмпатия в группе как прививка от буллинга» (средняя школа) | |
| Семенова Ю. В. | 225 |
| Занятие в киноклубе «А каждый ли важен?» (старшая школа) | |
| Сидоренко Ю. Н. | 230 |
| Педагогический проект по профилактике буллинга (средняя школа) | |
| Соколова О. В. | 236 |
| Читка-пикник с опорой на литературное произведение (повесть Л. А. Чарской «Записки маленькой гимназистки») (средняя школа) | |
| Солина Е. С. | 240 |
| Классный час «Добро начинается с тебя» (средняя школа) | |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Сорокина Л. С. | 243 |
| Тренинг «Мой выбор» (средняя школа) | |
| Степина Ю. А. | 248 |
| Интерактивная антибуллинговая игра «Каждый важен. Разговор по душам» (средняя, старшая школа) | |
| Татьянченко Н. П. | 251 |
| Тренинг «Дружить легко!» (средняя школа) | |
| Тихомирова Н. А. | 254 |
| Беседа «Что происходит» (младшая, средняя школа) | |
| Томилина Е. Н. | 257 |
| Интерактивное занятие «Вектор доброты» (средняя школа) | |
| Хаймина А. Г. | 261 |
| Дискуссионная площадка «Мне важно» (старшая школа, студенты) | |
| Цыс А. М. | 264 |
| Акция «Стань героем комиксов» (средняя школа) | |
| Чазова С. А. | 266 |
| Дискуссионный читательский клуб «Калечина-малечина» (по роману Евгении Некрасовой) (средняя школа) | |
| Чертолыс В. Н. | 270 |
| Открытая студия «Стоп, травля!» (старшая школа) | |
| Чистова В. К. | 273 |
| Интерактивное занятие «Взгляд со всех сторон» (средняя школа) | |
| Чубарова В. А. | 276 |
| Тренинг «Мы вместе» (средняя школа) | |
| Шамшура А. М. | 285 |
| Игра на сплочение «Дорогою добра» (средняя школа) | |
| Шестерова М. Н. | 290 |
| Квест-игра «Я вижу ориентир» (студенты) | |
| Шипицына Е. Н. | 299 |
| Игра по комиксу «ТАКОЙ ЖЕ, КАК И ВСЕ» (средняя школа) | |
| Шишов А. В. | 304 |
| Антибуллинговое занятие «Школа дружбы» (младшая школа) | |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Яковлева М. А. | 307 |
| Технологии «Идентификация», «Круг сообщества», «Прощение» (средняя школа) | |
| Янонис М. А. | 311 |
| Театрализованная форма публичной рефлексии «А так бывает!» (средняя школа) | |

ОБСУЖДЕНИЕ СПЕКТАКЛЯ «ЛИСА И ПЕТУХ»

Акимова М. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 3–4 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие навыков межличностного взаимодействия,
- получение навыков работы с аудиторией,
- развитие эмпатии,
- формирование толерантной позиции к окружающим;

Б) для целевой аудитории:

- актуализация эмоций,
- получение навыков поведения в ситуации буллинга,
- формирование доброжелательных отношений в классе,
- интеграция «отверженных» детей в коллектив класса.

Время, необходимое на подготовку: 14 дней.

Время, необходимое на проведение: 30 минут.

Вспомогательные материалы: маски персонажей сказки (лиса, заяц, собака, медведь, бык, петух), макет избушки, текст сказки (для актеров — подростков-организаторов), школьная доска (или флипчарт), мел (или фломастеры).

Каткое описание идеи:

Демонстрация сказки «Лиса и петух» с последующим обсуждением сюжета с младшими школьниками. В ходе обсуждения ребята должны сформулировать правила поведения для профилактики буллинга.

План подготовки:

Для проведения мероприятия привлекаются учащиеся 9–10 классов (7 человек), которые проходят обучение по дополнительным программам «Школа лидера» и «Школа медиатора», т. е. имеют начальные знания в сфере психологии (далее — организаторы). За две недели до даты проведения организаторы получают от педагога-психолога (далее — руководитель) текст сказки и распределение ролей (6 персонажей сказки и 1 ведущий). Подготовку масок персонажей и макета избушки обеспечивают учителя изобразительного искусства и технологии.

Подробное описание:

1. Введение в занятие

Ведущий: «Здравствуй, ребята! Посмотрите, какой сегодня прекрасный день! На улице светит солнце! (или «Но на улице не светит солнце».) Давайте создадим в нашем коллективе солнечное настроение. А чтобы у нас все получилось, повернемся к своему товарищу или соседу и улыбнемся ему самой теплой улыбкой. Замечательно! Теперь у нас тоже тепло и солнечно».

2. Основная часть

Ведущий: «Сейчас вам будет представлена сказка, название которой я пока не скажу. Скорее всего, вы ее узнаете, но прошу набраться терпения и не выкрикивать с места. После просмотра этой сказки у меня будет к вам несколько вопросов, поэтому прошу быть очень внимательными».

На сцене организаторы показывают сказку (Приложение).

Ведущий: «Узнали сказку?»

Учащиеся отвечают.

Ведущий: «Какое еще название можно было дать этой сказке? О чем она?»

Учащиеся отвечают.

Ведущий: «Какие персонажи вам понравились? Почему?»

Учащиеся отвечают. Ведущий фиксирует ответы на доске (флипчарте).

Ведущий: «Какие персонажи вам не понравились? Почему?»

Учащиеся отвечают. Ведущий фиксирует ответы на доске (флипчарте).

Возможно, в ответах ребят один или несколько персонажей окажутся в обеих категориях: «нравится» и «не нравится». В этом случае необходимо дополнительно обсудить, почему так получилось: какие качества и поступки этих персонажей им симпатичны, какие нет, почему.

Ведущий: «Какие эмоции испытывал заяц, когда его выгнала лиса?»

Учащиеся отвечают. Ведущий фиксирует ответы на доске под именем персонажа.

Ведущий: «Испытывали ли вы похожие эмоции? Если да, то в каких школьных ситуациях?»

Учащиеся отвечают. Ведущий кратко фиксирует ответы на доске рядом с перечисленными ранее эмоциями.

Ведущий: «Какие эмоции испытывали собака, медведь, бык?»

Учащиеся отвечают. Ведущий фиксирует ответы на доске под именем каждого персонажа.

Ведущий: «Испытывали ли вы похожие эмоции? Если да, то в каких школьных ситуациях?»

Учащиеся отвечают. Ведущий кратко фиксирует ответы на доске рядом с перечисленными ранее эмоциями.

Ведущий: «Какие эмоции испытывал петушок?»

Учащиеся отвечают. Ведущий фиксирует ответы на доске под именем персонажа.

Ведущий: «Испытывали ли вы похожие эмоции? Если да, то в каких школьных ситуациях?»

Учащиеся отвечают. Ведущий кратко фиксирует ответы на доске рядом с перечисленными ранее эмоциями.

Ведущий: «Посмотрите, что у нас получилось: все перечисленные эмоции вам хорошо знакомы, и в школьной жизни вы, в большей или меньшей степени, их испытывали. Скорее всего, вы также скажете, что в школе приходилось выполнять и некоторые роли из этой сказки — кто-то, возможно, был зайцем, кто-то петушком, кому-то приходилось бывать в роли собаки, быка или медведя, ну а кто-то, может быть, даже примерял на себя роль лисы, которую вы в начале нашего обсуждения обозначили отрицательным персонажем этой истории.

Действительно, ситуации, когда один человек или группа обижают другого, встречаются в школе. Что же делать, чтобы в вашем классе такого неприятного явления не было, а была только дружба и хорошее настроение у всех? Давайте вернемся к нашей сказке. Почему лиса не испугалась собаку, медведя, быка?» Учащиеся отвечают. (Если учащиеся не назвали, то подсказать им, что эти персонажи были неуверенными, не настойчивыми, трусливыми.)

Ведущий: «Почему у петушка получилось прогнать лису?»

Учащиеся отвечают. (Если учащиеся не назвали, то подсказать им, что петушок был смелым, решительным, уверенным, настойчивым, громким. Пожалуй, именно последнее сыграло решающую роль — лиса испугалась, что петушка услышат другие звери, придут на помощь зайцу и дадут ей отпор. А возможно, лиса просто испугалась огласки своих нехороших поступков. Именно этого всегда боятся школьные обидчики. Зная это, нужно действовать и при возникновении подобных ситуаций в обычной жизни.)

Ведущий: «Что вы можете сделать, чтобы такого явления в классе не было?»

Учащиеся перечисляют, ведущий фиксирует на доске.

Если учащиеся сами не назвали, можно дополнить:

- Говорить об этом, не замалчивать ситуации, свидетелями которых вы стали.
- Со своими трудностями вы всегда можете обратиться к психологу, к классному руководителю.
- Уважать другого, его индивидуальность, право на самовыражение, собственное мнение.
- Дружить с одноклассниками.
- Помогать друг другу.

Ведущий: «Как вы считаете, эти правила для вас выполнимы?»

Учащиеся отвечают.

Ведущий: «Оставляю вам этот свод правил и желаю, чтобы ваш класс стал самым дружным!»

3. Рефлексия

Ведущий: «Прошу каждого из вас высказаться по двум вопросам:

- Что вам понравилось в занятии?
- Что вы можете взять для себя из нашего общения на занятии?»

Учащиеся отвечают по кругу.

Приложение

Лиса и заяц

Жили-были лиса да заяц. У лисы была избенка ледяная, у зайца — лубяная. Пришла весна красна — у лисы избенка растаяла, а у зайца стоит по-старому. Вот лиса и попросилась у него переночевать, да его из избенки и выгнала. Идет дорогой зайчик, плачет. Ему навстречу собака:
— Тяф, тяф, тяф! Что, зайчик, плачешь?
— Как мне не плакать? Была у меня избенка лубяная, а у лисы ледяная. Попросилась она ко мне ночевать, да меня и выгнала.
— Не плачь, зайчик! Я твоему горю помогу.

Подошли они к избенке. Собака забрехала:

— Тяф, тяф, тяф! Поди, лиса, вон!

А лиса им с печи:

— Как выскочу, как выпрыгну, пойдут клочки по закоулочкам!

Собака испугалась и убежала.

Зайчик опять идет дорогой, плачет. Ему навстречу медведь:

— О чем, зайчик, плачешь?

— Как мне не плакать? Была у меня избенка лубяная, а у лисы ледяная.

Попросилась она ночевать, да меня и выгнала.

— Не плачь, я твоему горю помогу.

— Нет, не сможешь. Собака гнала — не выгнала, и тебе не выгнать.

— Нет, выгоню!

Подошли они к избенке. Медведь как закричит:

— Поди, лиса, вон!

А лиса им с печи:

— Как выскочу, как выпрыгну, пойдут клочки по закоулочкам!

Медведь испугался и убежал.

Идет опять зайчик. Ему навстречу бык:

— Что, зайчик, плачешь?

— Как мне не плакать? Была у меня избенка лубяная, а у лисы ледяная.

Попросилась она ночевать, да меня и выгнала.

— Пойдем, я твоему горю помогу.

— Нет, бык, не сможешь. Собака гнала — не выгнала, медведь гнал — не выгнал, и тебе не выгнать.

— Нет выгоню!

Подошли они к избенке. Бык как заревел:

— Поди, лиса, вон!

А лиса им с печи:

— Как выскочу, как выпрыгну, пойдут клочки по закоулочкам!

Бык испугался и убежал.

Идет опять зайчик дорогой, плачет пуще прежнего. Ему навстречу петух с косой:

— Ку-ка-ре-ку! О чем, зайчик, плачешь?

— Как мне не плакать? Была у меня избенка лубяная, а у лисы ледяная.

Попросилась она ночевать, да меня и выгнала.

— Пойдем, я твоему горю помогу.

— Нет, петух, не сможешь. Собака гнала — не выгнала, медведь гнал — не выгнал, бык гнал — не выгнал, и тебе не выгнать.

— Нет, выгоню!

Подошли они к избенке. Петух лапами затопал, крыльями забил:

— Ку-ка-ре-ку! Иду на пятах,

Несу косу на плечах,

Хочу лису посечи,

Слезай, лиса, с печи,

Поди, лиса, вон!

Лиса услышала, испугалась и говорит:

— Обуваюсь...

Петух опять:

— Ку-ка-ре-ку! Иду на пятах,

Несу косу на плечах,

Хочу лису посечи,

Слезай, лиса, с печи,

Поди, лиса, вон!

Лиса опять говорит:

— Одеваюсь...

Петух в третий раз:

— Ку-ка-ре-ку! Иду на пятах,

Несу косу на плечах,

Хочу лису посечи,

Слезай, лиса, с печи,

Поди, лиса, вон!

Лиса без памяти выбежала, петух ее тут и зарубил косой.

И стали они с зайчиком жить-поживать в лубяной избенке.

КЛАССНЫЙ ЧАС НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ "FRIENDSHIP RAINBOW"

Андреева Е. В.

Целевая аудитория: учащиеся 5–11 классов, педагоги иностранных языков (классный час можно проводить в рамках недели иностранных языков).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- повышение интереса к теме дружбы,
- практика разговорной речи на иностранном языке;

Б) для целевой аудитории:

- содействие взаимопониманию представителей разных возрастных групп,
- развитие навыков бесконфликтного и эффективного общения.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя.

Время, необходимое на проведение: 1 урок.

Вспомогательные материалы: альбомные листы А4, цветная бумага, фломастеры, фотоаппарат.

Краткое описание идеи:

В течение урока учащиеся знакомятся с понятием «дружба», учатся высказывать свое мнение о том, что для них значит дружба, на английском языке. В качестве помощи ученикам выдаются памятки со словами-помощниками на английском языке, а также стихами, пословицами и поговорками про дружбу.

План подготовки:

1. Создание волонтерской команды для проведения классного часа.
2. Оповещение учащихся и педагогов о мероприятии.
3. Изготовление макета "Friendship Rainbow".
4. Проведение мероприятия.

Активистам объясняется тема и суть акции, Ребята-активисты изготавливают свой макет "Friendship Rainbow", но до перехода к практической части предлагают одноклассникам поговорить о дружбе и о том, что это слово для них значит, на английском языке. Затем ребята раскладывают материалы со словами-помощниками по теме.

Подробное описание:

1. Активисты просят учащихся написать на листочках свои мысли по теме «Дружба». Молодое поколение любит проводить время в соцсетях, поэтому ребятам предоставляется возможность использовать ресурсы интернета в помощь. Затем учащимся предлагается на английском языке поделиться, что для них значит дружба.
2. Ребятам раздаются слова песни "I'll be there for you" из популярного сериала «Друзья». Задача — внимательно послушать песню и вставить пропущенные слова (можно работать в парах).
3. Каждый учащийся делает свою «Радугу дружбы» и описывает одного из участников акции, который достался ему случайным образом (имена всех ребят написаны заранее и сложены в мешочек).

4. Все «Радуги дружбы» развешиваются на стенах класса для изучения и осознания участниками ценности дружбы.

ТРЕНИНГ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ ПСИХОДРАМЫ «ВСЕ ГРАНИ БУЛЛИНГА»

Анохин П. А.

Целевая аудитория: подростки от 12 до 17 лет.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- получение представления о буллинге, конфликте, различных сторонах и участниках ситуации буллинга,
- развитие навыков эмпатии, терпимости, ответственности,
- развитие социального интеллекта,
- тренировка в качестве тренеров психологических программ;

Б) для целевой аудитории:

- получение представления о буллинге, конфликте, различных сторонах и участниках ситуации буллинга,
- развитие социального интеллекта,
- развитие навыков эмпатии, терпимости.

Время, необходимое на подготовку: не менее 5 часов на обучение тренеров-подростков.

Время, необходимое на проведение: от 1 часа 30 минут.

Вспомогательные материалы: стулья по количеству участников, флипчарты, планшеты, листы А4 с названием зон для работы (5 штук), бумажный скотч, методические материалы для изучения (Приложение).

Краткое описание идеи:

С помощью психологического упражнения (психодраматической техники) дать участникам упражнения возможность прочувствовать разные роли действующих лиц в ситуации буллинга.

План подготовки:

1. Объявление о проведении тренинга по профилактике буллинга в классе. Проведение тренинга. Набор добровольцев среди подростков для участия в тренинговой программе в качестве тренеров.
2. Подготовка тренеров. Срок — месяц-два до проведения тренинга.
 - изучение материалов по теме, в том числе особенности каждой роли в ситуации травли: «жертва», «агрессор», «спаситель», «пассивный наблюдатель», «сторонник агрессора» (частично материалы есть в Приложении),
 - моделирование предстоящего тренинга (будущие ведущие проходят его в качестве участников), анализ кейса,
 - рефлексия, обсуждение тренинга.
3. Проведение тренинга.
4. Рефлексия тренеров после тренинга.

Подробное описание:

1. Проведение тренинга

Программа описана в шаге 3.

2. Подготовка тренеров

На этом этапе взрослый (психолог, медиатор) проводит обучение подростков. Для этого участники:

- изучают материалы по темам: конфликт (понятие, функции, виды), стадии эскалации конфликтной ситуации, принципы конструктивного решения конфликтов, этапы разрешения конфликта, глубинные общечеловеческие потребности как основа для хорошего решения конфликта, медиация и медиативный подход к разрешению конфликтов, буллинг (определение, формы, причины), роли в буллинге;
- еще раз проходят предстоящий тренинг в качестве участников, анализируя процесс с позиции ведущего, обращают внимание на детали, нюансы, особенности процесса;
- участвуют в итоговой рефлексии после тренинга.

Процесс обучения рассчитан на определенную продолжительность (например, обучение в формате четырех тренингов по 2–3 часа 2–3 раза в неделю, включая выполнение домашнего задания). Такая подготовка требует усилий и временных затрат как со стороны обучающихся, так и со стороны обучающего, но позволит подросткам лучше разобраться в теме буллинга, а в дальнейшем самостоятельно проводить подобную программу.

3. Тренинг

Подготовка помещения, необходимых материалов

Пространство, в котором будет проходить занятие, необходимо разделить на пять равных зон, каждая из которых будет соответствовать одной из сторон участников буллинга: «жертва», «агрессор», «спаситель», «пассивный наблюдатель», «сторонник агрессора». Зоны можно составить из стульев, можно обозначить бумажным скотчем, наклеенным на пол, натянуть ленты, веревки или использовать другой подручный способ. У каждой зоны должен быть открытый вход. Зоны необходимо составить так, чтобы было удобно перемещаться от одной к другой, например, построить их по принципу «ромашки»: пустое пространство по центру, вокруг него — входы в пять зон. В каждом пространстве должно быть достаточно места, чтобы в нем могли свободно разместиться 6 и более человек (при расчете проведения тренинга для класса из 30 человек. Если участников больше, то и пространства понадобится пропорционально больше). В идеале, в каждом пространстве должно располагаться несколько стульев, чтобы участники могли там не только стоять, но и сидеть.

Вводное обсуждение

Перед началом упражнения участники садятся в круг. Ведущий произносит вступительную речь: несколько слов о буллинге, о конфликте. Затем озвучиваются и принимаются правила групповой работы и проводится групповое обсуждение:

- что такое буллинг,

- сталкивались ли участники с такой ситуацией в своей жизни,
- кто участвует в ситуации буллинга (назвать роли участников),
- в чем схожесть и разница между буллингом, ссорой и конфликтом.

Чтение и разбор кейса (Приложение)

Групповой анализ. К какой роли можно отнести участников ситуации, описанной в кейсе? Каковы отличительные черты каждого?

Упражнение

Ведущий: «Предлагаю вам выполнить упражнение, чтобы лучше прочувствовать разные стороны участников буллинга. Вы видите в этой комнате несколько зон. Каждая зона отражает одну из ролей ситуации буллинга (в каждой зоне либо стоит флипчарт с названием роли, либо перед входом лежит лист А4, либо лист А4 прикреплен к стене). Ваша задача — побыть в каждой зоне, прислушиваясь к своим чувствам, ощущениям».

Инструкция:

«Настройтесь на исследование. Доверьтесь своей интуиции, не бойтесь ошибиться. Наблюдайте за собой, за тем, что происходит с вами, как вы воспринимаете окружающих, и все запоминайте. Прислушивайтесь к своим чувствам, эмоциям, ощущениям в теле, запоминайте мысли, которые у вас могут возникнуть, образы, который кто-то может представить. Наблюдайте за тем, как вы из своей роли воспринимаете людей, находящихся в других ролях. Находясь в одной роли, посмотрите на все другие, запомните ваши ощущения. Возможно, вы испытаете необычные или неожиданные эмоции. Побудьте в каждой зоне, в каждой роли хотя бы по одному разу, как бы вы ни относились к какой-либо из них. Вы можете побыть в каждой зоне столько раз, сколько потребуется.

Если в процессе выполнения упражнения вы вдруг почувствуете какой-либо дискомфорт, поднимите руку и обратитесь к ведущим. После окончания упражнения мы в общей группе обсудим ощущения, которые вы испытывали в каждой роли».

Время выполнения — 30 минут.

Данную инструкцию полностью или частично стоит повторять во время выполнения упражнения.

Обсуждение в группе после упражнения:

- Как вы себя чувствовали? Какие были ощущения?
- В какой роли вы себя чувствовали комфортно, приятно, привычно? Была ли роль, в которой вы чувствовали себя дискомфортно, неприятно, непривычно?
- Что было нового, необычного, неожиданного для вас в упражнении?
- Происходили ли с вами ситуации, в которых вы испытывали похожие ощущения?

Дополнительная инструкция для ведущих:

- Следите за выражением лиц, позами участников и прислушивайтесь к своим ощущениям: возможно, вы заметите, что у кого-то из участников отозвалась какая-то личная тема, болезненная ситуация. В таком случае, деликатно спросите: «Что ты сейчас чувствуешь? У тебя отозвалось то, о чем мы сейчас говорим?» Возможно, будет уместно предложить продолжить работу индивидуально.
- Напоминайте, что плохих чувств и эмоций нет, все, что участники почувствовали — это хорошо и правильно, поскольку отражает определенную сторону реальности.
- Обращайте внимание участников на то, что чувства, которые они испытывали в той или иной роли, могут отличаться от общепринятых представлений, стереотипах о них.
- Обращайте внимание участников на то, как они воспринимали из своей роли других участников. Например, как из роли «жертвы» воспринимается «буллер», «наблюдатели». Помните, что, несмотря на урон, «жертва» получает и некую психологическую вторичную выгоду — сочувствие, снисходительное отношение окружающих, ощущение себя «безвинной», ощущение собственной значимости и т. п. С другой стороны, «буллер», несмотря на силу и ощущение собственного превосходства, которые он проявляет на поверхности, внутри, в глубине души, ощущает и свою вину, неспособность контролировать себя и также осознает свою неправоту. При этом у «плохого» поведения всегда есть причины: таким деструктивным образом буллер может просить о помощи.

4. Рефлексия тренеров после тренинга

Приложение

Ссылка на методические материалы для подготовки к тренингу:

<https://drive.google.com/drive/folders/1wqFbTIsPubQSW-sfCHEdkMK9PvMPD3vJ?usp=sharing>

КВЕСТ-ИГРА «КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ДОСТОИН ХОРОШЕГО» (СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ)

Бразгина О. В.

Целевая аудитория: учащиеся 7–8 классов.

Организаторы: учащиеся 10 классов (проектировщики).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- переосмысление ценностей,
- развитие коммуникативных, регулятивных и личностных УУД;

Б) для целевой аудитории:

- активизация знаний по теме «Буллинг»,
- развитие толерантности, навыков межличностного взаимодействия,
- формирование доброжелательного отношения друг к другу, сплоченности классного коллектива.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: имитация костра, мультимедийное оборудование, маршрутные листы, задания игрокам.

Краткое описание идеи:

Подготовка и участие в квест-игре дает возможность ребенку на практике реализовывать знания, выбирать ценности и линию поведения, совершать правовые и нравственные поступки. Квест-игра по профилактике буллинга формирует в детях понимание того, что от их действий зависит не только их собственная жизнь и благополучие, но и жизнь и благополучие других людей.

План подготовки:

1. Разработка маршрутных листов.
2. Подготовка имитации костра.
3. Разработка заданий, вопросов.
4. Подбор видеороликов.
5. Проведение инструктажа для ведущих игры.
6. Репетиция песен.

Подробное описание:

| Этап | Цель этапа | Деятельность организаторов | Деятельность учащихся |
|-------------|-------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| | | | |

| | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Мотивационно-побудительный | <p>Создание положительного эмоционального настроения в коллективе, организация команд для участия в проведении игры</p> | <p><i>Ведущий:</i> «Здравствуйте, ребята, начнем мы сегодня наше занятие с игры "Поменяйтесь местами". Эта игра позволит немного подвигаться, поднять настроение, а также лучше узнать друга».</p> <p>Описание игры: Из круга убирается один стул, водящий встает в центр круга. Водящий предлагает поменяться местами тем, кто: любит яблоки, умеет играть на гитаре, занимается спортом, любит рисовать и т. п. Когда кто-то встает, задача водящего — занять освободившееся место. Оставшийся в центре круга становится новым водящим. Когда правила игры становятся понятны, условия перемены мест усложняются.</p> <p>После подвижного упражнения можно спросить желающих, во-первых, кто, что и о ком запомнил, а, во-вторых, кто хотел бы, чтобы рассказали другие, что о нем запомнили.</p> <p>После упражнения четверо сидящих рядом учащихся становятся членами одной малой группы.</p> | <p>Учащиеся играют в игру</p> |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

| | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Организационный | Организация команд, выбор капитана | <i>Ведущий:</i> «Сегодня мы с вами будем участвовать в квест-игре "Каждый человек достоин хорошего"». Выберите капитана своей команды. Капитаны, получите маршрутные листы. | Команды выбирают капитанов, капитаны получают маршрутные листы. |
| | Работа с квест-маршрутами | Актуализация знаний о буллинге Станция № 1 «Теоретическая». Место проведения — библиотека. | Раздаются вопросы, на которые учащиеся должны дать ответы, пользуясь разнообразными источниками информации: словарями, газетными статьями, Интернет-ресурсами. |
| Нравственное воспитание, развитие сочувствия и милосердия Станция № 2 «Проблемная». Место проведения — кабинет психологической разгрузки. | | Ведущий предлагает командам посмотреть видеоролики на YouTube: <ul style="list-style-type: none"> • «Буллинг: травля в школе. Истории» (Молодежь Новосибирска) • «Жертва буллинга» — и ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> • О чем эти ролики? • Что объединяет эти сюжеты? • Как вы думаете, эта тема актуальна для нашего времени? А для нашей школы? • Сталкивались ли вы лично с ситуацией буллинга? • Где, когда? • В какой роли? • Как можно решить данную проблему? | Учащиеся просматривают и обсуждают ролики. |
| Отработка навыков конструктивного решения проблем Станция № 3 | | Ведущий предлагает командам посмотреть ролик «Каждый человек достоин хорошего». Проводится обсуждение, как бы участники поступили на месте героев | Учащиеся: <ul style="list-style-type: none"> • отвечают на вопрос, • распределяют роли; • разыгрывают этюды, в которых |

| | | | |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | «Этюдная». Место проведения — актовый зал. | данного ролика. Затем ведущий предлагает командам попробовать на практике решить возникающие проблемы. Для этого необходимо объединиться в мини-группы по 3 человека. Каждая группа получает лист с описанием ситуации (Приложение 1) и разыгрывает ее максимально достоверно. Цель — прийти к примирению (за это отвечает третья сторона — наблюдатель). | скрыты роли агрессора, жертвы, наблюдателя. |
| Итоговый сбор, рефлексия | Подведение итогов, ре- флексия Станция № 4 «Загляни на огонек». Место проведения — кабинет психологии. | В центре круга горит костер, звучит песня «Изгиб гитары желтой». <i>Ведущий:</i> «Давайте подведем итог игре. Все команды хорошо справились с заданиями. А теперь каждый участник ответит на вопрос: что мы должны делать, чтобы каждому в нашем классе было хорошо?» На экране появляются правила «Мы должны, и мы готовы» (Приложение 2). Ведущий предлагает участникам прочитать их, выразить свое отношение к ним, а затем проголосовать за их выполнение. В завершение звучит песня «Давайте говорить друг другу комплименты». | Каждый учащийся по кругу отвечает на вопрос «Что мы должны делать, чтобы каждому в нашем классе было хорошо?» Затем учащиеся читают правила и голосуют за их выполнение. В завершение учащиеся, положив руки на плечи друг друга, поют песню «Давайте говорить друг другу комплименты». |

Приложение 1

Станция № 3. Ситуации для этюдов

- Одноклассник в очередной раз забирает ручку у Миши, это видит Петя.

- Света уже неделю придирается словами к новенькой однокласснице.
- В столовой у Коли уже не первый раз забирают стул, ему приходится есть стоя.
- Дима постоянно называет своего одноклассника не по имени, а по национальности, издевается, насмехается над ним.

Приложение 2

Станция № 4. Правила класса «Мы должны, и мы готовы»

1. Принимать мнение другого человека, его верование.
2. Уважать чувство человеческого достоинства.
3. Уважать права других.
4. Принимать другого таким, какой он есть.
5. Уметь ставить себя на место другого.
6. Уважать право быть другим.
7. Признавать многообразие людей, мнений, религий и т. д.
8. Признавать равенство других.
9. Отказаться от насилия и жестокости по отношению друг к другу.
10. Отказаться от равнодушного отношения к чужой беде.

КЛУБ НАСТАВНИКОВ «ПОД КРЫЛОМ»

Былинкина Е. Н.

Целевая аудитория: студенты учебных групп ГБПОУ КАС №7 — 1–2 курсы (16–18 лет).

Общая цель проекта: создать среди студентов клуб единомышленников, который поможет уменьшить эмоциональное напряжение у студентов первых курсов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие чувства ответственности,
- сплоченность и умение работать в команде,
- понимание, что каждый важен в командной работе,
- возможность проявить заботу и наставничество,
- возможность поделиться опытом,
- возможность обрести товарищей и друзей,
- возможность найти единомышленников и создать клуб наставников,
- развитие активной гражданской позиции,
- развитие коммуникативных навыков,
- развитие творческого потенциала,
- возможность повысить самооценку,
- самостоятельность выбора и принятия решения;

Б) для целевой аудитории:

- снижение эмоционального напряжения,
- развитие коммуникативных навыков,
- позитивное настроение в группе,
- возможность проявить себя (вступление в клуб),
- ориентир на целостность группы,
- знакомство с нормами и правилами поведения колледжа,
- знакомство со старшими товарищами,
- знакомство с новым социальным пространством (колледж).

Время, необходимое на подготовку: 1 час 30 минут на проведение тренинга «Перцептивная сторона общения» со студентами, прошедшими программу «Каждый важен», + 1 час 30 минут на общее собрание по организации клуба (организационные моменты) + две недели на создание методологической базы и раздаточного материала, а также видеороликов, постов, плакатов, фотографий для «лайфхаков».

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут (1 пара).

Вспомогательные материалы: компьютер, проектор, раздаточные материалы по количеству участников: листовки-памятки, бланки анкеты, ручки.

Краткое описание идеи:

Группа старшеклассников, успешно завершивших профилактическую антибуллингую программу «Каждый важен», создает клуб наставничества «Под крылом», который будет функционировать для поддержки младших курсов.

Наставничество — это волонтерский вид деятельности социально активных людей готовых понять, принять и помочь. Идея наставничества не нова и представляет собой важный и трудоемкий процесс. Когда мы попадаем в неизвестную социальную среду, мы теряемся, так как все нам неизвестно. Но если есть люди, к которым мы можем обратиться, то мы сможем преодолеть все. Студенты старших курсов будут рассказывать и делиться своим личным опытом — «лайфхаками» — со студентами 1–2 курсов. В процессе своих выступлений наставники расскажут о важности понятий «поддержка» и «группа», о том, что в группе каждый важен, поделятся своими личными историями и помогут младшекурсникам узнать нормы и правила поведения в колледже. Это позволит «новеньким» не попасть в неприятные ситуации.

За каждой группой стоит классный руководитель, но не всегда студенты первого (да и второго) курса могут спокойно обратиться к нему. Чтобы чувствовать себя комфортно в стенах колледжа, нужна поддержка, и такой поддержкой могут выступить старшекурсники. Взаимодействие из социальных ролей «я-студент» и «наставник-студент» способно сделать общение неформальным и более доверительным, а также нести положительный настрой.

Мини-группы старшекурсников в начале сентября будут ходить по группам 1–2 курсов (по предварительной договоренности с педагогами) и проводить занятия клуба: информирование, вопрос-ответ, решение различных ситуаций и спорных моментов, презентации.

План подготовки:

1. По завершении программы «Каждый важен» группа с куратором закрепляет полученные навыки и результаты в тренинге «Перцептивная сторона общения» (Приложение 1). Студенты знакомятся с тем, как можно воспринимать информацию, как ее можно передавать и что в зависимости от индивидуальных особенностей мы воспринимаем ее по-разному. На примере тренинга куратор показывает, что в то же время мы похожи.
2. Обсуждается идея создания и направленности клуба для младших курсов. Идея наставничества не нова, но сколько таких клубов или групп есть в каждой школе или колледже? Студентам предстоит ответить на несколько вопросов:
 - Что могут дать старшие товарищи младшим? О чем они могут рассказать?
 - Как студенты-наставники могут помочь адаптироваться к новой социальной среде?
 - В каком формате лучше передавать информацию для младших?
 - Нужно ли создать страницу в соцсетях? Если да, то какая информация там будет?
 - Какие цели и задачи есть у клуба?
 - Что поможет младшекурсникам сплотиться? Какие упражнения из тренинга можно использовать для сплочения и какие смогут помочь в реализации задуманного?
3. Группа студентов разделяется на мини-группы (по возможностям и интересам). Каждая мини-группа имеет свою функцию:
 - 1 группа (или несколько) — коммуникаторы. Отвечают за непосредственную коммуникацию: ходят по группам и информируют новичков, а также договариваются с педагогами (под руководством куратора) о том, чтобы провести мероприятие клуба.

- 2 группа (или несколько) — творческая. Отвечает за аудиофайлы («лайфхаки» и записи с мероприятий), социальные ролики, музыкальное сопровождение, фотографии.
- 3 группа (или несколько) — техническая. Отвечает за разработку листовок, плакатов и раздаточного материала.
- 4 группа (или несколько) — «программисты». Отвечают за создание и ведение страницы в соцсети.
- 5 группа (один или несколько студентов) — корректоры. Отвечают за цензуру и порядок, следят, чтобы не было информации, которая может опорочить или вызвать негодование.

Создается клуб «Под крылом».

4. Деятельность клуба реализуется конкретной (в первичной фазе) группой. Старшеклассники-участники самостоятельно проводят мероприятие со студентами младшего курса под четким руководством куратора в течение 1 часа 30 минут (пары).

5. Рефлексия. После первичной деятельности клуба куратор проводит рефлексию с участниками: идет обсуждение эффективности и актуальности деятельности клуба. Старшеклассники-участники делятся своими впечатлениями, мыслями, ощущениями, отвечая на вопросы:

- Все ли из задуманного получилось реализовать?
- Все ли было понятно?
- Все ли было актуально?
- Нужно ли что-то поменять, или добавить, или убрать?

В зависимости от ответов в деятельность клуба вносятся или не вносятся корректировки.

6. Полная реализация проекта. Старшеклассники уже со скорректированным мероприятием выходят на остальные группы. По задумке, они должны охватить всех студентов первых курсов.

Подробное описание:

1. Подготовка

Студенты, которые организуют клуб, подготавливают материал для проведения мероприятия. Создают презентацию, видеофайлы, фотографии, анкеты, сценарий самого мероприятия.

2. Выбор

Участники клуба выбирают группу, которую они посетят, и определяют дату и время, сверяя расписание той группы со своим. Необходимо, чтобы данное мероприятие не мешало учебному процессу. На этом этапе куратор может корректировать действия и решения старшеклассников.

3. Договор

Необходимо договориться с педагогом о запланированном мероприятии. Да этого выбираются студенты-коммуникаторы, которые будут вести переговоры с педагогом-предметником. Для этого студентам необходимо рассказать идею и объяснить, для чего они это мероприятие делают. Цель: убедить педагога в своей идее, чтобы тот позволил провести мероприятие на своей паре.

4. Реализация

К этому этапу все материалы, презентации и видео отсняты, а листовки и раздаточные материалы подготовлены. Наступает момент непосредственного контакта с «младшенькими». Из всей группы выбираются те, кто будет представлять клуб. Это может быть по желанию, или будут кандидаты (решают сами старшекурсники). Фотокорреспондент делает фотографии мероприятия для его освещения в социальных сетях в новостях колледжа. Чтобы успешно провести мероприятие, ребятам необходимо:

- заранее подготовить аудиторию: подключить проектор, проверить звук, убедиться, что все работает и на месте,
- реализовать сценарий-схему (Приложение 2) с использованием различных дополнительных технологий (видео, аудио, презентации, раздаточный материал, анкеты социального опроса (Приложение 3, Приложение 4).

5. Завершение

Старшекурсники подводят итоги мероприятия. Отвечают на вопросы младших студентов. Помогают в решении сложных моментов (куратор контролирует и по необходимости помогает).

Приложение 1

Тренинг «Перцептивная сторона общения»

Цель: раскрыть основы перцептивной стороны общения.

Задачи:

- развить представления студентов о понятии «восприятие»,
- на примере показать, насколько все мы по-разному воспринимаем этот мир (важно понимать друг друга, понимать, что каждый уникален и важен, что у всех есть что-то похожее и в тоже время разное и т. п.).

Программа тренинга представлена структурой. Раздаточный материал и дополнения к тренингу не представлены.

Ход тренинга

1. Приветствие и знакомство

Ведущий: «Добрый день, студенты, меня зовут [Былинкина Екатерина Николаевна], и я работаю [педагогом-психологом в нашем колледже]. Сегодня мы с вами познакомимся и проработаем часть перцептивной стороны общения. Для нас общение — это как дышать. Мы не задумываемся, почему реагируем или говорим именно так, а не иначе. Мы похожи на друг друга и в тоже время мы разные. Но каждый из нас важен. Предлагаю начать наш тренинг с нескольких правил, которые позволят нам комфортно провести это время вместе».

Правила тренинга (3 минуты):

- 1) Отключить мобильный телефон (поставить на беззвучный режим)
- 2) Правило активности
- 3) Здесь и сейчас
- 4) Правило одного микрофона
- 5) Принцип доброжелательности

Ведущий: «Правила установлены, отлично. Тогда начнем нашу работу. Предлагаю для начала познакомиться».

Упражнение «Знакомство» (5 минут)

Ведущий предлагает всей группе представиться и назвать свой принцип (постулат) в общении. И записать его на листе бумаги.

После знакомства ведущий делит всю группу на мини-группы по 5 человек. Затем ведущий спрашивает у всей группы об их ожиданиях от самого тренинга и записывает их на флипчарте.

2. Информационная часть (10 минут)

Ведущий: «Как вы думаете, почему мы все общаемся по-разному? Почему запоминаем информацию по-разному? Ответ прост: мы все разные: от клеток ДНК до факторов социального развития. Мы сейчас с вами поговорим о перцепции. И на своем опыте увидим разницу в восприятии не только окружающего мира, но и в восприятии информации. Процесс восприятия одним человеком другого выступает как обязательная составная часть общения и условно может быть назван перцептивной стороной общения. Термин "перцепция" означает "восприятие" (от лат. perceptio — восприятие). Восприятие — психический процесс отражения предметов или явлений действительности при их непосредственном воздействии на органы чувств. Восприятие составляет основу ориентировки человека в мире».

Далее ведущий рассказывает о свойствах восприятия.

Свойства восприятия:

- **Предметность** предполагает осмысленность и целостность образов.
- **Целостность.** Отдельные компоненты целого могут действовать одновременно или последовательно, но при этом объект или явление воспринимается как единое целое.
- **Константность** — относительное постоянство воспринимаемой формы, цвета, величины предмета, независимо от значительных изменений объективных условий перцепции.
- **Обобщенность** — отнесенность единичных объектов к определенному классу объектов, однородных с ним по какому-либо признаку.
- **Осмысленность** — обеспечивает осознание того, что воспринимается человеком, как воспринимаемое соотносится с его знаниями и прошлым опытом.
- **Избирательность** — выделение одних объектов по сравнению с другими, связанное с активностью и личным опытом человека.

Классификация восприятия по модальности:

В основе нашего восприятия лежат наши ощущения. Поэтому рассмотрим классификацию по модальности, где выделяют:

- зрительное восприятие,
- слуховое восприятие,
- осязательное восприятие,
- обонятельное восприятие,
- вкусовое восприятие.

3. Упражнение «Зрительное восприятие» (10 минут)

Ведущий рассказывает, что зрительное восприятие включает в себя совокупность процессов построения зрительного образа окружающего мира. Глазами мы воспринимаем

- цвет,
- Форму,
- Пространство.

Затем группам предлагается просмотреть презентацию с рисунками и записать свои впечатления (реакцию) в рабочую тетрадь.

Обсуждение: были ли совпадения в группе?

4. Упражнение «Слуховое восприятие» (10 минут)

Ведущий рассказывает, что слуховое восприятие имеет дело с последовательностью раздражений, протекающих во времени:

- звуком,
- речью,
- мелодией.

Затем группам предлагается прослушать несколько звуковых дорожек и записать в рабочую тетрадь свои ощущения (реакции).

Обсуждение: были ли совпадения в группе?

5. Упражнение «Осязательное восприятие» (10 минут)

Ведущий рассказывает, что осязание является сложной формой чувствительности, включающей в свой состав как элементарные (протопатические), так и сложные (эпикритические) компоненты.

Элементарные (протопатические):

- холод/тепло,
- ощущение боли.

Сложные (эпикритические):

- прикосновения.

Затем группам предлагается с закрытыми глазами вытащить из небольшого мешка предмет и, полагаясь только на свое восприятие, описать и назвать его, после чего записать в рабочую тетрадь.

Обсуждение:

- Какие ощущения вы испытывали при выполнении задания?
- Что помогло определить предмет?

6. Упражнение «Обонятельное восприятие» (10 минут)

Ведущий рассказывает, что человек в своих поступках опирается на информацию, идущую от органов обоняния. Запах позволяет узнавать и идентифицировать людей, ситуации, пробуждает воспоминания.

Каждой группе дается по 5 различных запахов на специальной бумаге. Участникам предлагается молча определить и записать запах в рабочую тетрадь, после чего сравнить свои результаты с результатами своей команды.

Обсуждение (анализ полученных результатов): были ли совпадения в группе?

После обсуждения группам говорится, какой запах к чему принадлежал.

7. Упражнение «Вкусовое восприятие» (10 минут)

Ведущий рассказывает, что вкусовое восприятие основано на вкусовых ощущениях, которые при попадании в наш рот определенного вещества (пищи, специй и др.) дают понимание о нем.

Далее каждой группе дается по 3 различных по вкусу кусочка на шпажке для каждого участника в команде. Всего 15 пронумерованных кусочков. Участникам предлагается молча с закрытыми глазами определить, что они попробовали, и записать в рабочую тетрадь свои впечатления, после чего сравнить свои результаты с результатами своей команды.

Обсуждение (анализ полученных результатов): были ли совпадения в группе?

После обсуждения группам говорится, что они съели.

8. Упражнение «Какой же будет моя реакция?» (5 минут)

Каждый участник находит листочек, на котором в упражнении «Знакомство» писал свои постулаты. Каждый должен написать свое восприятие увиденного принципа, то есть ответить на вопросы:

- Как он относится к данному высказыванию?
- Какие ассоциации с этим высказыванием возникают?

9. Упражнение «Снежинка» (5 минут)

Всей группе раздаются листы А4.

Ведущий: «Сейчас я вам буду говорить, что нужно делать со своим листом, а вы это будите выполнять. После мы с вами посмотрим на результат».

Участники выполняют инструкции ведущего, после чего показывают друг другу свои работы. Ведущий делает вывод: «Сегодня мы с вами наглядно увидели, что восприятие окружающего мира и информации влияет на наше отношение к тем или иным вещам, а также к людям. И, как следствие, это влияет на нашу коммуникацию».

10. Групповая рефлексия (7 минут)

Схема-сценарий мероприятия клуба наставников

1. **Приветствие старшекурсников** (5 минут).
2. **Раздача опросных анкет и их заполнение** (10 минут).
3. **Презентация:** ролики, видео, презентации студенческой жизни, анонсы мероприятий, презентация социальных сетей (40 минут). Цель — показать особенности студенческой жизни, «лайфхаки» для первокурсников и «ограничения».
4. **Вопрос-ответ** (10 минут) Организаторы отвечают на вопросы первокурсников, которые возникли после просмотра роликов и презентаций.
5. **Упражнения в мини-группах** (15 минут). Цель — показать, что одинаковые вещи могут восприниматься по-разному. В этом наше отличие друг от друга. Это мы должны понимать и принимать. Мы разные, поэтому мы воспринимаем этот мир по-разному. И при общении, и для эффективной деятельности в группе нужно это учитывать. В группе все друг друга поддерживают и помогают.
Организаторы делят группу на несколько мини-групп по 4-5 человек и проводят упражнения «Слуховое восприятие» (10 минут) и «Снежинка» (5 минут), описанные в Приложении 1. Из упражнений ведущие вместе с группой делают вывод: восприятие окружающего мира и информации влияет на наше отношение к тем или иным вещам, а также к людям. И, как следствие, это влияет на наше общение
6. **Слова наставников. Завершение мероприятия. Ответы на вопросы, если они есть** (10 минут)
Ведущие: «Быть в группе и быть группой — это два разных понятия. Если вы будете друг другу помогать и сотрудничать, то вам будет легче и учиться, и общаться друг с другом. Вы также можете обращаться к нам, если возникнут вопросы или спорные ситуации. Мы, как старшие товарищи, готовы вам помочь». Студенты-наставники оставляют младшекурсникам свои контакты.

Анкета (пример)

Что вас больше всего привлекает в колледже?

Какой учебный предмет вам наиболее интересен? Назовите его и укажите, что вас больше всего интересует в этом учебном предмете.

Что больше всего вас пугает в колледже?

Часто ли вы задаете вопросы преподавателю?

Нравится ли вам выбранная профессия?

Если нет, напишите, почему.

Какой из учебных предметов вы считаете наиболее полезным для своей будущей жизни после окончания колледжа? Укажите, в чем его польза.

Что самое важное для вас в процессе обучения?

Что самое важное для вас при посещении колледжа?

ДЕЛОВАЯ ИГРА «ШЕСТЬ ШЛЯП МЫШЛЕНИЯ»

Валеева Р. Р.

Целевая аудитория: учебная группа студентов 2 курса колледжа (ГБПОУ КАС № 7).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- сплочение коллектива,
- развитие дружеских отношений,
- проявление лидерских характеристик,
- расширение кругозора,
- развитие активной гражданской позиции, коммуникативных навыков и критического мышления;

Б) для целевой аудитории:

- создание позитивного настроения в группе,
- развитие коммуникативных навыков, критического мышления.

Время необходимое на подготовку: 9 дней.

Время необходимое для проведения: 1 час 30 минут (1 пара).

Вспомогательные материалы: шесть нарисованных шляп разных цветов (белая, красная, черная, желтая, зеленая, синяя), ноутбук с выходом в интернет, проектор, 12 листов А4, 12 ручек.

Краткое описание идеи:

Группа подростков-организаторов, успешно завершивших профилактическую антибуллингую программу «Каждый важен», проводит деловую игру «Шесть шляп мышления» с учебной группой второго курса колледжа. Занятие проводится в конце дня по завершении всех занятий согласно расписанию. Место проведения — учебный кабинет. Необходимое время — полтора часа. Суть деловой игры: прослушивание аудиосказки с последующим анализом с помощью метода «Шесть шляп мышления», просмотр и обсуждение отрывка фильма «Заплати другому», просмотр мотивационного видеоролика с добрыми делами. Для разбора предлагается всеми известная сказка А. С. Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке». Учебная группа делится на 6 команд, каждой из которых присваивается одна из шести шляп (все они разного цвета). В зависимости от цвета шляпы определяются задачи команды и ход развития мысли. Команде с белой шляпой необходимо выявить факты и доказать, почему в этой ситуации все произошло именно так, а не иначе. Команде с желтой шляпой необходимо найти выгоды предложенного решения, то есть только положительные моменты. Командам с черной шляпы необходимо найти отрицательные моменты, высказать сомнения, найти аргументы против. Команде с красной шляпой нужно дать эмоциональное восприятие этой информации. Команда с зеленой шляпой предлагает фантастические способы решения заданной ситуации, дает новые методы, способы. Команда с синей шляпой — это жюри, которое дает оценку всем командам, выступает в качестве экспертов, аналитиков и находит оптимальное решение. После выступления всех команд ведущий задает вопросы для обсуждения, подводятся итоги, обозначается суть и мораль сказки. В конце игры шляпы возвращаются ведущему. Следующим

этапом встречи является просмотр эпизода из кинофильма «Заплати другому». Ведущий предлагает разобрать основную идею фильма, уже не руководствуясь цветом шляпы: каждый участник дает свою обратную связь, делится впечатлением и ощущениями. Просмотр этого эпизода раскрывает тему благодарности, открытости, готовности прийти на помощь другому, даже незнакомому человеку, уходя от безразличия к социальной и гражданской активности. В завершение встречи ребятам предлагается посмотреть мотивационный видеоролик с авторегистраторов, с городских камер и из магазинов, где они видят, как люди в России и других странах совершают добрые дела, помогают людям и животным. Эти видеоролики с настоящих улиц городов, это не вымышленное кино, а то, что было зафиксировано в реальной жизни.

План подготовки:

1. Подготовка материалов (2 дня). Куратор программы подготавливает инвентарь для проведения деловой игры «Шесть шляп мышления», распечатывает инструкцию к игре, выбирает тему для обсуждения, подбирает вопросы, находит необходимые видеоролики, аудиосказку, отрывок из фильма.
2. Проведение игры для группы (1 час 30 минут). Куратор, реализующий программу «Каждый важен», проводит деловую игру, разбор сказки, проводит обсуждение с ребятами, показывает отрывок фильма, обсуждает его с ними и в конце показывает мотивационные видеоролики. На этом этапе ребята получают собственный опыт участия в подобной игре, делятся своими мыслями, ощущениями.
3. Подготовка участников к проведению деловой игры с учебной группой (5 дней). На этом этапе происходит распределение ролей, обязанностей, подготовка инвентаря, поиск видеороликов, аудиосказки, прочтение сказки, репетиция, демонстрация куратору подготовленных материалов.
4. Проведение деловой игры с конкретной учебной группой (1 час 30 минут). Участники программы самостоятельно проводят подготовленное мероприятие под четким присмотром куратора.
5. Шеринг (1 час). Куратор программы проводит рефлексию с командой организаторов. Команда делится своими ощущениями, впечатлениями, рассказывает, что получилось хорошо и что не получилось, что хотели бы изменить, вносит свои пожелания.

Подробное описание:

1. На первом этапе куратор подготавливает деловую игру для участников программы «Каждый важен», чтобы у них появился новый собственный опыт участия в подобных играх. Опираясь на полученный опыт, они смогут сами стать организаторами игры и провести ее для других ребят. Ведущий (на первом этапе это куратор, на четвертом — студенты-организаторы) подготавливает все необходимые материалы для занятия. В том числе ведущий находит ссылку на аудиоверсию сказки А. С. Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке», прослушивает и анализирует ее. Основная идея сказки заключается в том, что упорный труд и праведные поступки всегда найдут свое вознаграждение, а жадность, ненасытность, эгоизм приводят к наказанию. Жадность старухи росла с каждым разом все больше и больше, как и недовольство стариком, его поступками. Старуха с каждым исполнением желания становилась еще более злой, неблагодарной и привередливой, унижала старика, считая его никчемным. Рыбка жалела

старика и исполняла желания старухи. Природа хорошо отражает настроение героев. Героев в сказке трое: старик, старуха и рыбка. Рыбка долго терпела, но последнее желание старухи стать «владычицей морской» исполнять не стала, а вернула все на круги своя к разбитому корыту, ветхой землянке и нищете. Старик со своею старухой могли бы жить в богатстве, если бы старуха не была такой жадной. Рыбка показала, что во всем нужно знать меру, не быть настолько ненасытной и быть благодарной. Важно жить достойно, честно зарабатывать и жить с чистой совестью. Нужно ценить, что имеешь, и быть благодарным за подарки судьбы. Не нужно требовать того, чего не заслуживаешь. Старуха осталась у разбитого корыта — символа ее бедности и душевной пустоты. Жадностью страдает не только старуха в сказке, но и все наше общество в целом. Это наш большой порок. Старуха получила вполне заслуженное наказание за свою жадность. Также в этой сказке мы видим, что старуха взяла главенство в семье и решает, что делать старику, руководит им и даже бьет его. Мы видим, что старик и это принимает, смиряется и не пытается ей перечить или что-то изменить. И мы можем предположить, что такую старуху он терпит все тридцать лет и три года. В сказке отражены темы жадности, алчности, отношений между мужем и женой. Главный герой сказки все-таки старик — даже в названии мы это видим: «Сказка о рыбаке и рыбке». Мы видим библейскую подоплеку в том, что старик жил со старухой тридцать лет и три года — это возраст Христа. Также мы видим выбор, который встает перед стариком: съесть рыбку (удовлетворить свои желания, потребности, плоть) или отпустить (совершить благой, духовный поступок). Старик отпускает рыбку, не прося ничего взамен, и его дух становится крепче. Когда старик возвращается домой и рассказывает о произошедшем старухе, снова происходит столкновение плоти и духа: желания плоти мы видим в образе старухи, а духовность — в образе старика. Мы видим, как тело, эмоции, желания плоти полностью подавляют духовность, разум (образ старика). Рыбка олицетворяет высшую божественную силу, готовую исполнять желания, приходить на помощь. И здесь мы можем видеть ситуацию как некое продолжение проверки старика. Рыбка дает возможность духу одуматься и противостоять желаниям тела, но старик так и не возражает старухе, не перечит ее желаниям. Это продолжается до тех пор, пока желания старухи касаются материальных благ. И вот когда старуха переходит на духовную сферу и просится стать «владычицей морской», тогда испытания старика прекращаются, и он возвращается к привычной жизни. Мы можем сделать следующие выводы: важно быть благодарным за то, что имеешь, за подарки; важно не быть жадным и рассчитывать на собственные силы, ведь то, что подарено, можно легко потерять. Люди должны заботиться не только о том, как усладить свое тело в материальном мире, а развиваться духовно, возвращая в себе светлые, добрые, душевные человеческие качества. Беспрепятственное утоление желаний плоти развивает эгоизм, разрушает человека и все человеческое в нем. Материальные блага не способны сделать человека по-настоящему счастливым. При резкой потере этих благ человек может остаться у разбитого корыта, и только духовные богатства имеют значение в этом мире.

Проанализировав сказку, ведущий готовит инструкцию для игры «Шесть шляп мышления» и вопросы для обсуждения:

- Что олицетворяют старуха, старик и рыбка? Какие образы в них скрыты?

- С каким испытанием сталкиваются старуха и старик?
- Что важно для человека?
- Какова мораль этой сказки?
- Как не стать рабом материального мира?

Ведущий заготавливает аудиосказку (Приложение 1) и распечатывает текст сказки, который пригодится при обсуждении с группой, а также сохраняет отрывок из фильма «Заплати другому» и мотивационный видеоролик (Приложение 3, Приложение 4).

2. На втором этапе куратор проводит игру «Шесть шляп мышления» для участников программы. Это способ групповой познавательной активности, который позволяет рационально организовать разбор какой-либо темы, проблемы, текста, увидеть разные точки зрения на одну и ту же ситуацию. Первым делом учебная группа делится на 6 команд, каждой из которых случайным образом присваивается шляпа (белая, черная, желтая, зеленая, красная, синяя — куратор заготавливает их заранее). Затем участникам предлагается прослушать всем известную сказку А. С. Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке». После этого каждая команда в соответствии с цветом шляпы получает задание. Подробное описание каждой шляпы есть в Приложении 2. Методом «шести шляп мышления» будет проанализирована сказка А. С. Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке». Задача команды с белой шляпой — найти факты, данные, информацию, статистику. Какая информация имеется, что необходимо. Задача команды с красной шляпой — обратить внимание на эмоции, чувства, интуицию. Это некая противоположность белой шляпе. Команда с черной шляпой отвечает за критическое исследование: опираясь на логику, выясняет последствия, факторы, ищет недостатки и риски, узнает, в чем опасность, на что важно обратить внимание, какие сложности и проблемы ожидают. Команда с желтой шляпой отвечает за позитив, оптимизм, ищет позитивные стороны, ценности, преимущества, обращает внимание на положительные моменты. Команда с зеленой шляпой предлагает новые взгляды, идеи, выход за рамки привычного, помогает найти альтернативу, пофантазировать о другом исходе, преодолеть трудность, предложить неординарное решение. Задача команды с синей шляпой — подведение итогов всего сказанного, предложенного, анализ, экспертная оценка и вывод, обобщение, рефлексия. После выступления команды с синей шляпой ведущий подытоживает все сказанное, резюмирует.

Затем ведущий предлагает всей группе посмотреть отрывок из фильма «Заплати другому» и просит каждого участника высказаться, ответив на вопросы:

- Что нужно сделать, чтобы мир стал добрее, лучше?
- Какова основная идея фильма?
- Насколько она реалистична и можно ли применить ее в нашей жизни?

Фильм «Заплати другому» (англ. "Pay it Forward", другой перевод — «Заплати вперед», «Плата вперед») снят Мими Ледер в 2000 году по мотивам романа Кэтрин Райан Хайд. В центре фильма мальчик Тревор — ученик седьмого класса. В его школу приходит новый учитель обществоведения, который дает

домашнее задание ученикам: придумать способ изменить мир и постараться воплотить в жизнь свою задумку. Идея Тревора: бескорыстная помощь трем незнакомым людям, каждый из которых, в свою очередь, поможет трем незнакомцам, чтобы добро шло дальше и распространялось, то есть если тебе сделали добро и ты хочешь отблагодарить этого человека, нужно совершить хороший поступок не для того, кто тебе помог, а для троих других, кто сейчас находится в трудной жизненной ситуации. Хоть и идея кажется утопической, и жизненные обстоятельства главного героя трудны, ему удастся запустить игру по улучшению мира, распространению добра. Стремление к добру, справедливости, человечность, взаимопомощь могут появиться в человеке даже с не самыми идеальными условиями жизни. В фильме отражены многие проблемы современности: алкоголизм, наркомания, безразличие к другим и самому себе, ощущение беспомощности. Один из способов выхода из этой ситуации предлагает Тревор. Этому фильму действительно удастся замотивировать людей на то, чтобы совершать хорошие поступки.

После обсуждения отрывка из фильма ведущий предлагает участникам вспомнить эпизоды из жизни, когда они были вкладом для кого-то, когда они кому-то помогли, поддержали, сделали что-то хорошее для людей, животных, растений, природы. Тем, кому сложно вспомнить свой хороший поступок, ведущий предлагает вспомнить ситуации, когда его поддержали, помогли, сделали подарок. После того как все выскажутся, ведущий говорит о том, насколько каждый человек важен, насколько ценен каждый его поступок, идея, действие, осознанность, включенность. Влияние каждого на его окружение велико: ежедневно мы можем поделиться своей улыбкой, хорошим настроением отношением создать благоприятную обстановку вокруг себя, тогда окружающие нас люди захотят чаще с нами видеться и будут получать удовольствие от общения.

Напоследок ведущий предлагает посмотреть мотивационный видеоролик (Приложение 4), и на этом занятие завершается.

3. На третьем этапе происходит распределение ролей в команде организаторов. Ребята делятся на 6 кураторов (плюс помощники) по цветам шляп, которые будут подсказывать, направлять работу команды. Один человек становится ведущим игры, другой займется поиском необходимых видеоматериалов. При желании тема обсуждения в игре «Шесть шляп мышления» может быть изменена, если этого захотят студенты-организаторы. Педагог свои материалы не предоставляет, поиском занимается один или два человека. Отдельный участник готовит шляпы для игры. Также выбирается человек, который будет отвечать за техническое сопровождение, выводить на экран необходимые видеоматериалы. При желании можно сделать презентацию или вывести на экран один слайд с изображением шести разноцветных шляп. Один участник выбирается в качестве репортера, который будет фиксировать все происходящее: этот материал можно будет использовать в создании статьи о прошедшем мероприятии, для заметки в стенгазете, в соцсети. Еще один участник берет на себя обязанности фотографа. Распределение ролей происходит таким образом, чтобы каждый участник группы был задействован. На подготовку команде организаторов дается 5 дней. После того как все готовы, выбирается учебная группа, время и место для проведения игры.

Подготавливается кабинет: столы ставятся таким образом, чтобы получилось 6 точек, где будет по 2 или 4 парты. Каждая из шести зон получит свой цвет шляпы, и за этими столами будет проходить обсуждение.

4. На четвертом этапе подростки-организаторы самостоятельно проводят игру и все обсуждения. Куратор выступает в качестве наблюдателя и при необходимости включается. Организаторы, опираясь на собственный опыт, могут самостоятельно провести занятие.

Ведущий: «Добрый день! Меня зовут [Иван], сегодня мы проведем с вами деловую игру "Шесть шляп мышления". В этом мне будут помогать мои одноклассники. Для начала вам необходимо занять шесть столов. Это делается по расчету. Сейчас мы проведем расчет от одного до шести (первый, второй и т. д.). Первые номера садятся за первый стол, вторые номера — за второй стол, и т. д. до шестого стола. Таким образом, у нас сформировалось шесть команд».

Ведущий приглашает по одному представителю от команды и просит случайным образом вытянуть шляпу. Затем зачитывается инструкция из Приложения 2. Ведущий уточняет, что задача каждой команды — воспринимать информацию в соответствии с цветом своей шляпы.

Затем включается аудиоверсия «Сказки о рыбаке и рыбке». Команды внимательно слушают, затем в течение 10 минут обсуждают, после чего по очереди выступают, представляя свой анализ. Первыми выступает белая шляпа, вслед за ними красная, затем черная, желтая, зеленая, синяя. Когда все высказались, ведущий резюмирует вышесказанное.

Следующий этап — просмотр отрывка из к/ф «Заплати другому». Ведущий проводит опрос о реалистичности идеи, а затем предлагает каждому участнику вспомнить эпизоды из жизни, когда они были вкладом для кого-то, когда они кому-то помогли, поддержали, сделали что-то хорошее для людей, животных, растений, природы. Тем, кому сложно вспомнить свой хороший поступок, ведущий предлагает вспомнить ситуации, когда участников поддержали, помогли, сделали подарок. После того как все выскажутся, ведущий говорит о том, насколько каждый человек важен, насколько значим каждый его поступок, действие, осознанность, включенность.

Напоследок ведущий предлагает посмотреть мотивационный видеоролик (Приложение 4), где участники видят, как совершенно простые люди в обыденных ситуациях помогают другим, совершают хорошие поступки. После чего ведущий благодарит всех за активное участие, предлагает посмотреть дома полную версию фильма «Заплати другому», желает хорошего дня и настроения. На этом занятие завершается.

5. На пятом этапе куратор программы проводит рефлекссию с организаторами. Подростки-организаторы делятся своими ощущениями, впечатлениями, рассказывают, что у них получилось хорошо и что не получилось, что хотели бы изменить, вносят свои пожелания и обсуждают, хотели бы они повторить подобное мероприятие в другой группе. После чего в кабинете наводится порядок, столы расставляются по местам. Проведенное мероприятие может быть освещено в социальных сетях колледжа.

Приложение 1

Ссылка на аудиосказку А. С. Пушкина «Сказка о рыбаке и рыбке»
https://www.youtube.com/watch?v=iNDVZ4_6yNQ

Приложение 2

Шесть шляп мышления

Белая. Факты, данные, статистика и информация. Представьте себе компьютер, который по запросу предоставляет ту информацию, которая от него требуется. Компьютер не способен оценивать эмоционально и потому объективен. Ему не знакомы интерпретация или собственное мнение. Когда на вас белая шляпа, вы становитесь таким компьютером. Задавайте точные, продуманные вопросы для получения новой или недостающей информации.

Красная. Чувства и эмоции, а также интуиция и предчувствие. Красная шляпа позволяет вам сказать: «Вот, что я чувствую по этому поводу». Красная шляпа делает чувства и эмоции законной частью процесса мышления. Красная шляпа делает чувства видимыми, интегрируя их в процесс мышления и анализа.

Черная. «Адвокат дьявола», отрицательные суждения и критика. Мышление в стиле черной шляпы направлено в первую очередь на критическую оценку и осмысление. Если на вас черная шляпа, вы обращаете внимание на то, что неправильно, нелогично или неверно. Вы фокусируетесь на ошибках, отсутствии логики, отмечаете противоречия и несостыковки. Черная шляпа умеет видеть риски и опасности.

Желтая. Солнечный свет, оптимизм, позитивное отношение, конструктивность, поиск возможностей и вариантов. Если на вас желтая шляпа, вы мыслите положительными категориями, находя плюсы, преимущества и сильные стороны во всем.

Зеленая. Креативность и уход от стереотипов, движение, рост, неожиданность и нестандартность. Природа этой шляпы — поиск альтернатив, уход от рутины, стандартов и принципа «достаточности».

Синяя: Контроль над процессом мышления, спокойствие, осмысленность и рефлексия. Владелец синей шляпы сродни дирижеру оркестра. Синий цвет — цвет тренера, фасилитатора и консультанта. Если на вас синяя шляпа, вы контролируете сам процесс мышления. Синяя шляпа — это мета-процесс, мышление о мышлении. Владелец синей шляпы направляет процесс мышления в необходимом направлении и фокусирует его. Он определяет круг проблем и формулирует вопросы. Синяя шляпа задает и контролирует качество мышления.

Приложение 3

Ссылка на отрывок из фильма «Заплати другому»
<https://www.youtube.com/watch?v=s1OujLTl5gQ>

Приложение 4

Ссылка на мотивационный видеоролик
<https://www.youtube.com/watch?v=GMSxiUF0-jA>

КОМАНДНАЯ ИГРА «КОРАБЛИ»

Варанкина М. А.

Целевая аудитория: учащиеся 7–11 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- получение опыта в проведении групповых упражнений;

Б) для целевой аудитории:

- сплочение коллектива,
- развитие коммуникативных навыков и умения договариваться.

Время, необходимое на подготовку: 5 минут.

Время, необходимое на проведение: 20–30 минут.

Вспомогательные материалы: 40 маленьких листочков (по 10 листочков для ответов на каждую команду), 5 ручек или карандашей (по 1 на команду + ведущему), листок для записи результатов для ведущего, распечатанная таблица с баллами или слайд (для наглядности).

Краткое описание идеи:

Игра, направленная на развитие навыка командной работы. По итогам игры ребята должны понять, что сотрудничать друг с другом выгоднее, чем соперничать и мешать.

План подготовки:

1. Распечатать и внимательно прочесть, как распределять баллы, и потренироваться это делать.
2. Распечатать таблицу с баллами или сделать слайд в презентации, чтобы показывать через проектор.
3. Подготовить для каждой команды по 10 маленьких листочков и 1 ручку или карандаш.
4. Взять с собой листочек и ручку, чтобы фиксировать баллы для подведения итогов.

Подробное описание:

1. Разделение участников на команды

Ведущий: «Сейчас вам надо разделиться на 4 команды, чтобы в каждой было примерно равное количество человек. Вам будет удобнее обсуждать, если вы объедините 2 парты и сядете вокруг них». Участники делятся.

2. Объяснение инструкции к игре

Ведущий: «Итак, представьте, что мы сейчас находимся посреди океана, а каждая группа — это команда корабля. Ваши 4 корабля случайно встретились на расстоянии выстрела. Ни у кого нет ни флагов, ни опознавательных знаков, чтобы понять, друг это или враг. Вы не можете поговорить с другими командами, и вам

надо быстро решить: сделать выстрел или показать, что у вас мирные цели». Ведущий показывает таблицу и объясняет расстановку баллов:

- Если все 4 команды выбирают Мир, то каждая получает по +4 балла. Если все 4 команды выбирают Выстрел, то у всех -4 балла.
- Если одна команда выбирает Выстрел, а остальные Мир, то за Выстрел команда получает +2 балла, а за Мир все команды получают -1 балл.
- Если две команды выбирают Выстрел и две Мир, то за Выстрел +2 балла, а за Мир -2 балла.
- Если три команды выбирают Выстрел, а одна Мир, то за Выстрел +1 балл, а за Мир -2 балла.

| Выбор | Команда | Команда | Команда | Команда |
|--------------------|---------|---------|---------|---------|
| Все Выстрел | -4 | -4 | -4 | -4 |
| Все Мир | +4 | +4 | +4 | +4 |
| В/М/М/М | +2 | -1 | -1 | -1 |
| В/В/М/М | +2 | +2 | -2 | -2 |
| В/В/В/М | +1 | +1 | +1 | -2 |

Ведущий уточняет, все ли понятно, и озвучивает **задачу каждой команды**: набрать за пять выборов максимальное количество баллов. Для того, чтобы акцентировать внимание ребят, можно повторить задачу несколько раз.

3. Игра

Ведущий: «Итак, посоветуйтесь в команде и запишите ваше решение (Выстрел или Мир) на листочке».

Ведущий собирает листочки, подсчитывает баллы, записывает на листочке, для дальнейшего подсчета суммы баллов за игру и оглашает результат первого выбора. Говорит командам обдумать следующий выбор. Еще раз повторяет, что **задача каждой команды** — набрать за пять выборов максимальное количество баллов.

Команды делают второй выбор, сдают листочки, ведущий говорит баллы за их выбор (но не сумму баллов — сумма говорится только в итоге игры) и записывает их себе для подсчета. С последующими выборами происходит то же самое. Ведущий считает сумму баллов каждой команды и оглашает результаты.

4. Подведение итогов

Может быть два варианта.

Вариант 1 (если не набрали максимальное количество баллов)

Скорее всего, максимальное количество баллов (4 балла*5 выборов = 20 баллов) не наберет ни одна команда, поэтому ведущий задает всем вопрос и предлагает вторую попытку:

«Как вы думаете, набрал ли кто-то из вас максимальное количество баллов? (нет) Посоветуйтесь в команде, как это можно сделать, потому что у вас есть вторая попытка. Ваша задача — набрать максимальное количество баллов».

Снова команды делают свой выбор, ведущий называет баллы за каждый выбор и сумму баллов в итоге. Скорее всего, ребята поймут, что максимальное количество баллов возможно набрать, только если все каждый раз будут выбирать Мир.

Если дети снова не набрали максимальное количество баллов, задать вопросы:

- -Как вы думаете, как можно набрать максимальное количество баллов?
- Почему у вас не получилось набрать баллы?
- Как вы думаете, о чем была эта игра?
- Какие выводы сделала каждая команда?

Если дети набрали максимальное количество баллов, то задать вопросы из варианта 2.

Вариант 2 (если набрали максимальное количество баллов)

Ведущий: «Вы такие молодцы! Давайте поаплодируем друг другу».

Затем ведущий задает вопросы ребятам из каждой команды:

- Что вам помогло набрать максимальное количество баллов?
- Было ли это сложно?
- Как вы думаете, о чем была эта игра?

В конце ведущий суммирует слова ребят и подводит итог: «Эта игра помогает увидеть, что, соперничая и мешая друг другу, невозможно добиться таких же высоких и классных результатов, как сотрудничая и помогая друг другу».

Я-ПРОЕКТ «ПРОКАЧАЙ СЕБЯ САМ»

Васильева Е. Н.

Целевая аудитория: школьники 5–8 классов. По возрастной периодизации А. Н. Леонтьева этот возрастной период относится к подростковому возрасту, и ведущая деятельность в этом возрасте — интимно-личностное общение. Отсутствие или дефицит общения в этом возрасте, а также непринятие референтной группой могут быть причиной негативных переживаний и нарушения дальнейшего личностного развития, формирования негативных установок по отношению к другим людям и даже асоциальных поступков.

Ожидаемый эффект:

А) участники и ведущие смогут осознать свои дефициты и найдут пути их преодоления;

Б) подростки-организаторы изучат феномен популярности, построят линии времени для известных людей, найдут то, что характерно для всех популярных людей, и на основе этого предложат «Я-проект» по изменению себя. Подготовка данной программы предполагает исследовательскую, организационную, аналитическую и мотивационную деятельность;

В) подростки из целевой аудитории смогут узнать, что объединяет всех известных и популярных людей, воспользуются инструментом самооценки и смогут получить рекомендации по использованию «Я-проекта».

Время, необходимое на подготовку: 6–7 дней.

Время, необходимое на проведение: 5 дней (в каждый учебный день будут разные виды активности с своей целью и задачами).

Вспомогательные материалы: доступ к сети интернет, аккаунт в Google, регистрация на сервисах Padlet, ноутбуки, интерактивная доска Promethean, листы бумаги А4.

Краткое описание идеи:

В течение недели каждый день ребята будут исследовать феномен известности и популярности на примере известных людей, искать между ними общее, и это общее потом будет вынесено в пункты развития я-проекта «Прокачай себя сам». Ребята пройдут диагностику и наметят пути своего развития.

План подготовки:

1. Провести опрос ЦА с помощью Google-форм и выяснить, кого дети считают популярным. Вопрос стоит сформулировать следующим образом: «Назовите фамилии трех людей, которых вы считаете наиболее популярными».
2. Полученные ответы систематизировать и представить с помощью облака тегов.
3. Выбрать наиболее популярных людей, учитывая их вид деятельности и образ жизни. Проанализировать информацию из свободных источников и с помощью инструмента «лента времени» проанализировать ключевые события их жизни в разные периоды.

4. Подготовить вопросы, которые бы побуждали ребят к размышлениям позволили бы прийти к двум выводам:
 - наших героев объединяет то, что они активно занимались своим делом на каждом этапе жизни, достигали определенных результатов и были успешны;
 - наши герои не ставили своей целью стать популярными. Они достигают других целей на каждом жизненном этапе, но не популярности как таковой.
5. Подготовить презентацию и подобрать видео, где герои подтверждают эти два вывода и сами говорят о том, что популярность была не самоцелью, а лишь результатом упорной работы.
6. Подготовить викторину, тест и распечатать бланк с я-проектом «Прокачай себя сам».
7. Подготовить интерактивную доску Padlet для получения обратной связи от участников.

Подробное описание:

На каждую встречу каждый день требуется 40-45 минут. Это недельный марафон.

1. В первый день ребята обсуждают презентацию с результатами опроса и облако тегов. Узнают про инструмент — «ленту времени» — и получают задание узнать про выбранных героев как можно больше.
2. Во второй день происходит совместное заполнение ленты времени и формулируются выводы относительно схожести этапов жизни этих людей и отсутствия у них цели стать популярными как таковой. Просмотр видео.
3. На третий день ребята совместно ищут те качества, которыми обладают выбранные герои, и то, что их объединяет. Они приходят к выводу, что каждый из героев обладает следующими качествами:
 - внимание к своему внешнему виду и тому, какое впечатление он или она производит на окружающих;
 - дружелюбие и открытость;
 - лидерство и инициативность;
 - границы и уважение;
 - навыки и опыт.

Происходит детальное обсуждение, как проявление этих качеств может выглядеть в обычной жизни на примере героев, и перенос этого на будни ребят.

4. Ребята проходят диагностический тест, определяют, где находится каждый из них, и определяют пути развития.
5. Ребята получают таблицу с я-проектом «Прокачай себя сам» и заполняют отзывы на доске Padlet.

Приложение

Тест «Моя точка роста»

1. Когда ты приходишь в школу и встречаешь своих одноклассников, ты:
а) Приветствуешь тех, с кем общаешься, остальных игнорируешь. Но можешь ответить на их приветствия, если они первые поприветствуют тебя.
б) Приветствуешь всех и с любым из ребят можешь легко обменяться несколькими репликами или обсудить что-то.

2. Подруга предложила вместе с ней принять участие в общешкольном мероприятии.
а) Откажешься, так как составлять сценарий или выступать на сцене — это не твое.
б) согласишься, но при этом поучаствуешь в обсуждении сценария, а от выступления откажешься.
с). согласишься, поучаствуешь в обсуждении сценария и выступишь на сцене.

3. Перед выходом в школу ты замечаешь, что одежда выглядит помятой. Твои действия?
а) Подумаешь, что ничего страшного, уже много раз так было, никто не обратит внимания
б) Будешь думать об этом весь день и чувствовать себя неловко.

4. Ты решил выложить в социальных сетях новую фотографию. Твои действия?
а) Сделаешь интересную фотографию и разместишь ее в соцсетях такой, какая получилась, так как редактировать ее лень.
б) Посмотришь пару роликов о фотошопе и попытаешься отредактировать фото, а затем разместишь в соцсетях.
с) Начнешь изучать материалы по фотографированию и фотомонтажу, после сделаешь фото по всем правилам и продолжишь развиваться в этом направлении.

5. Тебе хочется привлекать внимание. Твои действия?
а) Понаблюдаю, как ведет себя самый популярный в моем окружении, и буду вести себя так же.
б) Буду «тусить» с популярными, даже если мне не нравится, как они себя ведут.
с) Буду вести себя естественно, отстаивать свои интересы, не нарушая интересов других.

6. Понравился ли тебе тест?
а) Не очень, можно было и получше.
б) Да, неплохо.
с) Да, было полезно задуматься.

Каких ответов больше?

Если «а»: ты хочешь быть популярным, но не учиываешь, что популярность — это постоянный выход из зоны комфорта. Начни действовать уже сейчас!

Если «б»: ты стремишься быть популярным, но главное в погоне за популярностью — не потерять себя, так как именно личность человека, а не подражание другим делает популярным.

Если «с»: ты в шаге от популярности. Главное — не останавливаться на достигнутом и продолжать развиваться.

ИНТЕРАКТИВНАЯ ИГРУ «ШОУ "ИНТУИЦИЯ"»

Васильченко М. А.

Целевая аудитория: учащиеся 1, 5, 10 классов, педагоги.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие горизонтальных и вертикальных коммуникативных навыков,
- развитие организационных навыков;

Б) для целевой аудитории:

- снятие личной эмоциональной напряженности,
- преодоление психологического барьера в общении,
- возможность показать себя коллективу с лучшей, интересной стороны,
- возможность узнать о коллективе больше личных подробностей,
- осознание ценности личности каждого,
- сближение членов коллектива,
- развитие эмпатии.

Время, необходимое на подготовку: 2 часа при очном формате или 1 день при дистанционном формате (чистого рабочего времени 2 часа, но требуется время на сбор информации с участников мероприятия).

Время, необходимое на проведение: 1 час (около 2 минут на каждого участника).

Вспомогательные материалы:

- при очном проведении: листы А4 (в количестве, равном числу участников, + 1 для организаторов), ручки (в количестве, равном числу участников, + 1 для организаторов), ножницы (для организаторов), компьютер и экран для вывода презентации, стулья по количеству участников для удобства;
- при дистанционном формате: компьютер с доступом в интернет и приложением для видеоконференций для каждого участника.

Краткое описание идеи:

Эта игра будет актуальна для вновь созданных коллективов: для классов новой ступени, где много «новеньких», незнакомых друг другу детей. Именно в этот момент складываются или не складываются отношения в коллективе и возникает потенциальная возможность для появления буллинга. Чтобы предотвратить расколы в коллективе, необходимо, чтобы дети лучше узнали друг друга с интересной стороны. Чтобы вызвать желание общаться друг с другом, нужно выявить общие темы для разговоров.

Более того, для 5 классов будет отлично, если в игре согласятся принять участие педагоги. Для детей это волнительный этап — значительно расширяется круг учителей, которые их не знают. Это также и потенциальный момент для возникновения буллинга в отношениях «учитель — ученик», причем в обе стороны. Совместная игра с раскрытием интересных личных подробностей поможет разрядить обстановку между взрослыми и детьми.

Игра также применима и в сложившемся коллективе для поддержания интереса друг к другу, для того, чтобы «освежить» отношения. Актуально проводить в начале учебного года после долгого перерыва в общении.

План подготовки:

1. Определить организаторов проведения игры. Для очного проведения необходимо 4 человека (минимум 2), для дистанционного — 3 человека (минимум 2).
2. Назначить дату и время проведения, оповестить участников (в дистанционном формате: выслать ссылку).
3. Собрать с участников 3 интересных личных факта о себе. Это может быть, например, «Я умею...», «Я люблю...», «Я занимаюсь...», «Я бывал...», «У меня дома есть...», «Я боюсь...», «Я мечтаю о...», «Я хочу быть...», «У меня дед — известный...» и т. п. В дистанционном формате нужно получить от каждого участника прикольную фотографию в электронном виде, на которой он сам себе нравится.
4. Сделать презентацию, например, в Power Point, в которой на одном общем слайде расположить по одному интересному факту про каждого участника (все факты на одном слайде). Можно сделать таблицу Excel, в которой каждый факт будет в своей ячейке (все факты помещаются при просмотре на одном экране!).
5. Собрать все фотографии участников в одну папку на компьютере и переименовать их так, чтобы быстро находить нужного (по имени или фамилии).
6. Составить таблицу для подведения итогов, в которой будет список всех участников и количество столбцов для ответов, равное количеству участников. Каждому участнику присваивается номер по этому списку. Для очного проведения распечатать ее (Приложение 1).
7. Для очного проведения: для каждого участника подготовить листочки для ответов в количестве, равном количеству участников. На каждом листочке должен быть номер участника. Например, если у участника № 1, на всех листочках для ответов должен стоять № 1.
Листочки можно быстро подготовить следующим образом: делаем таблицу в Excel, размером с А4, с количеством ячеек, равным количеству участников; в верхней левой ячейке ставим «1», во всех остальных вписываем формулу «=A1» — в остальных ячейках автоматически появится «1». В формате ячеек назначаем границы, печатаем, режим по границам. Вуаля: для участника № 1 у нас есть листочки с номером 1 в нужном количестве. Далее в верхнюю левую ячейку ставим «2» — во всех остальных появится «2», распечатываем, режим и т. д. (Приложение 2).
8. Подготовить аудиторию для очного участия: расставить стулья по кругу, но так, чтобы всем был виден экран; на каждый стул положить ручку и листочки для ответов.
9. Подобрать позитивную музыку и включить на время сбора участников.
10. Скачать из интернета звук таймера, например: <https://zvukipro.com/predmet/316-zvuk-taymera.html>

Подробное описание:

Очный формат

Первый ведущий ведет игру.

Второй — сидит за компьютером.

Третий — собирает ответы.

Четвертый — заносит ответы в ведомость и подсчитывает результаты.

1. Начало игры

Второй ведущий включает музыку, первый приглашает участников в подготовленную аудиторию и предлагает занять любое место.

Ведущие приветствуют участников, первый объясняет смысл мероприятия: познакомиться получше, весело провести время и проверить, у кого из коллектива лучше всех развита интуиция и эмпатия. Интуиция — очень важная вещь для школьника: именно она спасает, когда не знаешь, как ответить на экзамене, а развитая эмпатия позволяет по лицу учителя понять, стоит ли придумывать оправдание, почему не сделана «домашка», или лучше сказать, как есть.

Ведущий объясняет правила игры: «На экране вы видите факты о каждом из здесь присутствующих. Ваша задача — разгадать, кому принадлежат эти факты. Кто даст больше верных ответов, у того самая развитая интуиция».

2. Ход игры

Первый ведущий вызывает первого участника (случайным выбором). Участник выбирает факт и предполагает, к кому он относится. Этот человек встает и говорит еще два факта о себе (заранее подготовленные). Второй ведущий выводит на экран фото предполагаемого «хозяина» факта.

После этого второй ведущий включает звук таймера (30–40 секунд). В это время участники думают, обсуждают с соседями и принимают решение, принадлежит ли все-таки предполагаемому человеку этот факт или нет. Важно успеть записать ответ и сдать его.

Каждый участник на свой листочек для ответов записывает фамилию того, кому, как он считает, принадлежит выбранный факт. Участник может быть согласен с играющим или выбрать любого другого участника.

Третий ведущий, пока тикает таймер, быстро ходит по кругу, собирает все ответы и отдает четвертому ведущему, который ведет ведомость.

Только после того как все ответы сданы, первый ведущий раскрывает человека, которому действительно принадлежит этот факт: просит его встать, а остальных — ему поаплодировать.

Если это другой участник (угадали неверно), то истинный «хозяин» выбранного факта рассказывает о себе еще два подготовленных факта, т. к. его больше не выберут.

В этот момент задача четвертого ведущего — оперативно внести в ведомость «+» или «-» каждому участнику за текущий раунд в зависимости от правильности ответа на собранных листочках. И озвучить, сколько человек угадали.

Задача второго ведущего — убрать из презентации разгаданный факт.

Затем первый ведущий предлагает угаданному участнику выбрать следующий факт и предположить, кому он принадлежит. Игра продолжается по описанному выше сценарию.

Например, ведущий предлагает Васе выбрать факт. Вася выбирает на экране из множества вариантов: «У меня дома живет крокодил». Вася предполагает, что крокодил живет дома у Пети. На экране появляется прикольное фото Пети. Ведущий просит Петю встать и рассказать о себе еще два достоверных факта. Петя рассказывает, что он изучает китайский язык и хорошо вяжет крючком. Ведущий спрашивает Васю, по-прежнему ли уверен Вася в своем выборе. Все начинают обсуждать, может ли Петя, который хорошо вяжет крючком и говорит по-китайски, еще и крокодила дома иметь. Таймер тикает. Каждый пишет свой ответ на листочек, листочек сдает. После того как время вышло и все листочки сданы,

ведущий спрашивает у Пети, правда ли у него дома есть крокодил. Петя говорит: «Нет, это не мой факт». Ведущий просит встать того, у кого дома есть крокодил. Это Оля! Все аплодируют Оле. А Оля рассказывает, что, кроме всего прочего, у нее дедушка космонавт, а она всю жизнь мечтает поехать в Индию. Четвертый ведущий озвучивает, сколько человек угадали, что это Оля. Затем Оля выбирает факт с экрана.

3. Завершение игры

В конце игры, когда все факты разгаданы, первый ведущий подводит итог, что все теперь знакомы лучше. Можно обобщить каких-то ребят, сказав, что есть общие темы для разговоров и дел, отметить всех, кто проявил чудеса интуиции и эмпатии, спросить, понравилось ли ребятам мероприятие.

Четвертый ведущий озвучивает результаты: у кого по итогу игры самое большое количество «+», то есть угаданных пар «факт — участник». Все аплодируют победителю.

Дистанционный формат (zoom)

Первый ведущий ведет игру,

Второй ведущий включает и редактирует презентацию,

Третий ведущий следит за чатом и вносит результаты в ведомость.

1. Начало игры

У всех участников выключен звук и включена камера. Ведущий просит всех включить режим просмотра конференции, когда на экран выводится крупное видео того, кто говорит; уточняет, все ли умеют пользоваться чатом.

Первый ведущий всех приветствует, представляет других ведущих, объясняет смысл мероприятия (см. в описании очного формата) и правила игры.

Ведущий: «На экране вы видите факты о каждом из здесь присутствующих (*второй ведущий включает демонстрацию своего экрана с презентацией*). Ваша задача — разгадать, кому принадлежат эти факты. Кто даст больше верных ответов, у того самая развитая интуиция».

2. Ход игры

Первый ведущий вызывает первого участника (случайным выбором) и включает ему микрофон. Участник выбирает факт и предполагает, к кому он относится. Вторым ведущий выводит на экран фото предполагаемого «хозяина» факта. Включают микрофон этому участнику. Демонстрация экрана отключается.

Этот участник всех приветствует и говорит еще два факта о себе (заранее подготовленных).

Первый ведущий уточняет у первого участника, по-прежнему ли он уверен в своем выборе. После этого вторым ведущий включает звук таймера (30–40 секунд). В это время участники могут думать, обсуждать с соседями в частных чатах или по телефону. В итоге каждый принимает решение, принадлежит ли все-таки предполагаемому человеку этот факт или нет. Важно успеть написать ответ в чат.

Каждый участник пишет фамилию того, кому, как он считает, принадлежит выбранный факт. Участник может быть согласен с играющим или выбрать любого другого участника.

Третий ведущий, пока тикает таймер, следит за чатом и вносит все ответы в ведомость.

Только после того как все прислали свои ответы в чат, первый ведущий раскрывает человека, которому действительно принадлежит этот факт — включает ему микрофон, а остальных просит ему поаплодировать с помощью значков «ладошки».

Если это другой участник (угадали неверно), то истинный «хозяин» выбранного факта рассказывает о себе еще два подготовленных факта, т. к. его больше не выберут.

В этот момент задача второго ведущего — убрать из презентации разгаданный факт. Четвертый ведущий озвучивает, сколько человек угадали в этом раунде.

Затем второй ведущий включает демонстрацию своего экрана с презентацией, а первый ведущий предлагает угаданному участнику выбрать следующий факт и предположить, кому он принадлежит. Игра продолжается по описанному выше сценарию.

Приложение 1

Пример ведомости для подсчета результатов шоу «Интуиция»

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
|----|------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Иван ов Миш а | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Петр ова Катя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ: ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ РЕЧЕВОГО ЭТИКЕТА УЧАЩИХСЯ КАК ОСНОВЫ ТОЛЕРАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Ведина И. И.

Целевая аудитория: учащиеся 3–5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие навыков общения с младшими школьниками, понимания их психологических особенностей,
- формирование умения проводить занятия по определенному плану, организовывать работу в командах, руководить деятельностью младших школьников;

Б) для целевой аудитории:

- формирование алгоритмов речевых взаимодействий и навыков эффективного межличностного взаимодействия в различных ситуациях,
- преодоление барьеров общения, повышение его эффективности,
- улучшение психологического климата в классе,
- умение понимать друг друга, преодолевать конфликты,
- формирование чувства общности.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: таблички с названиями команд, ручки, листы бумаги формата А4, карточки с заданиями и речевыми шаблонами.

Краткое описание идеи:

Занятие для младших школьников предполагает тренировку навыков различного типа обращений друг к другу: выражения благодарности, извинения, сожаления, комплимента, приветствия, обращения с просьбой, приглашения и поздравления. Речевой этикет облегчает налаживание конструктивного общения. Младшие школьники, не имея достаточного опыта в употреблении такого рода выражений, часто стесняются извиниться или сказать комплимент. Задача заключается в том, чтобы дать школьникам набор речевых конструкций, подходящий для каждого случая, и возможность потренироваться в их употреблении.

План подготовки:

Для подготовки к проведению занятия необходимо организовать с подростками три встречи, каждая по одному часу. На первой встрече, которая может считаться вводной, подростки получают общую информацию о занятии, об основных целях, концепции и смыслах. Здесь рассматриваются такие понятия, как толерантность, культура общения, диалогичность общения, конфликт, школьная травля, речевой этикет. На этой встрече подростки обретают личную мотивацию участия в мероприятии, делятся своим опытом в этой области. На второй встрече происходит разбор конспекта занятия, разделение зон ответственности. Третья встреча — это практическая отработка навыков организации командной работы, руководства деятельностью. С этой целью участникам предлагаются мини-упражнения и игры. Пригласить следует не менее трех организаторов.

Далее происходит знакомство подростков-организаторов с классными руководителями тех классов, где будут проведены занятия, уточняется место и время. Подростки должны уметь объяснить педагогам основные цели и задачи предстоящего мероприятия. Также заранее они расставляют столы для групповой работы в классе.

Подробное описание:

1. Начальный этап: знакомство

Ведущие знакомятся с классом, называя свои имена, класс и возраст, проговаривают главную цель встречи: потренироваться в дружеском общении друг с другом. Затем в ходе игры знакомятся с младшеклассниками: просят встать тех, кто подпадает под определенный признак. Примерно это может выглядеть так:

Ведущий: «Я занимаюсь в футбольной секции. Встаньте, пожалуйста, те, кто занимается спортом. Я очень люблю математику. Встаньте, пожалуйста, те, кто в этом похож на меня. Я счастливый человек. Встаньте те, кто счастлив» и т. д. Признаки выбирают сами ведущие, исходя из своих личных предпочтений. Здесь надо обратить внимание на то, что иногда учащиеся начинают друг другу указывать на то, что кто-то не должен был вставать, потому что под этот признак не подходит. Организаторам надо сказать, что здесь главным является мнение самого человека. Отведенное для этого время — 5 минут.

2. Деление на группы и общая инструкция

Ведущие делят класс на группы так, чтобы в каждой группе оказалось семь человек. Детей просят рассчитаться по дням недели и объясняют, что все понедельники — это одна группа, все вторники — другая и т. д. Учащиеся рассаживаются за столы с названием своей команды. Каждой группе даются названия активностей, которые раскладываются текстом вниз (Приложение 1). На доске записывается алгоритм обсуждения в виде вопросов:

- Кто?
- Когда?
- Где?
- Как?
- Что чувствовали?
- Что сделал или сказал другой адресат?

Время — 5 минут.

3. Работа в группах: первый шаг

Инструкция для членов группы: «У вас на столах очень важные слова — просьба, благодарность, извинение, комплимент, приветствие, приглашение, поздравление. За этими словами стоят важные поступки. Пусть каждый в группе вспомнит и расскажет остальным, кому вы адресовали просьбу или комплимент, благодарили или извинялись и пр., когда это произошло, где, как вы это сделали, что вы при этом чувствовали, что сделал или сказал тот, к кому вы обращались. На доске эти вопросы записаны. Когда вы прочитаете то, что вам досталось, может показаться, что такого в вашей жизни не было. Но это не так. Стоит вам сосредоточиться, как память вам подскажет этот случай. Выберите капитана команды (на это дается 1

минута). Имейте в виду, что слово капитана — закон. Вы должны слушаться капитана.

На чистом листочке напишите сверху, к кому вы обращались, т. е. ответ на первый вопрос. Это могут быть родители, бабушки, дедушки, другие родственники, одноклассники, учителя, тренеры, просто знакомые или незнакомые люди. Пишите не имя, а кем является этот человек. У вас есть три минуты, чтобы подумать и записать. А потом будет еще 7 минут, чтобы рассказать об этом в команде».

Инструкция для капитанов: «Капитаны должны установить очередность выбора важных слов, затем очередность рассказов и записать у себя на листочке имя самого интересного, по их мнению, рассказчика».

После рассказов в группах авторы самых интересных историй выступают со своим сообщением для всего класса. Здесь надо отметить, что капитаны могут затрудняться с выбором единственной истории. Поэтому можно выбрать две или три, но их дети расскажут уже в конце, если останется время. Об этом надо предупредить заранее. Этот этап занимает 15 минут.

4. Работа в группах: второй шаг

После прослушивания сообщений от каждой команды ведущий говорит: «А сейчас вы передадите важные слова капитану, который их перевернет, перемешает и выложит в центр стола. Члены команды опять возьмут по одному важному слову. Алгоритм ваших новых рассказов останется прежним, только вы теперь должны вспомнить, когда не вы, а вас благодарили или поздравляли, кто это был, когда это случилось — и далее по плану. У капитана остаются прежние обязанности. Не забудьте на своем листочке опять написать, кто это был». Следует напоминание о времени.

5. Работа с проблемными ситуациями

Ведущие во время предыдущих этапов обходят команды и отмечают на своих листах, кто были адресатами в первом и втором случае (Приложение 2). После окончания второго круга рассказов ведущие объявляют результаты подсчетов. Можно с большой вероятностью предположить, что адресатов-одноклассников будет меньше.

Ведущие объявляют это классу, затем говорят следующее: «Приятно узнать, что вы умеете бережно относиться к своим родным: папам, мамам, бабушкам и дедушкам. Но также приятно знать, что и в среде одноклассников вы поступаете так же. Когда в каком-то классе мы слышим слова благодарности, извинения, комплименты и так далее, то понимаем, что здесь сложились хорошие отношения, дети здесь интересны друг другу, уважают и поддерживают друг друга, ценят дружбу. Даже когда у них возникает непонимание и конфликт, дело улаживается легче, если все привыкли выслушивать других, извиняться и благодарить. Почему не везде так происходит?»

Далее надо выслушать мнение детей и кратко прокомментировать ответы.

Ведущие: «Одной из трудностей является отсутствие привычки говорить эти важные слова, стеснительность. Сейчас мы с вами потренируемся в дружеском общении».

Ведущие раздают карточки с проблемными ситуациями для каждой группы и вариантами возможных ответов (Приложение 3).

Инструкция этой части занятия такая: «Каждая группа получила описание истории и варианты возможных реакций на ситуацию. Разыграйте эту ситуацию по кругу. Пусть каждый побудет и в основной роли, и во вспомогательной. По очереди тяните листочки с подсказками. На это вам дается 20 минут. По окончании капитаны команд зачитают для других групп свою ситуацию и подсказки».

6. Заключительная часть занятия — рефлексия

Для обсуждения предлагаются такие вопросы:

- Что вам больше всего запомнилось в этом занятии?
- Чем оно лично для вас было полезным?
- Чему вы научились?
- Какого цвета ваше настроение сейчас?
- Выскажите пожелание своей группе.

Приложение 1

Карточки с названиями активностей

| | |
|--------------|---------------|
| ПРОСЬБА | БЛАГОДАРНОСТЬ |
| ПОЗДРАВЛЕНИЕ | ИЗВИНЕНИЕ |
| КОМПЛИМЕНТ | ПРИВЕТСТВИЕ |
| ПРИГЛАШЕНИЕ | |

Приложение 2

| Родные, знакомые | Одноклассники |
|------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <i>Мама Папа Бабушка Дедушка Тетя Дядя Брат Сестра</i> | |

Приложение 3

Ситуация 1. Просьба

Твой сосед (соседка) по парте толкает тебя локтем, когда пишет. Это тебя отвлекает, и писать красиво у тебя не получается. Ты ему (ей) говоришь...
Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты просьбы:

Пожалуйста, если тебе не трудно...

Я хотел(а) попросить тебя...

Мне хотелось бы, чтобы ты...

Будь добр(а)...

Ты не мог(ла) бы...

Я тебя очень прошу...

Будь другом (будь любезен(на))...

Ситуация 2. Благодарность

Ты забыл(а) дома ручку. Твой одноклассник (одноклассница) ее тебе одолжили. Как можно проявить благодарность?

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты благодарности:

Спасибо большое...

Ты меня очень выручил(а)...

Что бы я делал(а) без тебя...

Ты мне очень помог (помогла)...

Спасибо за помощь...

Твоя помощь очень кстати...

Побольше бы таких людей, как ты...

Ситуация 3. Извинение

Одноклассник (одноклассница) доверил(а) тебе свой секрет. А ты, не подумав, разболтал(а) его другим. Одноклассник (одноклассница) перестал(а) с тобой разговаривать. Что делать?

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты извинений:

Извини меня, пожалуйста.

Прости меня, пожалуйста.

Я очень виноват(а) перед тобой.

Я был(а) неправ(а)...

Чувствую себя виноватым (виноватой) перед тобой...

Как мне загладить свою вину?

Я поступил(а) неправильно, извини...

Ситуация 4. Compliment

Твой одноклассник (одноклассница) переезжает в другой город. Он(а) немного нервничает из-за того, что приходится менять школу. Ты решил(а) его (ее) поддержать и сказать несколько комплиментов.

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты комплиментов:

Ты очень хороший друг.

Твоя улыбка повышает настроение.

Ты добрый человек.

С тобой всегда можно посоветоваться в трудных ситуациях.

На тебя приятно смотреть.

Мне нравится в тебе твоя находчивость...

Я восхищаюсь твоими способностями...

Ситуация 5. Greeting

Ты пришел (пришла) в школу, зашел (зашла) в класс, и тебе надо поприветствовать своих одноклассников. Как?

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты приветствий:

Здравствуй.

Привет!

Соскучился(лась) по тебе.

Доброе утро.

Салют!

Рад(а) тебя видеть.

Здорóво!

Ситуация 6. Приглашение

У тебя день рождения, и ты хочешь пригласить одноклассников на свой праздник. Как это сделать?

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты приглашений:

Приходи ко мне на день рождения.

Я буду рад(а) видеть тебя у себя в гостях.

Ты желанный гость на моем празднике.

Буду ждать тебя с нетерпением на моем празднике.

Приходи ко мне повеселиться.

Приглашаю тебя на свой день рождения.

Мне будет очень приятно, если ты придешь ко мне в гости.

Ситуация 7. Поздравление

У одноклассника день рождения. Все в классе его поздравляют, и ты в том числе. Ты говоришь...

Примечание: обращайтесь, пожалуйста, к одноклассникам по именам.

Варианты поздравлений:

Желаю, чтобы исполнились все твои мечты.

Желаю тебе не бояться трудностей и преодолевать все преграды.

Желаю тебе поддержки семьи и друзей, чтобы тебя окружали те, на кого ты можешь положиться.

Желаю тебе больше улыбаться и радоваться жизни, а также чтобы друзья больше улыбались тебе и радовали тебя.

Желаю тебе больше приятных сюрпризов, а чтобы неприятных совсем не было.

Желаю тебе, чтобы каждый день твоей жизни был счастливым!

Желаю тебе хороших оценок и понимающих учителей.

КВЕСТ-ИГРА «ЗАГАДКА ЭМОЦИЙ»

Веселова Е. И.

Целевая аудитория: учащиеся 2–3 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- возможность проявить себя в качестве организаторов работы с младшими учениками,
- проработка темы чувств;

Б) для целевой аудитории:

- умение лучше понимать и выражать свои чувства.

Время, необходимое на подготовку: 2–4 часа.

Время, необходимое на проведение: 40–50 минут.

Вспомогательные материалы: два смежных, просторных помещения (например, кабинет и рекреация или коридор), стулья по числу участников в двух помещениях, карточки четырех эмоций (печаль, радость, удивление, гнев) по числу участников + две карточки для ведущих (желательно иметь равное количество карточек всех эмоций), символическое выражение трех мостов (это могут быть спортивные маты, коврики, листы ватмана, наклеенный на пол малярный скотч и т. д.).

Краткое описание идеи:

Квест-игра с тремя групповыми испытаниями, направленными на повышение эмоционального интеллекта.

План подготовки:

1. Подготовить раздаточные материалы.
2. Подготовить символическое обозначение мостов.
3. Подготовить ведущих и хранителей: убедиться, что подростки-организаторы понимают основы теории эмоций, умеют проговаривать свои чувства и знают разные способы выражения эмоций.
4. Отрепетировать сценарий.
5. Подготовить помещения: освободить пространство, расставить стулья, расположить «мосты».

Подробное описание:

Задействованы 3 ведущих и 3 помощника.

1. Начало игры — объединение в группы

Дети входят в кабинет, в котором по периметру расставлены стулья. На входе они вытягивают из мешочка карточку с пиктограммой одной из эмоций, которую никому не показывают. Дети рассаживаются на стулья.

Ведущий 1: «Ребята, мы с вами попали в волшебную историю. Называется она "Загадка эмоций". Разгадав все три загадки, мы станем знатоками эмоций».

Ведущий 2: «У каждого из вас есть секретная эмоция. Но вы, конечно, не одиноки. Сейчас, когда заиграет музыка, вы будете изображать свою эмоцию, но вам нельзя

ее называть. Постарайтесь найти ребят с такой же эмоцией и объединиться в группу».

Играет музыка, дети двигаются по кабинету и объединяются в группы по эмоциям. Ведущие и помощники помогают тем детям, которые затрудняются с определением и выражением эмоции, найти свою группу. Когда все дети объединились в группы, музыку выключают. Желательно уложиться в 5–7 минут.

2. Первый этап— представление эмоций

Ведущий 3: «Какие вы молодцы, что нашли друг друга и объединились в команды! Давайте теперь представим эмоцию каждой команды».

Команды по очереди представляют свою эмоцию, а остальные ребята догадываются. Когда все эмоции отгаданы, переходят к следующему заданию.

3. Второй этап — обмен эмоциями

Ведущий 1: «Первая загадка разгадана, и мы двигаемся дальше. Сейчас снова зазвучит музыка, и вы будете обмениваться эмоциями. Подойдите к любому однокласснику, возьмитесь за руки, посмотрите друг другу в глаза. По очереди покажите свою эмоцию, а потом скопируйте эмоцию другого. Как только у вас получится показать эмоцию хорошо, вы обмениваетесь карточками. Дальше вы показываете уже эту новую эмоцию.

ВАЖНО! Обязательно взяться за руки — это зафиксирует пару. Посмотреть в глаза — это поможет установить контакт. Показать, что пара меняется эмоциями на лицах и на карточках».

Ведущие показывают, как происходит обмен эмоциями. Включается музыка, дети выполняют задание. На задание отводится до 5 минут.

Ведущий 2: «Молодцы. Вы попробовали разные эмоции. Так же и в жизни, у нас бывают разные эмоции. Все они нам нужны и полезны».

4. Третий этап — мосты

Ведущий 3: «Проявлять эмоции можно по-разному. У нас впереди последняя загадка — три волшебных моста. Каждый мост посвящен одной эмоции. Вам нужно будет показать эту эмоцию и ответить на вопрос Хранителя моста».

Мосты располагаются в коридоре или в соседней комнате. Первый ведущий остается с ребятами в той комнате, где они были. Второй ведущий переходит в помещение с мостами и встречает тех, кто мосты прошел. Третий ведущий сопровождает ребят, пока они проходят мосты.

Помощники становятся Хранителями мостов.

1 — МОСТ ЗЛОСТИ

Хранитель моста: «Это Мост злости. Покажи, как ты показываешь злость. Что ты сделаешь, если кто-то тебя сильно разозлит? А как еще можно показать злость?»

Участники показывают и отвечают.

ВАЖНО! Помощники обращают внимание участников на социально приемлемые способы проявления злости, которые не вредят окружающим.

2 — МОСТ ГРУСТИ

Хранитель моста: «Это Мост грусти. Покажи, как ты показываешь грусть. С кем ты поделишься грустью? А с кем еще? А с кем в классе? Как тебе помочь, когда ты грустишь?»

Участники показывают и отвечают.

ВАЖНО! Помощники обращают внимание участников на афиширование эмоции и умение обратиться за помощью и поддержкой.

3 — МОСТ РАДОСТИ

Хранитель моста: «Это Мост радости. Покажи, как ты показываешь радость. С кем ты поделишь радость? А с кем еще? А с кем в классе? Поделись своей радостью с ребятами: ты прошел последнее испытание и разгадал загадку эмоций!»

ВАЖНО! Помощники обращают внимание участников на совместное переживание и выражение радости — Хранитель моста активно выражает радость вместе с ребенком.

Ведущий помогает с ответами на вопросы Хранителей мостов, если ребятам сложно и если они просят о помощи.

Ведущие в комнатах разговаривают с детьми, помогая скоротать ожидание. Хорошо, если они поиграют в короткие игры на эмоции, например, «Глухой телефон», только вместо слов показываются эмоции, или «Съедобное — несъедобное», но вместо еды — эмоции и ситуации.

5. Завершение — эмоциональная рефлексия

Когда все дети пройдут мосты, они возвращаются в комнату и рассаживаются в круг или по периметру.

Ведущий 1: «Вы очень дружные ребята, вы вместе разгадали загадки эмоций. Поделитесь своими эмоциями от нашего квеста».

Дети по очереди делятся эмоциями.

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЛИШНИХ В ЖИЗНИ НЕ БЫВАЕТ»

Вычегжанина И. А.

Целевая аудитория: ученики в возрасте 14–15 лет.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации в их классе,
- получение опыта в организации мероприятий против травли в школах;

Б) для целевой аудитории:

- снижение уровня агрессии,
- формирование навыка конструктивного реагирования на конфликт,
- улучшение межличностных отношений.

Время, необходимое на подготовку: 20 минут.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: два яблока, нож, шарф, карточки с надписью «Ты чучело. Уходи отсюда» по количеству участников, листы формата А4 по количеству участников, ручки по количеству участников.

Краткое описание идеи:

Чтобы понять, что такое буллинг, нужно почувствовать его на самом себе. Именно поэтому мы решили создать условия для того, чтобы каждый понял, что чувствует человек, который подвергается травле, и что нужно сделать, чтобы данную травлю прекратить.

План подготовки:

1. Перед началом занятия расставить стулья в классе кругом.
2. Купить в магазине два яблока, принести из дома нож (чтобы разрезать яблоко), шарф, листы бумаги формата А4 и ручки.
3. Распечатать карточки по количеству участников мероприятия с надписью «Ты чучело. Уходи отсюда».

Подробное описание:

1. Постановка проблемы

Ведущий: «Здравствуй, ребята. У меня в руках два яблока, с виду одинаковых. Но на самом деле они разные, и одно из этих яблок мне нравится. Попробуйте угадать, какое и почему».

Участники предлагают свои ответы.

Ведущий: «Да, я соглашусь, вот это яблоко мне безумно не нравится. Оно плохое». С этими словами ведущий бросает одно яблоко об стол, потом поднимает и снова бросает на пол. После этого ведущий дает яблоко одному из подростков, просит найти в яблоке недостатки и также бросить его на пол.

Яблоки берут в руки все подростки по очереди.

Ведущий: «Отлично! А теперь скажите: какие различия в яблоках вы теперь видите?»

Подростки могут оказаться в замешательстве, ведь отличий между яблоками нет.

Ведущий берет нож, разрезает яблоки и раздает ребятам. Сначала первое, которое никто не кидал. Яблоко оказывается вкусным и невредим, поэтому участники, скорее всего, съедят его с удовольствием. Затем второе — оно оказывается коричневым и мятым внутри, поэтому ребята могут отказаться его есть.

Ведущий: «Ну почему же вы не хотите есть яблоко? Вы же сами его таким сделали?» Ребята отвечают.

Ведущий: «А вы никогда не задумывались, что иногда то же самое происходит с людьми? С виду мы все одинаковые, но внутри у нас происходят совершенно разные вещи. К примеру, когда мы кого-то оскорбляем или обзываем, объявляем бойкот или портим любимые вещи, внешне на людях это практически не сказывается. Но, поверьте, мы наносим этому человеку огромное количество внутренних ран, с которыми ему потом приходится жить всю жизнь».

2. Анализ ситуации

Ведущий: «Скажите, а сталкивались ли вы с подобными ситуациями в школе?»

Подростки отвечают.

Ведущий: «Давайте сейчас поделимся на три команды (можно по 4, 8 человек и т. д.) и попробуем их разыграть. Один человек должен взять на себя роль коричневого яблока».

Подросткам дается 5 минут на придумывание подобной ситуации, а затем по 3 минуты на разыгрывание истории.

После разыгрывания ситуации организатор предлагает ребятам обсудить два момента:

- Что чувствует человек, когда его обижают?
- Как именно вы сможете исправить данную ситуацию.

3. Кульминация

Подростки встают рядом со своими стульями. Все подростки получают по карточке, на которой написаны слова, которые нужно говорить своему однокласснику. Выбирается один участник, которому завязываются глаза.

Ведущий: «Ребята, вы все получили по карточке, на которой написано либо "Ты чучело. Уходи отсюда", либо "Ты хороший. Я тебя люблю". Никто, кроме вас, не должен знать, что именно написано на вашей карточке. Задача участника с завязанными глазами (имя) — найти стул человека, который скажет ему на ухо фразу "Ты хороший. Я тебя люблю"».

На самом деле на всех карточках будет написано «Ты чучело. Уходи отсюда». Цель ребят — догадаться, что все-таки нужно сказать игроку, несмотря на то, что все остальные говорят другое.

Игроками с завязанными глазами может быть несколько. Лучше всего на эту роль выбрать тех, кто обижает ребят в классе.

После окончания упражнения ведущий предлагает обсудить несколько вопросов:

- Как вы думаете, почему у всех ребят на карточках была написана одна и та же фраза?
- - Почему вы сразу не догадались сказать хорошую фразу вместо плохой?
- - Какие выводы можно сделать после этого задания?

Подростки дают ответы.

4. Завершение

Ведущий предлагает каждому участнику написать пару хороших слов человеку, который сидит перед ним.

Ведущий раздает ребятам по листу бумаги, чтобы поместить их на спину впереди сидящего человека и написать про него несколько хороших и добрых слов. Затем ведущий предлагает каждому участнику взять по еще одному листу, повернуться в другую сторону и написать хорошие слова уже своему соседу слева. При желании ребята могут подходить к друг другу и оставлять письма своим друзьям.

В конце ведущий предлагает всем обняться.

ФЕСТИВАЛЬ БУКТРЕЙЛЕРОВ «БУЛЛИНГА.НЕТ»

Гриценко Ю. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–10 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- возможность развить умение анализировать содержание произведения, выбирать главное,
- развитие умения аргументировать свою позицию с помощью вербальных и невербальных средств, кратко формулировать свои мысли, подбирать соответствующий визуальный ряд,
- совершенствование ИКТ-компетенций, связанных с созданием мультимедийных продуктов (презентация, видео),
- осознание собственной ответственности за то, какими вырастут более младшие товарищи,
- раскрытие творческих способностей и самореализация,
- осознание того, что личность формируется с раннего возраста под влиянием внешних обстоятельств,
- формирование опыта публичных выступлений;

Б) для целевой аудитории:

- возможность развить умение анализировать содержание произведения, выбирать главное,
- осознание ценности каждого человека,
- профилактика травли и кибертравли,
- знакомство с технологией создания буктрейлера,
- повышение мотивации к чтению художественной литературы.

Время, необходимое на подготовку: 1–2 недели.

Время, необходимое на проведение: 2 часа (офлайн-форма). Возможно проведение в формате онлайн-конференции или онлайн-выставки на школьном сайте.

Вспомогательные материалы: изобразительные материалы (краски, фломастеры, бумага, пластилин), камера или телефон для съемки, компьютер, программы обработки видео и аудио.

Краткое описание идеи:

Учащиеся, прошедшие тренинг «Каждый важен», создают буктрейлеры по книгам антибуллинговой тематики и представляют их сверстникам на фестивале буктрейлеров «Буллинг.Нет».

План подготовки:

1. Познакомить подростков с правилами создания буктрейлеров (на примере требований к конкурсным материалам «Страна Читалия» <https://страначиталия.рф/o-конкурсе/положение-o-конкурсе/>). Таким образом, авторы смогут не только освоить технологию создания буктрейлеров, но и принять участие во всероссийском конкурсе.

2. Познакомить подростков с рекомендованным списком литературы антибуллинговой тематики (см. Приложение).
3. Обсудить с авторами черновые варианты смонтированных трейлеров.
4. Обсудить с авторами тексты презентаций созданных трейлеров и примерные ответы на вопросы.
5. Составить программу фестиваля с учетом представленных трейлеров.

Подробное описание:

1. Рассказать подросткам-организаторам про технологию буктрейлинга, познакомить с буктрейлерами как одним из методов обучения.
2. Обсудить с подростками-организаторами буктрейлер «Чучело» (<https://youtu.be/kOVmAErAW5w>).
3. Подростки-организаторы презентуют друг другу собственные буктрейлеры, вносят предложения и коррективы.
4. Подростки-организаторы презентуют свои буктрейлеры младшим классам.
5. Школьники отвечают на вопросы по просмотренным буктрейлерам.

Вопросы, позволяющие узнать эмоциональное отношение детей к явлениям, событиям, героям:

- Понравился ли вам просмотренный фильм? Почему?
- Кто (что) больше всех понравился? Почему?
- Нравится ли вам этот герой? Почему нравится (или почему не нравится)?

Вопросы, побуждающие детей к элементарным обобщениям:

- Как вы думаете, о чем писатель хотел нам рассказать в этом произведении?
- Как бы вы назвали это произведение? Почему?

Вопросы проблемно-следственного характера, обращающие внимание детей на мотивы поступков персонажей:

- Почему так произошло?
- Вам интересно, что дальше произошло с героями?
- Что могло случиться с героями в дальнейшем?

Проблемно-ориентированные вопросы типа «траблшутинга»:

- Что было необходимо предпринять, чтобы травли не состоялось?
- Как решить конфликтную ситуацию в классе (на конкретном примере)?

и др.

6. Рефлексия и подведение итогов мероприятия.

Список литературы:

1. Буктрейлер — современный способ продвижения книги [Электронный ресурс]: [методические рекомендации] — Бахчисарай, 2016. — Режим доступа: <https://bl.crm.muzkult.ru/media/2018/08/26/1232516863/Buktrejler.pdf>
2. Буктрейлер как инструмент продвижения книги: методическое пособие. Сост. О. В. Рыкова. — Вологда: ВОУНБ, 2016. — 23 с.
3. Буктрейлер как способ продвижения книги: методическое пособие / Нац. бка, Рес. Бурятия, Отдел метод. обеспечения муниц. библиотек; — Улан-Удэ, 2015 —16 с.
4. Всероссийский конкурс буктрейлеров [Электронный ресурс]: [положение о конкурсе] // Чтение–21: интернет-портал. — М., 2007–2016. — Режим доступа: <http://chtenie21.ru/contest/8843>.
5. Гудков Н. Буктрейлер: методика создания// Библиополе. — 2014. — №10. — С.22-25.
6. Сиппель Н.О. Буктрейлер: как создать? // Современная библиотека. — 2014. — № 7 (47). — С.18-23.
7. Снимаем книги! [Электронный ресурс]: [положение о конкурсе] // Чтение–21: интернет-портал. — М., 2007–2016. — Режим доступа: <http://chtenie-21.ru/contest/8163>.
8. Щербинина Ю. Смотреть нельзя читать. Буктрейлерство как издательская стратегия в современной России» // Вопросы литературы. — 2012. — № 3. — С. 146–165.
9. Страна Читалия [Электронный ресурс]: [положение о конкурсе]. — М., 2020. — Режим доступа: <https://страначиталия.рф/о-конкурсе/положение-о-конкурсе/>

Приложение

Рекомендуемый список для чтения

Младший школьный возраст:

1. Арсено И., Бритт Ф. Джейн, лиса и я. — М.: Белая ворона/Альбус корвус, 2015. — 100 с.
2. Богословский А. Верочка
3. Матисен Э. Кот с голубыми глазами. — М.: Рудомино, 1991. — 120 с.

Средний школьный возраст:

1. Басова Е. Подросток Ашим. — М.: Гриф, 2016. — 240 с.
2. Вильке Д. В. Грибной дождь для героя. — М.: Самокат, 2011. — 200 с.
3. Даль Р. Матильда. — М.: Самокат, 2019. — 272 с.
4. Кормье Р. Шоколадная война. — М.: Розовый жираф, 2012. — 248 с.
5. Кузнецова Ю. Где папа? — М.: Издательский дом Мещерякова, 2013. — 248 с.
6. Лукьянова И. Стекланный шарик. М.: ПРОЗАИК, 2012. — 224 с.
7. Майрок А. Почему я? История белой вороны. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. — 128 с.
8. Михеева Т.В. Не предавай меня. — М.: Аквилегия-М., 2012. — 192 с.
9. Паласио Р. Дж. Чудо. — М.: Розовый жираф, 2017. — 432 с.
10. Питцорно Б. Послушай мое сердце. — М.: Самокат, 2016. — 368 с.
11. Слоун Х. Г. Я считаю по 7. — М.: Карьера-Пресс, 2019. — 368 с.
12. Тассиес Х. А. Украденные имена. — М.: КомпасГид, 2011. — 32 с.
13. Тор А. Остров в море. Пруд белых лилий. — М.: Самокат, 2019. — 512 с.
14. Хайтани К. Взгляд кролика. — М.: Самокат, 2019. — 320 с.

15. Шмидт Г. Битвы по средам. — М.: Розовый жираф, 2020. — 384 с.

Старший школьный возраст

1. Алмонд Д. Огнеглотатели. — М.: Азбука, 2015. — 208 с.
2. Бакман Ф. Бабушка велела кланяться и передать, что просит прощения. — М.: Синдбад, 2018. — 480 с.
3. Гарднер С. Червивая луна. — М.: Гаятри, 2015. — 288 с.
4. Кауфман Б. Вверх по лестнице, ведущей вниз. — М.: Белая Ворона, 2016. — 352 с.
5. Киз Д. Цветы для Эджернона. — М.: Эксмо-Пресс, 2016. — 320 с.
6. Кинг С. Кэрри. — М.: АСТ, 2019. — 313 с.
7. Кормье Р. Шоколадная война. — М.: Розовый жираф, 2012. — 248 с.
8. Митчелл Д. Лужок Черного лебедя. — М.: Эксмо, 2014. — 480 с.
9. Шолохова Е.А. Ниже бездны, выше облаков. — М.: Аквилегия-М, 2020. — 320 с.

АНТИБУЛЛИНГОВАЯ ПРОГРАММА «МОЖНО БЫТЬ РАЗНЫМ»

Дягелец Д. Ф.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса (28 человек).

Организаторы: учащиеся 8 классов (6 человек).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- содействие развитию уверенности в себе,
- развитие навыков социального проектирования,
- развитие чувства сопричастности к созданию устойчивого школьного сообщества,
- установление новых позитивных социальных контактов;

Б) для целевой аудитории:

- развитие устойчивой коллективной среды, благоприятной для творчества и самовыражения,
- развитие понимания механизмов травли и навыков ее обнаружения и предотвращения,
- установление новых позитивных социальных контактов.

Время, необходимое на подготовку: 1 месяц.

Время, необходимое на проведение: 4 часа.

Вспомогательные материалы: ноутбук, проектор, колонки; стикеры; фломастеры, маркеры, карандаши, мелки; комната, в которой будет общий сбор и общая часть работы, 5–6 локаций для групповой работы.

Краткое описание идеи:

Активная ролевая работа с элементами форум-театра по видеоматериалу.

План подготовки:

Встречи 1 раз в неделю.

1. Встреча 1. Организаторы играют во все игры, которые будут в программе, вместе с наставником. Кроме того, они играют в настольную игру «Ты просто космос».
2. Встреча 2. Просмотр видеоролика «Изгой». Обсуждение по плану:
 - Какие роли увидели?
 - На что обратили внимание?

Участники выделяют и фиксируют все роли, представленные в этой ситуации (в идеале должно получиться: Федя — жертва, мама, учитель, буллер, защитник, одноклассница — сочувствующая жертве, случайная девочка — сочувствующая жертве). Договариваются о ключевых моментах, где можно было изменить ситуацию, и фиксируют их на доске.

3. Встреча 3. Наставник раздает роли, которые выделили на предыдущей встрече, каждому участнику. Участники снова смотрят фильм с остановками на тех местах, о которых договаривались в начале работы. Участник, чья роль есть в данном эпизоде, показывает альтернативное поведение. Наставник модерировать обсуждение после каждого показа по вопросам:

- Согласны ли вы с представленным ходом событий?
- Что качественно изменилось в отличие от фильма?
- Что будет дальше?
- Какие последствия будут для жертвы, буллера, свидетелей?

Общий круг — все делятся мнениями и впечатлениями.

4. Встреча 4. Сценирование мероприятия для 5 класса.

Подробное описание:

1. Предварительная общая часть

Игра «Быстрые свидания»

Организаторы выдают каждому участнику нарисованный циферблат и предлагают участникам за 2 минуты назначить друг другу «свидание» на 12, 15, 18, 21. Когда назначают — записывают друг друга к себе на циферблаты.

Затем организаторы задают вопросы (лучше показать на экране/ напечатать и повесить на доску) и засекают время (1 вопрос — 3 минуты), а участники должны их обсудить.

Вопросы:

- Какой последний фильм / мультфильм / сериал я посмотрел?
- Почему я пришел сегодня именно в этой одежде?
- Что у меня достаточно хорошо получается?
- Чему я хотел бы научиться за ближайший год?

Игра «Линия»

Участники встают вдоль воображаемой линии (можно наметить ее скотчем на полу, или встать вдоль шва). Ведущий озвучивает предложение, и те, кто согласен с ним, делают шаг к линии, а затем возвращаются на исходную.

Примерные предложения:

- Мне нравятся яркие цвета.
- Мне нравится собирать «Лего».
- У меня есть «ТикТок».
- Я бы хотел дружить с кем-то из класса.
- Иногда мы с родителями друг друга не понимаем.
- Иногда мне кажется, что меня никто не понимает.
- Я не люблю, когда надо мной смеются.
- Я бы хотел, чтобы окружающие были немного добрее ко мне.
- В моем классе учатся очень разные ребята.

Организатор говорит, что между участниками очень много общего, хотя сперва кажется, что это не так.

Правила

Организаторы предлагают сразу ввести правила для работы на занятии, а если потребуется — дополнять их в ходе дальнейшей работы. Предлагают сразу три правила:

- 1) Мы разные, и это круто.
- 2) Мы слушаем друг друга.

3) Мы используем телефоны, если это не мешает творческому процессу.

Если все соглашаются — идем дальше, если нет — дополняем.

2. Первая общая часть

Работа с роликом

Участники вместе с организаторами смотрят короткометражный фильм «Изгой» [<https://www.youtube.com/watch?v=r9ZXrAhIK7k>].

Затем обсуждают его по плану:

- Какие роли увидели?
- На что обратили внимание?

Участники выделяют и фиксируют все роли, представленные в этой ситуации (в идеале должно получиться: Федя — жертва, мама, учитель, буллер, защитник, одноклассница — сочувствующая жертве, случайная девочка — сочувствующая жертве). Договариваются о ключевых моментах, где можно было изменить ситуацию, и фиксируют их на доске.

Игра «Положительный заряд»

Каждый участник должен хлопнуть в ладоши по цепочке. Замыкает цепочку ведущий (из организаторов). Предварительно можно определить того, с кого начнется цепочка. Сначала сделать это расслабленно, в свободном темпе, тренируясь. Затем предложить челлендж: смогут ли участники всем классом сделать это за минуту (скорее всего, смогут быстрее)? Если да, повесить ставки — за полминуты.

3. Групповая работа

Случайной жеребьевкой (разные цвета) участники делятся на группы.

Каждая группа получает роль, которую нужно отыграть и предложить альтернативное решение проблемы: Федя (жертва), мама Федей, учитель, буллер, защитник, одноклассница — сочувствующая жертве, случайная девочка — сочувствующая жертве.

Участники расходятся для работы в командах. За каждой командой закреплен тьютор из организаторов, который направляет работу, стимулирует обсуждение. Работа должна длиться не дольше 15 минут.

4. Вторая общая часть

Игра «Зоя ходит»

В классе ставятся стулья в хаотичном порядке, соответствующие количеству участников игры. Ведущий встает в любом конце кабинета. Участники игры садятся на стулья. Задача ведущего — занять свободный стул. Задача остальных игроков — не дать ему это сделать. Они могут меняться друг с другом местами, все время освобождая самый дальний от ведущего стул. Самое важное условие — они должны делать это молча.

В начале игры лучше освободить самый дальний от ведущего стул.

После игры организаторы модерировать обсуждение. Всем, кто был ведущими, задают вопросы:

- Как вы себя чувствовали (подразумевая — когда против вас сплотилось большинство)?
- Хотелось бы вам быть на этом месте постоянно?

Всем, кто был игроками, задают вопросы:

- Как вы себя чувствовали?
- Может быть, кому-то не хотелось мешать? Или наоборот, вас захватил азарт?

Работа над роликом с элементами форум-театра

Участники снова смотрят фильм с остановками на тех местах, о которых договаривались в начале работы.

Когда организаторы ставят фильм на паузу, та группа участников, которая получила роль, задействованную в эпизоде, показывает альтернативный ход развития событий, придуманный на этапе групповой работы.

После демонстрации работы каждой группы организаторы модерировать общее обсуждение. Вспомогательные вопросы:

- Согласны ли вы с представленным ходом событий?
- Что качественно изменилось в отличие от фильма?
- Что будет дальше?
- Какие последствия будут для жертвы, буллера, свидетелей?

Заключительный круг

После того как все группы показали свои работы, организаторы модерировать общее обсуждение — обмен впечатлениями, мнениями.

Игра «Счет с закрытыми глазами»

Все ребята закрывают глаза, задача — не сбиваясь, досчитать до того числа, сколько человек участвует в игре. Одно число может называть только один человек. Как только двое произносят одно число, игра начинается снова.

Возвращение к правилам

Организаторы предлагают сделать правила, принятые в начале работы, постоянными правилами для класса. Предлагают участникам добавить новые правила (например, еще три). Участники выносят предложения, голосованием правила принимаются.

Упражнение «Мы разные, и это круто»

Организаторы выдают участникам нарисованных монстриков, рядом с которыми нужно написать свое имя, раскрасить их и написать ответы на вопросы (Приложение). Тот, кто сделал, прикрепляет свою работу на выбранную заранее стену, где организаторы пишут номер и букву класса. Правила класса можно прикрепить туда же.

Приложение

Привет, это я.

Я люблю...

Меня бесит...

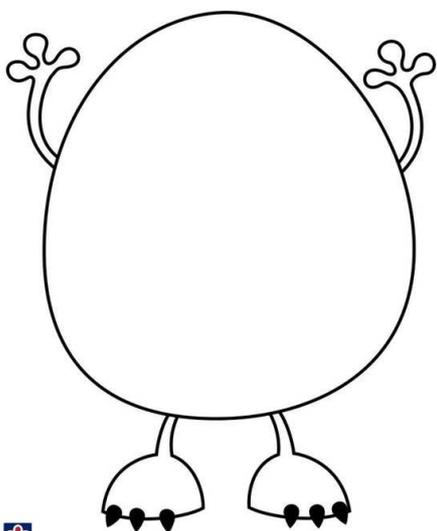
У меня получается...

Я бы хотел(а) научиться...

Мой любимый цвет...

Мне нравится ощущение...

Мне нравится звук...



ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКО-ПРОЕКТНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ, КТД

Евич Е. М.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (учащихся 7 класса):

- проведенные микроисследования,
- составленные памятки и алгоритмы действий,
- поставленная театрализованная сказка,
- организованная школьная конференция;

Б) для целевой аудитории (учащихся 5–6 классов):

- памятки и алгоритмы действий в случае буллинга,
- возможность посетить театрализованное представление.

Время, необходимое на подготовку: 5 недель.

Время, необходимое на проведение: 1 неделя.

Вспомогательные материалы: ПК, проектор, бумага, книга Т. Куриленковой «Рыжий лисенок», парики, ткань, одежда для костюмов, театральные гримы, возможные предметы для реквизита.

Краткое описание идеи:

Ученики 7 класса в группах по три человека проводят микроисследования буллинга в школе, параллельно на классных часах читают и обсуждают антибуллинговые терапевтические сказки Татьяны Куриленковой «Рыжий лисенок», разрабатывают сценарий сказки для театра по мотивам книги, организуют школьную конференцию по результатам исследований и дают театральное представление для учеников 5–6 классов.

План подготовки:

1. Первая неделя — выбор темы микроисследования, распределение по группам (по три человека).
2. Вторая, третья, четвертая недели — проведение микроисследований по отдельному плану для каждой группы, подготовка памяток и алгоритмов действий в ситуациях буллинга.
3. Параллельно с предыдущим этапом — чтение и обсуждение на классных часах 18 антибуллинговых сказок Т. Куриленковой.
4. Пятая неделя — написание сценария и инсценирование сказки для театра по мотивам книги «Рыжий лисенок», подготовка костюмов, реквизита, возможно, простых декораций.
5. Шестая неделя — проведение школьной конференции для 7 классов по результатам исследований, показ спектакля для учеников 5–6 классов.

Подробное описание:

1. На первой неделе организаторы выбирают темы микроисследования, распределяются по группам по три человека и разрабатывают план микроисследования.

Темы для микроисследований:

- Есть ли буллинг в нашей школе?
 - Был ли буллинг у наших родителей?
 - Есть ли буллинг в соцсетях?
 - Как чувствует себя жертва буллинга?
 - Знают ли ученики, как вести себя в ситуации буллинга?
 - Что делать, если тебе обидно?
 - Что делать, если ты видишь буллинг?
 - Что делать, если обидел ты?
2. На второй, третьей и четвертой неделе каждая группа проводит микроисследования по отдельному плану. Ребята проводят опросы и анкетирование по своей проблеме, обрабатывают результаты опросов, составляют диаграммы, пишут пояснения к ним, составляют буклеты, памятки и алгоритмы действий для тех, кто столкнулся с ситуацией буллинга, готовят материалы к школьной конференции.
 3. Параллельно с этим на классных часах проходит чтение и обсуждение 18 антибуллинговых сказок Т. Куриленковой из книги «Рыжий лисенок». В это же время отбирается материал для будущего сценария сказки для театра.
 4. На пятой неделе пишется сценарий для инсценирования сказки по мотивам книги «Рыжий лисенок», подготавливаются костюмы, реквизит, возможно, простые декорации. Проводятся репетиции. Возможно, дети захотят написать свою терапевтическую сказку и инсценировать именно ее.
 5. На шестой неделе организуется и проводится школьная конференция для 7 классов по результатам исследований, в ходе которой ученики параллельных классов получают буклеты, памятки и алгоритмы действий в ситуации буллинга.
Для учеников 5–6 классов показывается театральная постановка антибуллинговой направленности — завершение общего большого проекта. Результаты исследований, сценарий сказки для театра, фотографии спектакля и школьной конференции размещаются на сайте «Круг семьи» <http://sol-family.ucoz.org/>

Приложение

Т. Куриленкова «Рыжий лисенок»

<https://kartaslov.ru/книги/Татьяна Куриленкова Рыжий лисенок Сказкотерапия на каждый день Цикл из 18/1>

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ «СКАЗКА О ЛЯГУШКАХ»

Евсеева А. А.

Целевая аудитория: дети и подростки 10–15 лет.

Ожидаемый эффект:

- привлечение учащихся к участию в мероприятиях, направленных на профилактику буллинга,
- возможность для подростков овладеть определенными поведенческими навыками,
- навык отстаивать свои границы и защищать свое персональное пространство,
- формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и решать жизненные проблемы;
- формирование умения сопереживать окружающим и понимать их,
- развитие творческого потенциала учащихся (сочинение сказок по профилактике буллинга, рисование сказочных сюжетов, разработка и проведение волонтерских занятий).

Время, необходимое на подготовку: от 3 до 7 дней.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: карандаши, краски, бумага А4.

Краткое описание идеи:

У детей и подростков в возрасте от 10 до 15 лет часто возникают проблемы во взаимоотношениях с другими детьми, родителями, педагогами, что выражается в асоциальных формах поведения: буллинге, склонности к правонарушениям и преступлениям. Ребенку необходимо помочь осознать самого себя, свои возможности и недостатки, распознать собственную систему ценностей, целей и установок, способность прогнозировать и контролировать свое поведение. Освоить навыки принятия решений, научить адекватно оценивать проблемные ситуации, находить выход из сложной жизненной ситуации поможет проведение занятий с обучающимися в форме арт-терапии.

Для реализации профилактической работы мы выбрали два вида арт-терапии: сказкотерапию и рисуночную терапию.

Сказкотерапия является инновационным методом в работе с детьми, который позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи. Анализ сказок в доступной и привлекательной форме позволяет осознать и «примерить на себя» различные типы поведения в той или иной ситуации и при этом оценить последствия. Более того, при самостоятельном сочинении сказки ребенок имеет возможность манипулировать сценарием, направлять ход событий в определенном направлении, а значит получать опыт влияния на свое настроение — таким образом формируются навыки самоконтроля.

Другим важнейшим направлением работы является рисуночная терапия, которая нацелена на обучение методам конструктивного взаимодействия, снижение тревожности, нахождение более тесного контакта с ребенком и нейтрализацию

негативной психологической энергии. Рисуночная терапия дает ребенку возможность побыть немного волшебником и нарисовать свой мир, свою страну, где каждый найдет себе друзей и взаимопонимание.

Занятия рисуночной терапией, направленные на профилактику буллинга, приводят к самопознанию, самовоспитанию, повышению уровня жизненной компетентности учащихся. Дети и подростки редко осознают свои психологические проблемы, они еще не умеют выражать свои мысли, зато любят заниматься творчеством. Выбор материала для рисования (карандаши, восковые мелки, акварель, гуашь) и манипуляция им приводит к осознанию проблемы, размышлению над ней и поиску решения.

Приемы и методы работы: сочинение сказок, чтение авторских сказок, алгоритм работы со сказками (беседа, обмен мнениями, вопросы, разъяснения); рисование «кадров сказки», подготовка презентации сказки, просмотр нарисованных сказочных сюжетов, обсуждение.

План подготовки:

| Этап работы Время | С кем проводится | Содержание деятельности |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. 1 этап 1 урок — 45 минут | Учащиеся 7–8 классов, прошедшие обучение по программе «Каждый важен» | Мотивирование учащихся на написание сказки. Написание сказок. Выбор сказок для работы с учащимися 5 классов. |
| 2. 2 этап 1 урок — 45 минут | Учащиеся 7–8 классов, прошедшие обучение по программе «Каждый важен» | Разбивка на команды, распределение и рисование сюжетов сказки. Подготовка презентации на основе сказки. |
| 3. 3 этап 1 урок — 45 минут | Учащиеся 5 классов | Показ готовой презентации (нарисованной сказки) по профилактике буллинга. Рефлексия. |

Подробное описание:

1. 1 этап: план урока

Участники: учащиеся 7–8 классов (15–25 человек).

Продолжительность занятия: 45 минут.

Ведущий: «Наверное, нет человека, который бы не любил сказки. Те из вас, кто не заинтересован в классических вариантах сказочных историй, смотрят боевики, фильмы ужасов, читают детективы, любовные романы и фэнтези. Но что это, если не современные сказки?»

Людам свойственно обмениваться историями. Обмен историями, как и обмен жизненным опытом — естественная форма взаимодействия между людьми. Поэтому многие психологи считают сказкотерапию (о ней мы сегодня и будем говорить) естественной формой общения и передачи опыта, органичной системой воспитания новых поколений. Вам уже 14–15 лет, и жизненного опыта у вас больше, чем у детей 10–11 лет, поэтому предлагаю вам поделиться своими знаниями в сказочной форме.

Как показывает опыт, наилучшее информирование об опасности буллинга среди детей и подростков возможно с помощью рассказа историй, баек и сказок. В таком виде полезная информация не выглядит как нравоучение и не вызывает отрицания. Ведь неспроста существует такая присказка: "Сказка ложь, да в ней намек". Как вы уже поняли, вам предстоит написать сказку по профилактике буллинга».

Участники пишут сказки, которые затем читаются. Из них выбираются наиболее интересные для дальнейшей работы по профилактике буллинга.

2. 2 этап: план урока

Участники: учащиеся 7–8 классов, прошедшие обучение по программе «Каждый важен».

Продолжительность занятия: 45 минут.

Можно проводить на уроке ИЗО по договоренности с учителем.

Ребята читают и обсуждают сказку, предлагает ее нарисовать. Участники разбиваются на мини-группы по 2–3 человека. Разбирают сказку на сюжеты, договариваются, кто и что будет рисовать. Если ребенок не умеет рисовать человека, то ему предлагают рисовать дома, животных, делать фон.

Рисуют сюжеты на листах А4, лучшие работы затем монтируются в презентацию.

3. 3 этап: план урока

Участники: учащиеся 5 классов.

Продолжительность занятия: 45 минут.

Волонтеры из 7–8 классов, прошедшие занятие по программе «Каждый важен», показывают детям сказочную презентацию по профилактике буллинга, по схеме разбирают с ними размышления над сюжетами (Приложение), затем все вместе делают выводы о необходимости жить дружно, рисуют плакаты по прочитанным сказкам и дают советы героям.

Приложение

Сказка и рисунки, созданные учащимися школы

Сказка о лягушках

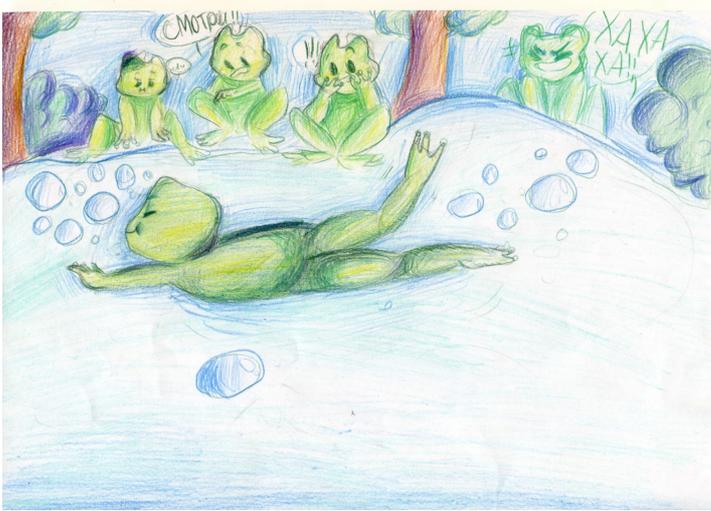
На лугу в высокой траве, недалеко от болота, жили несколько семей лягушек. Они вели уединенный образ жизни. В жаркие летние дни лягушки коротали время в тени кустов, в густой траве, под камнями. Там они сидели и пребывали в легкой неге, а с наступлением сумерек выходили на охоту. Взрослые лягушки добывали себе пищу, а наевшись, пели песни.



Молодые лягушата играли, пытались ловить комаров и мух, учились петь. Лягушонок Марк особенно громко пел, все семейство восхищалось раскатистым пением и пророчило Марку большое звездное будущее.



Лягушонок Серафим отличался от своих собратьев. Он очень любил плавать и нырять в болоте, чем очень раздражал своих соплеменников. Они считали, что нежеже лягушкам, которые появились 300 миллионов лет назад и видели динозавров, бултыхаться в грязном болоте.



Настало время, когда молодым лягушкам пришлось покинуть родительский дом. Лягушонка Марка провожали в далекие страны всем большим семейством, им гордились и восхищались, представляли, как он будет давать концерты на дальних лужайках и полянках.

Над лягушонком Серафимом потешались все в округе, ведь он выбрал профессию водолаза. Его не приглашали в гости, с ним никто не хотел сидеть рядом на кочках, у него не было друзей, когда он просил помощи — ему отказывали.

Однажды в их общине отмечали Великий праздник. Все лягушачье семейство отправилось на торжество, а Серафима не позвали. Серафим сидел в одиночестве и не понимал, почему никто не хочет с ним дружить, что такого в том, что он любит плавать и нырять в болоте и мечтает стать водолазом. Он часто задавался вопросом: «Что со мной не так? Почему я не такой, как все?» И не мог найти ответ на это вопрос.



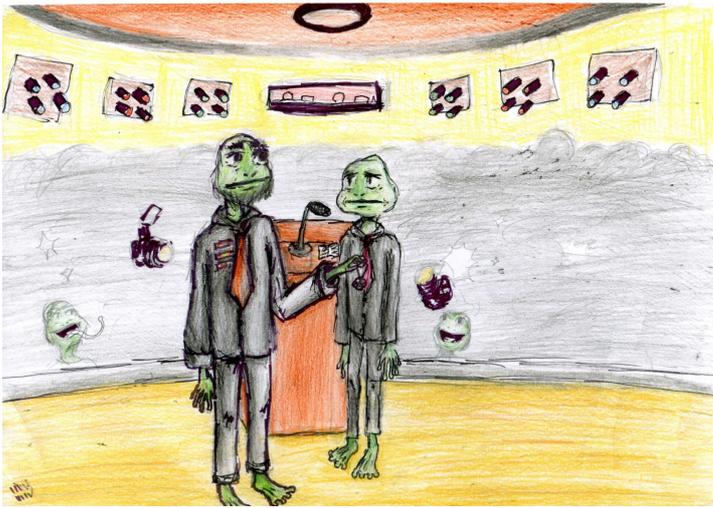
Прошли дни, годы, о лягушонке Марке не было ничего слышно. Еще в первые месяцы, когда он покинул отчий дом, были слышны его громкие песни, но потом все стихло, никто ничего о нем не знал.



Зато Серафим стал известным водолазом, его приглашали в другие болота, озера для возведения плотин, ремонта пробоин, подъема затонувших предметов.



Его даже наградили правительственной наградой за геройский поступок, ведь он спас бобра, который запутался в тине и мог погибнуть. Вскоре лягушонок Серафим набрал лягушат-водолазов и организовал собственную фирму по выполнению работ под водой.



А что же Марк? Поскитавшись по полям, лесам, лужайкам, где было полно таких же громкоголосых лягушек, с одинаковыми песнями, которые никто не хотел слушать, Марк ни с чем вернулся домой.



P.S. Так как профессию Марк не получил, то стал торговать на базаре сушеными комарами.



Схема размышления над сказками и их обсуждение

1. О чем эта сказка? В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки?
2. Почему герой совершает тот или иной поступок? Зачем ему это нужно? Чего он хотел на самом деле?
3. Как герой решает свою проблему? Какой способ решения и поведения он выбирает? Активный или пассивный? Все решает и преодолевает сам или старается передать ответственность другому? В каких ситуациях нашей жизни эффективен каждый способ решения проблем, преодоления трудностей?
4. Что приносят поступки героя окружающим: радость, горе, презрение?
5. Какие чувства вызывает эта сказка? Какие эпизоды вызывали радостные, грустные чувства? Какие ситуации вызывали страх, раздражение? Почему герой реагирует именно так?
6. Случалось ли с вами что-то подобное?
7. Случалось ли вам кого-то обижать?
8. Чему нас учит эта сказка? Как мы будем использовать это знание в своей жизни?

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА «СВЯЗУЮЩИЕ НИТИ»

Епихина Е. Ю.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских и лидерских качеств волонтеров «Школьной службы примирения»;

Б) для целевой аудитории:

- развитие коммуникативных навыков,
- развитие эмпатии,
- сплочение коллектива,
- профилактика буллинга.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: электронная доска, презентация, магнитная доска и магниты по количеству участников (или скотч), небольшие сердечки, фломастеры, клубок ниток, заранее заготовленное письмо (Приложение 3).

Краткое описание идеи:

Руководитель класса или психолог озвучивает содержание игры: в класс должен прийти новенький. Как гостеприимные хозяева, мы хотим, чтобы в нашем классе, ему было уютно и комфортно.

План подготовки:

Старшеклассники с помощью мозгового штурма обсуждают, какие задания могут быть предложены ребятам, прописывают сценарий мероприятия, заготавливают вспомогательный материал: сердечки для каждого ученика, письмо новенького для каждого ученика.

Подробное описание:

1. Правила встречи и введение в тему

Ведущий: «Здравствуй, ребята! Вы сидите в круге, а это значит, что у нас необычное занятие. Давайте вспомним правила, которые мы соблюдаем, работая в круге».

Ребята называют правила: «Не перебиваем», «Уважительно относимся к мнению друг друга», «Высказываемся по очереди», «Мобильные телефоны отдыхают». Данные правила можно записать на доске или на слайде презентации.

Ведущий: «Представьте себе, что в ваш класс приходит новый ученик. Возможно, он приехал из другого города, другой страны или прилетел к нам с другой планеты. Кому-то из вас приходилось быть новеньким? Какие чувства вы испытывали?»

Слово дается пятиклассникам, их ответы могут быть разными: интерес, волнение, тревогу и т. д. Если у школьников не было такого опыта, то ведущий предлагает детям вспомнить момент, когда они шли в первый класс.

Ведущий: «В чем вы нуждались, когда оказывались в такой ситуации? Хотелось почувствовать доброжелательность и/или поддержку от окружающих?»
Ребята отвечают.

2. Упражнение «Приветствие»

Ведущий: «Ребята, представьте, что новенький войдет в класс. Не забывайте, что он очень волнуется. Как вы думаете, как можно поддержать его?»

Ребята отвечают. Возможные варианты: улыбнуться, назвать свое имя, пожать руку, рассказать о себе.

Ведущий просит ребят по кругу, обращаясь к человеку слева от себя, доброжелательно и с улыбкой произнести слова приветствия. На слайде можно вывести подсказки-заготовки (Приложение 1), а участники игры могут использовать их или придумать что-то свое.

Ведущий: «Вам приятно было слышать слова приветствия? Как вы думаете, если человек не понимает нашего языка, удалось ли вам передать, что вы рады его видеть?»

3. Упражнение «Клубок»

В руках у ведущего клубок, вокруг нескольких пальцев намотано немного ниток. Ведущий объясняет правила: каждый из ребят должен произнести имя того, к кому обращается, и назвать какое-то качество, черту характера или какой-то другой признак, который их двоих объединяет. Например: «Катя, я так же, как ты, люблю справедливость». После этого клубок кидается этому участнику. Тот, к кому попал клубок, отматывает часть ниток на руку и обращается к следующему игроку. Например: «Петя, нас с тобой объединяет увлечение брейк-дансом». Клубок должен побывать у всех ребят.

Ведущий: «Ребята, посмотрите, как у нас много общего! Наша путаница символизирует ваши связи, ваши точки соприкосновения, ваши добрые отношения».

4. Упражнение «Самое важное»

Ведущий раздает сердечки, заранее вырезанные из бумаги, и просит ребят написать на них ответ на вопрос: «Что для вас в вашем коллективе самое важное, чем вы дорожите?» Написав, ребята по очереди зачитывают ответы и прикрепляют свои маленькие сердечки магнитами (или скотчем) на доску так, чтобы получилось большое сердце.

5. Упражнение «Послание»

Ведущий: «Ребята! Вам пришло письмо от нашего "новенького". Чтобы прочитать, что он вам написал, воспользуйтесь ключом».



Ведущий раздает каждому листочек с посланием и шифром (Приложение 2).
Можно продублировать на экране. Задача участников — расшифровать послание.

6. Упражнение «Символ единения»

В заключении ведущий предлагает ребятам образовать символ единения.

Ведущий: «Нужно встать. Каждый из вас правой рукой обхватывает себя за запястье, а левой берется за правое запястье соседа. Вы почувствовали, как вы крепко связаны друг с другом? Какую поддержку можете дать и получить от одноклассников? Вы — сила добра».

Приложение 1

Слова приветствия
(можно вывести на слайд презентации)

Привет!
Добрый день!
Доброе утро!
Добрый вечер!
Здравствуй!
Здравствуйте!
Приветствую!
Прими мои приветствия!
Рад видеть тебя!
Доброго здоровья!
Заходи, будь как дома!
Рад познакомиться!
Как здорово, что теперь ты с нами!

Приложение 2

КЛЮЧ к шифру:

| | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| а | б | в | г | д | е | ё | ж | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |
| з | и | й | к | л | м | н | о | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |
| п | р | с | т | у | ф | х | ц | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |
| ч | ш | щ | ь | ы | ъ | э | ю | я |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Целевая аудитория: учащиеся 5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- опыт наставничества,
- создание благоприятного психологического климата в классе,
- опыт взаимодействия в команде,
- воспитание сплоченного, дружного коллектива;

Б) для целевой аудитории:

- развитие познавательной, спортивной и творческой активности класса,
- воспитание доброжелательного отношения друг к другу,
- изменение отношения к своим одноклассникам,
- позитивное настроение от урока / нахождения в школе.

Время, необходимое на подготовку: 2 дня.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: игровые спортивные конусы, два стула, листы картона А4, фломастеры, заготовленные карточки учителя, канат; две скакалки, два баскетбольных мяча.

Краткое описание идеи:

Мероприятие проводится на уроке физической культуры в спортивном зале учениками старших классов (10–11 классы) или учениками волонтерского отряда школы (14+). Учитель физической культуры также находится в зале.

Класс делится на две команды для проведения эстафет (в данной программе рассмотрены основные 5, их может быть больше). Эстафеты включают разные задания, при выполнении которых работают все ученики.

Эстафета — важное средство самовыражения, проба своих сил. Эстафета позволяет лучше узнать друг друга, характер одноклассника, привычки приятелей, организаторские способности, творческие возможности, помогает установить более тесные контакты с друзьями и с теми, с кем дружба еще не заладилась. Эстафеты очень нравятся детям любого возраста. В зависимости от класса их можно делать сложнее или проще по двигательной активности и вопросам.

План подготовки:

1. Подростки-организаторы заранее прописывают план мероприятия — это краткий сценарий с описанием каждой эстафеты. Необходимо подготовить вопросы и ответы (интересные ответы, необычные, веселые, заумные и не очень, простые для объяснения с учетом возраста) для ребят на темы, которые будут озвучиваться в эстафетах.

К примеру:

- Что такое мотивация?
- Как приободрить/ поддержать друга, когда ему плохо?
- Кто такой друг?
- Что такое дружба?

- Кто такой враг?
- Что такое команда, коллектив?
- Что такое боль и обида?
- Что такое помощь? А как вы помогаете?

и др.

2. За неделю до намеченного мероприятия (урока) организаторы должны подготовить описание эстафет, все возможные вопросы и ответы; согласовать, получив дополнительную консультацию у учителя физической культуры и у классного руководителя (школьного психолога, социально-психологической службы).
3. Сообщить руководителю класса о проведении мероприятия (возможно, будет целая ветвь уроков, где старшеклассники проводят мероприятия на уроках ИЗО, музыки, литературы и др.). По практике, спортивные эстафеты часто проводятся на уроках физической культуры, но именно в этих эстафетах будет сделан дополнительный акцент на обсуждение темы дружбы.
4. Подготовить необходимый инвентарь и нужные предметы за день до мероприятия.

Важно, чтобы после окончания эстафет ребята ушли спокойными, в хорошем настроении, со сниженным эмоциональным фоном (без перевозбуждения).

Закрепить впечатления и выводы после мероприятия поможет сохранение выполненных заданий-рисунков на настенных досках, которыми оформляется уголок у классного руководителя.

Подробное описание:

1. Эстафета № 1 («Угадай слово»)
 - Каждая команда становится за спортивным конусом друг за другом в колонну (к примеру, 24 человек в классе — это две команды по 12 человек). В другой части зала располагаются два стула, на каждом стуле лежит лист бумаги и фломастер. Пока старшеклассник устанавливает стулья и готовит другой инвентарь, командам дается указание выбрать капитана и придумать название команды.
 - Старшеклассник держит в руках две карточки, на каждой из которых с одной стороны написано слово «дружба». Ученики не видят надписи. Ведущий предлагает капитану каждой команды выбрать одну из карточек. Только старшеклассник знает, что на карточках написано одно и то же слово.
 - Старшеклассник сообщает задачу эстафеты — изобразить на листе бумаги слово с выбранной карточки, выполняя на скорость беговую эстафету. По окончании каждая команда должна угадать слово, нарисованное другой командой.
 - Капитаны собирают свою команду в круг и сообщают слово с карточки так, чтобы другая команда не услышала. Команда обсуждает, с помощью каких образов и элементов его нарисовать (дерево, дом, велосипед, школа, мяч, человечки и т. п.). Участники должны договориться, что рисует каждый, чтобы не получилось, что кто-то подбежал к стулу и уже около него начал думать, что рисовать. Должна быть сплоченная работа.
 - Каждому члену команды необходимо добежать до стула, нарисовать свой элемент, вернуться в команду и передать эстафету путем хлопка по ладони.

Один игрок рисует только один элемент. В итоге получается столько элементов, сколько участников в команде.

- По окончании эстафеты старшеклассники забирают листы с рисунками со стульев и передают их соседним командам. Задача ребят — за 2 минуты угадать, какое слово изображено на рисунках.
- Ребята совещаются и возвращаются со своей версией ответов. Ответы могут быть разными. Поскольку рисунки нарисованы на скорости, есть большая вероятность, что изображения вызовут улыбку и удивление всех.
- Старшеклассники проговаривают с ребятами вопросы: что такое дружба, кто такой друг, могут ли друзья обижать друг друга, как извиниться, как заступиться и т. д.

2. Эстафета № 2 («Угадай слово»)

Повторение эстафеты № 1, но теперь слова на карточках — «обида», «помощь», «боль» и другие. Можно предложить ребятам самостоятельно придумать слово на заданную старшеклассниками тему. Капитан сообщает это слово команде.

Изобразить рисунком слова непросто. Это вызовет сплоченное командное обсуждение, совместную работу и распределение ролей по элементам рисунка.

3. Эстафета № 3 («Канат»)

Перетягивание каната — веселая забава, известная с древнерусских времен. Здесь ребята смогут продемонстрировать силу, настрой, волю к победе и общий командный дух.

Старшеклассник, проводящий эстафету, перед началом перетягивания сообщает ученикам, что каждый из них по очереди (по цепочке) должен выкрикивать мотивационные слова (с первого и до последнего ученика), например:

- Ты самый сильный / Мы самые сильные!
- Мы команда! Мы лучшие!
- Мы дружные! Мы самые дружные!
- Мы лучший класс!
- Мы пушка! (сленг тинейджеров)

и другие позитивные реплики-кричалки.

Можно устроить 2–3 раунда перетягиваний.

4. Эстафета № 4 («Сороконожка»)

- Каждой команде выдается скакалка. На противоположной стороне зала установлены конусы.
- Команды строятся в колонны. Все ученики слева берут скакалку правой рукой, все ученики справа берут скакалку левой рукой.
- Все ученики встают на одну из ног (кому как удобно — правую или левую).
- Задача эстафеты — всем вместе, прыгая на одной ноге и не роняя скакалку, допрыгать до конусов, а затем таким же образом вернуться обратно на свои места.
- Старшеклассник проговаривает, что у сороконожки все ноги двигаются в один лад, а передвигается она за счет слаженного взаимодействия всех лапок. Лапки не ругаются друг с другом, не заплетаются, иначе не будет результата.

- После прохождения эстафеты старшеклассник обсуждает с ребятами, как они прошли испытание и были ли похожи на сороконожку. При необходимости можно предложить командам попробовать пройти эстафету еще раз.

5. Эстафета № 5 («Переправа-друг»)

- Каждой команде выдается баскетбольный мяч. На противоположной стороне зала установлены конусы.
- Команды строятся в колонны.
- Задача эстафеты — всей командой переправиться на противоположную часть зала.
- Первый игрок от команды передвигается бегом с дриблингом мяча (ведение баскетбольного мяча в движении), останавливается у конуса и со словами «Лови мяч, друг!» бросает мяч с отскоком от пола следующему участнику. Второй игрок ловит мяч и так же, как первый, осуществляет ведение мяча до конуса, а затем переброс со словами «Лови мяч, друг!».
- Все эти действия повторяет каждый участник до последнего.
- Старшеклассник дружелюбно спрашивает команды: «Так-так, кто первый переправил своих друзей?»

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ «Я ВПРАВЕ?!»

Имаева И. С.

Целевая аудитория: учащиеся 6 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- содействие формированию конструктивной социальной активности,
- содействие формированию осознанного отношения к явлениям травли в детском коллективе;

Б) для целевой аудитории:

- содействие осознанию каждым участником своей роли в групповом процессе класса,
- -формирование конструктивного группового поведения,
- -создание условий для раскрытия личностной и социальной значимости дружбы и товарищества в классном коллективе.

Время, необходимое на подготовку: 1 час.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: мультимедийная система, карточки с инструкциями, флипчарт или доска с рисунком дерева, листочки для рефлексии, листы для буклетов, фломастеры, карандаши.

Краткое описание идеи:

Занятие состоит из мини-лекции, игры «Динозавринг», просмотра видеофрагмента «Травле — нет!», обсуждения и разработки буклетов, презентации буклетов и рефлексии занятия.

Подробное описание:

1. Введение

Ведущий: «Добрый день. Сегодня мы собрались, чтобы обсудить проблему, сформулированную следующим образом: «Я вправе?!». Задумывались ли вы когда-нибудь, откуда берутся и из чего рождаются права и обязанности?»

Права человека выражены в основном законе государства и международных соглашениях. Права дают человеку возможность получать материальные, духовные и иные блага, в том числе защищенность и безопасность.

Наш интерактив осуществляется при информационной поддержке телерадиокомпании. По итогам занятия будут изданы буклеты-рекомендации».

Ведущий озвучивает, что к участию в занятии приглашены эксперты:

- психолог — координатор занятия,
- модераторы (сами ведущие, ученики 8 класса),
- инспектор отдела по делам несовершеннолетних (в его роли — ученик 8 класса),
- медиатор школьной службы примирения (в его роли — ученик 8 класса),

- редактора телерадиокомпании, идейный вдохновитель школьных проектов (в его роли — ученик 8 класса),
- представитель родительской общественности (в его роли — ученик 8 класса).

Также ведущий кратко представляет участников — учеников 6 класса и всех равнодушных к проблеме буллинга.

Ведущий объявляет, что в программе занятия:

- вступительное слово модераторов,
- представление участников-динозавриков,
- обсуждение, ответы на вопросы,
- выполнение заданий,
- показ и обсуждение мультфильма «Травле — НЕТ!»,
- изготовление авторских буклетов-рекомендаций по мотивам мультфильма,
- высказывание мнений и пожеланий.

Перед тем как перейти к обсуждению вопросов, ведущий предлагает познакомиться с правилами и регламентом:

- 1 правило: Соблюдать принцип доброжелательного отношения к собеседнику.
- 2 правило: Когда один говорит — другой должен слушать.
- 3 правило: Обсуждать мнение, а не личность выступающего.
- 4 правило: Говорить нужно от своего имени и свое мнение.
- 5 правило: Соблюдать регламент — не более 2 минут выступающему.

2. Мини-лекция

Ведущий: «Примерно 40 лет назад в научной литературе появился термин "буллинг", обозначающий систематические длительные сознательные издевательства над другими. Буллинг — английское слово, которое переводится как "травля" или "задирать". Травля — это нарушение прав человека, это всегда насилие, это не шутка. Шутка — это когда смешно всем. Травля — это когда объекту шуток не хорошо и не весело. Плюс это ситуация, когда конфликты или ссоры происходят систематически. Одним словом, буллинг — это болезнь группы. В травле следует отличать агрессора и жертву. Кроме жертвы и агрессора (того, кто травит) есть еще огромная масса одноклассников, которые вроде как ничего не делают. И среди них есть те, кто хотел бы травить, но боится наказания, те, кто сочувствует жертве, но боится вступить, и те, кто равнодушен и наблюдает со стороны. Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей. Последствия травли крайне опасны как для жертвы, так и для класса».

Затем ведущий предоставляет слово ученику, играющему роль инспектора по делам несовершеннолетних, и просит его рассказать об уголовной ответственности за такое преступление. Тот выступает.

Ведущий: «Специалисты сегодня говорят о том, что буллинг не любит гласности. Я с этим абсолютно согласен(на). Замалчивание — это самое страшное, что может произойти, причем как в детском, так и во взрослом коллективе. Я приглашаю всех к обсуждению, приглашаю не просто к диалогу, а к совместному, скажем так, написанию рецептов, как предотвратить и преодолеть буллинг».

3. Игра «Динозавринг»

Разговор про буллинг всегда очень тяжелый, поэтому мы воспользовались проверенным способом, который называется «динозавринг». Эти динозавры выручали нас уже много раз. Шестиклассники делятся на три команды. Каждая команда представляет собой команду динозавриков.

В каждой команде есть спикер — тот человек, который выступает с общекомандным решением, то есть озвучивает ответ команды. Ведущий приглашает спикеров к столу. В центре стола стоит ваза с предложенными ситуациями. Ведущий предлагает по очереди достать листочек и зачитать своей команде, далее — обсудить и подготовить ответ. На подготовку дается 5 минут, после чего спикер от команды комментирует предложенную ситуацию.

Ситуация:

В класс динозавров приходит новый динозавр Сило, и через неделю весь класс начинает травить... нет, не его. А самого маленького динозаврика — Дино.

Вопрос 1 команде: Почему? Как так получилось, что класс, который до этого был спокойным, вдруг начинает травлю?

Вопрос 2 команде: Как и зачем Сило это делает?

Вопрос 3 команде: Как остановить травлю динозаврика Дино?

После обсуждения в командах ведущий от имени телерадиокомпании приглашает спикеров к микрофону. Ребята по очереди отвечают на вопросы.

Ведущий: «Спасибо командам за ответы. Просим экспертов — медиатора и педагога-психолога — прокомментировать услышанное, насколько правильно и полно ребята дали ответ».

4. Просмотр видеофрагмента «Травле — нет!»

После того как участники услышали экспертное заключение, ведущий предлагает посмотреть видеоматериал — мультфильм «Травле — нет!».

5. Обсуждение и разработка буклетов

Ведущий: «Уважаемые участники, команды динозавриков! Вы просмотрели мультфильм "Травле — нет!". Мы предлагаем изготовить авторские буклеты-рекомендации по мотивам мультфильма. Для этого перед вами лежат листы бумаги и фломастеры.

Что необходимо для создания буклета?

- Решите, что вы хотите сказать в своем буклете: определите основную идею, содержание, структуру.
- Определите целевую аудиторию. Для кого создается буклет и кто будет его читать?
- Подберите материал для содержательной части буклета. Проиллюстрируйте информацию рисунками, схемами.
- Продумайте оформление буклета.
- Создайте шаблон буклета, выберите фон.
- Поместите в буклет имеющуюся информацию и иллюстрации.
- Внимательно проверьте, содержит ли буклет какие-то ошибки.

- Не забудьте подписать буклет.

6. Презентация буклетов

После подготовки буклетов ведущий приглашает спикеров презентовать работу своих команд.

Затем ведущий резюмирует итог «круглого стола»: «Сегодня каждый в обществе должен четко понимать, что самая лучшая защита от зла обеспечена в том обществе, где людьми исполняются действующие права и законы».

Слово предоставляется ученику в роли представителя родительской общественности. Предлагается рассказать, как бы он оценил роль таких буклетов и какие пожелания высказал бы детям. Исполнитель этой роли может завершить свое выступление примерно следующим: «Каждый из нас понимает, что опора государства — его законы, а опора человека — законы его совести. Наступят времена, когда законом государства станет любовь к человеку, а преступлением — равнодушие человека».

7. Рефлексия

Ведущие предлагают ребятам подумать, что можно было бы предложить или пожелать своему классу и товарищам, как сделать так, чтобы в коллективе не появился буллинг, что стоит делать, а что нельзя. Пожелания и предложения записываются на листочек и прикрепляются на доску, где нарисовано дерево класса.

В завершение ведущий благодарит всех участников интерактива «Я в праве?!» и желает ребятам мира, поддержки и согласия в классе.

ОНЛАЙН-ЗАНЯТИЕ «КАК ИЗМЕНИТЬ МИР К ЛУЧШЕМУ»

Карловская Н. П.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- навык коммуникации,
- закрепление позиции «неравнодушного свидетеля»;

Б) для целевой аудитории:

- сплочение классного коллектива,
- нравственное развитие учащихся,
- профилактика возникновения буллинга.

Время, необходимое на подготовку: 1 час.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: платформа для веб-конференций (например, Zoom), стабильный доступ в интернет, а также одно из перечисленных устройств: компьютер, ноутбук, планшет, смартфон, моноблок.

Краткое описание идеи:

Учащиеся старших классов проводят практико-ориентированное онлайн-занятие с младшими подростками, предлагая им свой опыт конструктивного поведения в ситуации «свидетель буллинга».

План подготовки:

1. Выбор ведущих — двоих учеников 10–11 классов. Единственный критерий выбора ведущих — мотивированность ученика.
2. Обсуждение с ведущими цели мероприятия.
3. Разработка плана-конспекта онлайн-занятия.
4. Выбор дистанционных средств для проведения мероприятия.

Подготовка к мероприятию должна начинаться не менее чем за две недели для проведения. Обсуждение с ведущими возможно в дистанционном формате. Важно: учащиеся не проводят занятие по готовому конспекту педагога. Разработка конспекта осуществляется совместно. Во время проведения занятия педагог негласно присутствует, готовый помочь ведущим в сложных ситуациях.

Подробное описание:

1. Приветствие

Ведущие: «Привет, ребята! Сегодня с вами [Олег] и [Ирина]! Мы подготовили для вас интересное занятие. Но прежде чем мы начнем, наши правила:

- Отключите свои микрофоны. Когда вы захотите что-то сказать, вы их включите.
- Включите свою камеру — здорово, когда все друг друга видят!

- Активно включайтесь в обсуждения — так вы быстрее научитесь чему-то новому.
- Будьте вежливы друг с другом».

Правила можно написать на доске конференции или вывести в презентации в формате картинок.

Ведущие: «Наше занятие называется "Как изменить мир к лучшему", а почему именно так — вы узнаете позже».

2. Вступление

Ведущие: «А пока начнем с простого: вы — ученики одного класса. Вспомним уроки русского языка: подберите синонимы к слову "класс"».

Ведущие подбадривают и мотивируют учащихся на проявление активности. Высказывания записываются на общем экране.

Возможные варианты ответов:

Коллектив — группа лиц, объединенных какой-либо общей деятельностью, работой, учебной, решением определенной общественной задачи.

Сообщество — группа людей, имеющих общие интересы.

Группа — небольшое объединение людей, которые обязательно контактируют непосредственно, все знают друг друга.

Ведущие: «Спасибо! У всех этих слов очень похожие значения: объединение людей по общим интересам, ценностям, целям. А какие ценности важны для вашего классного сообщества?»

Ученики отвечают. Ведущие обобщают высказывания, подводя первый итог.

Ведущие: «Отлично! Нам нравится, что вы отмечаете там много хороших качеств дружного, сплоченного коллектива. Мы сейчас услышали, что есть и не очень приятные моменты в жизни вашего класса (кто-то дерется, шумит на уроках и др.). Может быть, после нашего занятия поведение ваших одноклассников изменится. Мы в это верим!»

3. Основная часть

Ведущие: «Для каждого коллектива, сообщества, группы важно не только стремление к общей цели, выполнение схожих задач, общение, но и чувство психологической безопасности. Вы приходите в школу, вместе учитесь, участвуете в мероприятиях, у вас в классе есть друзья, есть ребята, с которыми вы просто общаетесь по школьным вопросам. Отношения в классе могут быть разными. Вы можете чувствовать себя случайными встречными — "мне все равно, что происходит с моими одноклассниками. Или вы можете поддержать друг друга в трудной ситуации. Способны ли вы помочь друг другу? Можно ли почувствовать поддержку от одноклассников в вашем коллективе?»

Иногда в школе мы можем стать свидетелями очень неприятных ситуаций, когда кого-то из наших одноклассников обижают, дразнят, доводят. Давайте попробуем разобрать несколько ситуаций и найдем способы реагирования!

Сейчас мы распределим вас по чат-комнатам, в которых вам будет предложена проблемная ситуация. Ваша задача — в течение 10 минут обсудить ситуацию, дать ответы на предложенные вопросы. По окончании времени вы вернетесь в общий конференц-зал, и спикер от каждой команды представит результат работы».

Проблемные ситуации:

Ситуация 1. В школьном коридоре ты видишь, как к твоему однокласснику подошел ученик из другого класса. Ты не знаешь, о чем они говорят, но тебе кажется, что поведение ученика вызывающее, а твоему однокласснику явно неприятен разговор. Эту ситуацию ты видишь не в первый раз, и каждый раз твой одноклассник расстроен и даже напуган.

Ситуация 2. В вашем классном чате девочки выложили неудачную фотографию одноклассницы, обсмеивают ее, пишут оскорбительные комментарии. Одноклассница просит прекратить, но это только распаляет обидчиц.

Ситуация 3. В школьном коридоре ты видишь, как твой одноклассник подошел к ученику из другого класса. Ты не знаешь, о чем они говорят, но тебе кажется, что поведение одноклассника вызывающее, а его оппоненту явно неприятен разговор. Эту ситуацию ты видишь не в первый раз, и каждый раз думаешь: «Опять он кого-то достает».

Ситуация 4. Во время урока учитель нашел себе «виноватого во всех бедах» и теперь весь урок делает едкие замечания твоему однокласснику. Тебе кажется, что комментарии педагога не просто несправедливы, но уже стали оскорбительными.

Вопросы к проблемным ситуациям:

- Как ты поймешь, что это конфликтная ситуация? Назови вербальные и невербальные признаки.
- Можешь ли ты повлиять на эту ситуацию?
- Если ты свидетель этой ситуации, что конкретно можно сделать, чтобы ситуацию прекратить?

Примеры ответов к вопросу 3:

- *Переключить внимание обидчика: «Дай мне домашку переписать».*
- *Увести жертву: «Тебя там Марьяванна зовет».*
- *Осудить обидчика: «Ты неправ».*
- *Позвать помощь — учителя, других ребят.*

После выступления каждой из команд подводятся итоги, отмечаются сильные стороны в ответе, предлагаются дополнения в поиске решений.

4. Завершение занятия

Ведущие: «Почему же для классного сообщества так важно вмешательство в подобные конфликтные ситуации? Что это дает всему классу и каждому ученику в классе? Да, это чувство единства, защиты, спокойствия и надежности. Это воспитание самого себя и своих одноклассников. Воспитание уверенности в себе, смелости противостоять трудностям. Помните тему занятия — "как изменить мир к лучшему"? Чтобы изменить мир к лучшему, измените себя в лучшую сторону!

Ребята, мы надеемся, что наше занятие помогло вам понять важность равнодушия к чужой беде. Если вам нужна будет помощь в поиске решений подобных ситуаций, вы всегда можете обратиться в Совет старшеклассников.

А сейчас отметьте в чате смайликами — было ли вам интересно, получили вы полезную для себя информацию. Всем спасибо и до новых встреч!»

ИНТЕРАКТИВНАЯ БЕСЕДА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕАТРАЛИЗОВАННОЙ ИМПРОВИЗАЦИИ «ГАДКИЙ УТЕНОК, ИЛИ КАЖДЫЙ ВАЖЕН»

Карпович А. А.

Целевая аудитория: учащиеся 2 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (7 класс):

- расширение представлений о проблеме буллинга,
- развитие и формирование самостоятельности и компетентности в проведении профилактических мероприятий,
- оптимизация межличностных и межгрупповых отношений,
- снижение агрессии и враждебных реакций подростков,
- содействие улучшению социального самочувствия,
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими;

Б) для целевой аудитории:

- оптимизация межличностных и межгрупповых отношений,
- снижение агрессии детей младшего школьного возраста,
- содействие улучшению социального самочувствия,
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими,
- формирование навыка конструктивного реагирования в конфликте.

Время, необходимое на подготовку: 4 дня.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: элементы костюмов «гадкого утенка», куриц, уток, гусей, музыкальная подборка (шествие утят, на птичьем дворе, одиночество «утенка», полет лебедя).

Краткое описание идеи:

Мероприятие проводят учащиеся 7 класса для второклассников. Предлагается разыграть известную сказку «Гадкий утенок». Второклассники выбирают себе маски различных домашних птиц. Театрализация происходит произвольно. Ведущие читают короткий сюжет сказки, а дети изображают поведение птиц. Помочь раскрыть эмоциональное состояние должна правильно подобранная звучащая музыка. В конце инсценировки предлагается обсудить с детьми поведение птиц и их отношение к утенку с некрасивой внешностью. В конце выяснить, бывает ли подобное явление среди людей и как относятся к этому участники мероприятия.

План подготовки:

1. Набор команды семиклассников для подготовки мероприятия по принципу «Кто желает провести мероприятие у второклассников?»
2. Предварительная беседа с командой активистов:
 - Что вам известно о буллинге?
 - Можно ли его предотвратить?
 - Как, какими способами это можно сделать?
 - Можно ли, играя с маленькими детьми, научить их уважительно относиться к другим, дружить?

- Какие вам известны художественные произведения, в которых сюжет напоминает явление «буллинг»?
 - Какие из этих произведений будут понятны детям 8–9 лет?
3. Первая встреча: выбор сказки для мероприятия («Гадкий утенок»).
 4. Вторая встреча: написание детьми короткого литературного сюжета по сказке для инсценировки.
 5. Третья встреча: подготовка детьми масок домашних птиц (можно по шаблонам из бумаги).
 6. Четвертая встреча: подбор музыкальных произведений, подходящих действиям «шествие утят», «птицы на птичьем дворе», «одиночество утенка», «полет лебедя».

Подробное описание:

1. Вводная часть

Ведущие: «Здравствуй, ребята. Есть ли среди вас любители сказок? А какие сказки ваши любимые? Почему вам нравятся эти сказки? Как вы думаете, а зачем детям читать сказки, ведь это вымысел, неправда?»
Второклассники отвечают.

Ведущие: «Зачем детям сказки? Вопрос, конечно, интересный. Есть подозрение, что сказки нужны всем, даже взрослым, ведь сказка — это приглашение окунуться в иной мир, встретиться с интересными персонажами, успеть полюбить положительных героев и испытать негодование к отрицательным. Сказка тем прекраснее, чем интереснее и добрее у нее конец. Ведь и в жизни добро всегда побеждает зло, плохие поступки наказуемы. Сказка учит, что никогда не нужно опускать руки перед возникшими трудностями в жизни».

2. Разыгрывание сказки

Ведущие: «Давайте сегодня не просто послушаем сказку, а попытаемся разыграть ее. Это будет поучительная сказка "Гадкий утенок". Выберите себе любые маски. Желающих может быть сколько угодно, но должны остаться зрители».

Второклассники в соответствии с выбранными героями играют роли, выполняют предлагаемые ведущими действия. По ходу театрализации включается музыка. Инсценировка должна занять не более 7–10 минут. Главное — отразить сцену любви и заботы утки об ее птенцах, агрессию и ненависть птиц к утенку, одиночество и обиду утенка, его красивый полет и удивление птиц.

3. Обсуждение

По окончании инсценировки нужно поблагодарить всех детей, отметить их артистические способности и перейти к обсуждению по вопросам.

Вопросы:

- Была ли утка-мать рада своим детям? Как она проявляла любовь и заботу о них?
- Почему остальным птицам не понравился утенок?
- Как другие птицы вели себя по отношению к утенку?

- Что чувствовал обиженный малыш?
- Почему он стал одиноким?
- Как он превратился в прекрасного лебедя?
- Как вам кажется, птицы действительно были лучше «гадкого утенка»?
- Было ли у птиц право издеваться над тем, кто не такой, как все?
- Бывает ли такое среди людей?
- Случалось ли подобное в вашем классе?
- Как нужно относиться к людям?

Ведущие: «Главное, что нужно запомнить: у людей нет права обижать других людей словами и действиями. Все люди разные. Каждый имеет право быть самим собой. Каждый важен».

4. Завершение

В завершение мероприятия все присутствующие исполняют «Танец маленьких утят».

КЛАССНЫЙ ЧАС «ДОРОГА К ПРИЯТНОМУ ОБЩЕНИЮ»

Касаткина М. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- повышение качества знаний по теме «Буллинг»,
- осознание старшими ответственности за младших,
- возможность ощутить себя полезным для младших ребят, попавших в ситуацию травли;

Б) для всех участников:

- профилактика буллинга,
- раскрытие возможностей каждого,
- анализ своего отношения к проблемам других,
- формирование навыков конструктивного общения,
- оптимизация межличностных отношений.

Время, необходимое на подготовку: 1 час.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: карточки с ситуациями, ватман, цветные маркеры.

Краткое описание идеи:

Проведение мероприятия с целью создания условий, в которых дети могут попробовать себя в разных ситуациях и проанализировать возможные варианты помощи другим. Данное мероприятие проводит группа учащихся 10–11 классов.

План подготовки:

1. Провести с ведущими подготовительную работу. Желательно, чтобы сценарии конфликтных ситуаций продумывали сами ребята: они могут вспоминать неприятные ситуации из жизни. Также педагог должен проговорить с ведущими, как они должны себя вести, потренироваться с ними в анализе конфликта и проанализировать возможные неудачи.
2. Распечатать карточки с конфликтными ситуациями.
3. Составить вопросы по анализу ситуаций.

Подробное описание:

1. Организационный момент

Ведущий: «Здравствуйте, ребята! Тема нашей встречи — "Дорога к приятному общению". А как вы думаете, с чего можно начать приятное общение?»
Дети отвечают: «С улыбки», «С рукопожатия» и т. д.

Ведущий: «Давайте постараемся, чтобы наше занятие тоже было приятным. Начнем с улыбки, которую каждый из вас должен подарить соседу».
Дети сидят в кругу и улыбаются соседям.

Ведущий: «Ребята, для того чтобы наше занятие было интересным и приятным, вам необходимо соблюдать правила поведения:

- говорить можно, только если ведущий дал слово,
- не смеяться над ответами других.

Давайте проголосуем, принимаем мы такие правила или нет. По большинству поднятых рук сделаем вывод!»

2. Разминка. Упражнение «Приятное общение»

Слово «Общение» написано на ватмане, который висит на доске. К каждой букве этого слова нужно подобрать слово, которое способствует общению. Дети пишут, используя цветные маркеры.

3. Основная часть

Ведущий: «Во взаимодействии человек зачастую оказывается в разных ситуациях. Его могут похвалить, порадовать, развеселить или наоборот, обидеть, огорчить. Каждый хоть раз в жизни испытывал на себе и радость, и обиду от поступков другого человека. Прав(а) я? Давайте попробуем побыть актерами, которым необходимо импровизировать. Основное ваше правило — чтобы сложные ситуации, предложенные вам, закончились хорошо, чтобы не осталось обиженных. Для этого нам надо создать три группы. Каждая группа выбирает карточку, в которой уже прописан сюжет ситуации (Приложение). В группе с помощью жребия решите, кто какую роль будет исполнять. Когда каждый продумает свою роль, перейдем к игре».

После непродолжительной подготовки (8 минут) ведущий предлагает перейти к разыгрыванию ситуаций. Группы на время выступления прекращают подготовку и внимательно следят за ситуациями, которые разыгрывают другие. Если хотят, по окончании могут задать вопросы. Каждая ситуация разыгрывается 5–7 минут, обсуждение длится 2–3 минуты.

У ведущего заранее подготовлены вопросы, которые он может задать, если ребята недостаточно активно включаются в анализ (Приложение), но давать их в руки ребятам не надо.

4. Подведение итога

Ведущий задает вопросы:

- Понравилось ли вам быть актерами?
- Какие роли даются сложнее?
- Хотелось бы вам в реальной жизни помочь другому человеку?

Приложение

Ситуация № 1

Обычный школьный день. Все ученики готовились к первому уроку. Самым последним в этот день в класс пришел Витя. Всем было ясно, что с ним что-то произошло по дороге в школу, потому что его рюкзак был весь грязный и мокрый. Мальчик сел за свою парту, ни слова не говоря. Одноклассник Коля стал над ним смеяться...

Роли:

Витя

Коля

Одноклассники (в зависимости от состава группы)

Вопросы для анализа:

1. Почему жалко Витю?
2. Почему Коля не прав?
3. Какие есть идеи, почему его рюкзак грязный?

Ситуация № 2

В этот школьный день все готовились к празднику, который должен был состояться после уроков. У всех было хорошее настроение. Две самые активные девочки класса разбаловались и в шутку стали драться учебниками. Конечно, такая шутка привела к серьезным последствиям — разорвался учебник. Одна из девочек, недолго думая, схватила учебник со стола самого тихого мальчика Вани и отдала подруге. Подмену увидели все, кроме самого Вани...

Роли:

Первая девочка

Вторая девочка

Ваня

Одноклассники (в зависимости от состава группы)

Вопросы для анализа:

1. Какие еще были варианты помощи Ване?
2. Нравится ли вам поступок девочки?
3. Если бы Ване никто не помог, что было бы тогда?

Ситуация № 3

Оля всегда становилась объектом шуток группы одноклассников. Ей было очень сложно справляться с этим, потому что смеялись над тем, что она точно никак не могла исправить: это порванный одноклассниками пенал в начале дня, это тройка за очень сложную работу, это заикание при разговоре с подругами и многое другое. И вот опять день начался с очередного упрека от одноклассника Андрея по поводу ее просьбы поделиться красками перед уроком ИЗО...

Роли:

Оля

Андрей

Одноклассники (в зависимости от состава группы)

Вопросы для анализа:

1. Что чувствует человек, над которым постоянно смеются?
2. Стоит ли упрекать одноклассника за то, что он забыл что-то?
3. Чем можно помочь Оле?

ИГРА-ТРЕНИНГ «КОРАБЛЕКРУШЕНИЕ»

Кисеева А. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–9 классов (для одной игры-тренинга рекомендуется размер группы 10–15 человек).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (учащихся 10–11 классов, прошедших обучение по антибуллинговой программе «Каждый важен»):

- развитие организаторских навыков,
- развитие умения наблюдать за взаимодействием аудитории,
- развитие умения сопереживать участникам и проводить рефлексию произошедшего;

Б) для целевой аудитории:

- проживание участниками разных эмоций,
- возможность побыть в разных ролевых позициях с точки зрения получаемой помощи,
- развитие навыка говорить «нет», что важно для отстаивания своих границ.

Время, необходимое на подготовку: 2–3 часа.

Время, необходимое на проведение: от 30 минут до 1 часа в зависимости от размера аудитории.

Вспомогательные материалы: пространство в аудитории для перемещения участников; стулья в количестве участников и организаторов, которые можно расставить по кругу; музыка и устройство для воспроизведения звука; раздаточные листы; ручки; нарисованные лодки, вырезанные из картона или ватмана; импровизированные шляпы капитанов.

Краткое описание идеи:

Организаторы рассказывают, что бывают разные ситуации, когда нам нужна помощь взрослого, но мы не просим ее. А если долго набирались смелости и попросили один раз, то можно наткнуться на отказ, ведь у взрослых миллион дел на дню, и они правда бывают очень загружены. После отказа или игнорирования со стороны близкого взрослого дети часто прекращают попытки просить помощи. Важно научиться настойчиво просить помощь, а не закрываться со своими проблемами. Просить так долго, пока ее не окажут.

Далее участники проигрывают ситуацию, когда нужно просить помощи у троих «капитанов», которым, в свою очередь, дана инструкция, в каких случаях можно оказать помощь, а в каких — отказываться. На примере игры дети учатся принимать отказ и настойчиво просить помощь, пока ее не окажут. После игры проходит общая рефлексия, на которой каждому важно проговорить, какие эмоции и чувства он испытал.

План подготовки:

1. Подготовить просторную аудиторию с достаточным количеством стульев и возможностью расставить их по кругу.
2. Вырезать из картона или бумаги очертания лодок (3 шт.).

3. Подготовить три шляпы капитанов (могут быть любыми: импровизированными, бумажными и т. п.).
4. Приготовить раздаточные листы с инфографикой по признакам буллинга и шаблоном-заготовкой для прописывания трех имен взрослых, к которым можно обратиться за помощью в случае травли.
5. Подготовить вступительное слово.
6. Подготовить листы наблюдения за аудиторией для подростков-организаторов.
7. Подготовить вопросы для рефлексии.

Подробное описание:

1. Начинаем со вступительного слова, ведущего о том, что бывают разные ситуации, когда нам нужна помощь взрослого, но мы не просим ее. А если долго набирались смелости и попросили один раз, то можно наткнуться на отказ, ведь у взрослых миллион дел на дню, и они правда бывают очень загружены. После отказа или игнорирования со стороны близкого взрослого дети часто прекращают попытки просить помощи. Важно научиться настойчиво просить помощь, а не закрываться со своими проблемами. Просить так долго, пока не окажут ее.
2. Ведущий выбирает трех добровольцев и выводит их из аудитории. Трех добровольцам дается инструкция: «Сейчас мы будем играть в игру "Кораблекрушение", и вы будете капитанами спасательных лодок. После крушения корабля, на котором мы все плывем, в ваши лодки будут проситься остальные участники. Задача Капитана 1 — брать каждого третьего просящегося на борт. То есть первым двум просящимся отказываем, третьего берем, потом опять: два отказа, затем согласие. Задача Капитана 2 — брать на борт каждого пятого просящегося. Задача Капитана 3 — брать на борт каждого седьмого просящегося. ВАЖНО: считаем не по людям, а по обращенным просьбам! То есть если один человек настойчиво просит первого капитана взять его на борт, то на третью просьбу, как бы она ни звучала, соглашаемся. Будьте готовы к тому, что вам будут угрожать, упрашивать, давить на жалость, обманывать, пытаться подкупить, чтобы взяли на спасательную лодку. Действуйте строго по инструкции».
3. Ведущий и три добровольца возвращаются в аудиторию. Включается музыка шума моря и крика чаек. Всей группе участников дается инструкция: «Представьте, что мы с вами плывем на большом, шикарном корабле и любуемся видами морской глади, слушаем волны, крики чаек, наслаждаемся солнцем, думаем о близких, о друзьях, внутри нас гармония и спокойствие. И вдруг мы чувствуем резкий толчок! Все вокруг трясется, из кают все выбегают на палубу и видят, что корабль наткнулся на что-то под водой и терпит крушение. Вода начинает заполнять трюм, слышен треск деревянного пола корабля... На нашем корабле есть три спасательные шлюпки, и на них — три Капитана, которые принимают решение, кого они готовы взять на лодку и спасти. Ваша задача — спасти свою жизнь, попасть на одну из лодок. ЗАПРЕЩЕНО применять физическую силу и обзывать друг друга». Капитаны надевают шляпы и становятся каждый возле своей лодки. Остальные участники в свободном порядке перемещаются и просят взять их на борт. Время выполнения — не более 10 минут.

4. Затем участники рассаживаются в круг и рассказывают по очереди:
- Что с ним сейчас произошло?
 - Какие эмоции и чувства он испытал в связи с этими событиями?
 - Какой сделал для себя вывод или о чем задумался?
В самом конце задается вопрос:
 - Как вы думаете, почему вам отказывали или соглашались взять вас в спасательную лодку?

После завершения рефлексии ведущий подводит итоги, что порой просить помощи не так-то просто. Но если она нужна, то просить нужно в любом случае и ровно столько, пока не окажут.

5. Всем участникам раздаются подготовленные бланки, куда нужно вписать имена минимум трех важных взрослых, к которым они пойдут за помощью в первую очередь.
6. Завершающее слово ведущего, призыв быть внимательными друг к другу, оказывать помощь друг другу и вовремя обращаться за помощью взрослого, если есть такая необходимость.

АВТОРСКАЯ МОДИФИКАЦИЯ ТЕХНОЛОГИИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ ПОЕДИНКОВ В. К. ТАРАСОВА «ДИАЛОГ НА РАВНЫХ»

Киселева Т. Г.

Целевая аудитория: учащиеся 8–11 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- формирование навыков исследовательской деятельности,
- проведение социологических опросов с целью выявления проблемных, болевых точек в школе,
- формирование навыков анализа, обобщения и систематизации полученных результатов,
- формирование навыков публичных выступлений,
- формирование навыков мотивирования и стимулирования сверстников к различным видам активности,
- формирование организаторских навыков;

Б) для целевой аудитории:

- формирование умения конструктивно решать конфликтные ситуации, в том числе содержащие агрессию, «наезд», оскорбление,
- формирование умения «держат удар» в ситуации противостояния,
- формирование навыков публичных выступлений,
- формирование навыков аргументации,
- формирование умений быстро реагировать на изменения ситуации и справляться со стрессом,
- формирование умения управлять собственным эмоциональным состоянием.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя.

В течение недели организаторы проводят социологическое исследование в своей школе с целью выявления типичных ситуаций проявления агрессии в школе, буллинга. Исследование в обязательном порядке предполагает сбор конкретных агрессивных фраз и ситуаций, в которых они были сказаны.

Под руководством взрослого организаторы классифицируют, систематизируют, выделяют типичные ситуации, оформляют в письменном виде собранные ситуации.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Занятия могут носить циклический характер. В зависимости от загруженности организаторов такие встречи-тренинги могут проходить с периодичностью один раз в две недели после основных уроков в школе.

Вспомогательные материалы: часы с таймером или секундомер, карточки для голосования судей, карточки с указанием номера игрока, распечатки с описанием ситуаций (для каждого участника), ручки, листы бумаги для ведения записей.

Краткое описание идеи:

Занятие проходит в форме тренинга. Формат тренинга — экспресс-поединки по технологии В. К. Тарасова (в авторской модификации для школьников). Основная идея — в игровой форме (комфортной, защищенной) отыграть, отработать,

отрепетировать конфликтные ситуации, которые могут происходить в жизни школьника. Школьник может сам проигрывать конфликтную ситуацию, «проживая ее изнутри», а может посмотреть, как другие игроки решают эти ситуации, и таким образом прожить ее, глядя со стороны.

Собранные организаторами конфликтные ситуации становятся темой для обсуждения. Если участники имеют опыт публичных выступлений, участвовали в игре «Дебаты», то можно играть индивидуально. Если на занятие пришли новички, то подготовку к игре можно проводить в мини-группах.

Пара участников отыгрывает разговор в конфликтной ситуации, стараясь найти мирные пути урегулирования конфликта и сохранить отношения. Ключевая идея — не унижить партнера, не победить его, а найти конструктивное решение, договориться и сохранить хорошие отношения на будущее. Конфликтные ситуации могут затрагивать любые отношения: ученик — ученик, учитель — ученик, родитель — ученик, директор — ученик.

Игра проходит в два раунда: сначала начинает игрок № 1 с конфликтной, острой реплики, а игрок № 2 пытается конструктивно парировать. Во втором раунде игроки меняются ролями, и ту же фразу в той же ситуации начинает говорить игрок № 2, а игрок № 1 ему отвечает.

Остальные школьники, пришедшие на занятие, выполняют роль судей или зрителей. Судьи после поединка дают игрокам обратную связь. Зрители наблюдают за поединком, но обратную связь не дают. В ходе занятия роли постоянно меняются. Каждый ребенок может попробовать себя в любой роли. У педагога есть возможность создать ситуацию успеха для каждого ребенка, чтобы он выбрал для себя комфортную позицию.

Взрослый может выбрать себе роль ведущего или делегировать ее кому-то из старшеклассников, обладающих необходимыми знаниями и умениями для проведения поединков. Ведущий следит за выполнением правил.

Самым ценным для формирования толерантного поведения является обратная связь от судей. Ценность представляют замечания и предложения, которые дают судьи, чтобы игроки могли пересмотреть свою линию поведения в жизни. Кроме того, навык конструктивной обратной связи — умение сказать человеку, что тебе не понравилось, обосновать, почему ты выбрал одного игрока, а не другого; не унижая достоинства обоих игроков, — является ценным и для самих судей.

Формально игра заканчивается подсчетом судейских голосов. Так как судей обязательно должно быть нечетное количество, в игре всегда будет победитель.

План подготовки:

Для подготовки к игре ведущий раздает всем распечатки с ситуациями. Для занятия в среднем необходимо иметь 3–4 ситуации.

1. Ведущий должен раздать ситуации, подготовить место для проведения поединка. Если занятие проходит в учебном классе, то лучше выбрать место у доски, чтобы всем участникам было хорошо видно. Поединок проходит на ногах. Игроки не могут трогать друг друга физически. Для этого их должен разделять стол или парта, на которую выставляют карточки с номерами игроков, а также секундомер или таймер, чтобы игроки тоже могли видеть и оценивать продолжительность разговора.
2. Ведущий предлагает сначала определиться, кто хочет проиграть ситуацию. Выбираются два игрока, среди которых проводится жеребьевка очередности ролей.

3. Далее ведущий должен выбрать или назначить судей — 5 человек. Судей может быть больше или меньше, в зависимости от числа участников, но обязательно нечетное количество. У каждого судьи есть комплект карточек с номерами 1 и 2. Карточки должны быть такие, чтобы их хорошо было видно игрокам, ведущему, зрителям. У игроков и судей должны быть в наличии ручки и листы бумаги, где они могли бы делать пометки, записи, комментарии.

Подробное описание:

Подробное описание технологии экспресс-поединков представлено на сайте: http://www.poedinki.ru/skill/exp_technology/

В игре «Диалог на равных» участвуют два игрока, пять судей, зрители и ведущий. Игроки ведут диалог, стоя за игровым столом друг напротив друга.

Судьи — это пять участников, которые выбирают победителя (первого или второго игрока) по результатам обоих раундов поединка. Судьи наблюдают за поединком и по просьбе ведущего одновременно голосуют, поднимая карточки с номером игрока, которого они признали лучшим. Затем по очереди кратко объясняют свой выбор, начиная свою речь словами: «Я отправил бы на переговоры игрока №..., так как...».

Все остальные дети, пришедшие на занятие, — это зрители, которые наблюдают за поединком, но в нем не участвуют.

Ведущий — человек (может быть педагог или старшеклассник), обладающий необходимыми знаниями и умениями для проведения поединков. Он следит за выполнением правил.

1. До начала поединка ведущий организует подготовку всех участников и проверяет их готовность:
 - игроки выбраны и готовятся к поединку,
 - судьи выбраны и знакомятся с ситуацией, имеют карточки для голосования — одна карточка с номером 1 на обеих сторонах и одна карточка с номером 2 на обеих сторонах. Карточки хорошо видны игрокам, ведущему, зрителям,
 - зрители знакомятся с ситуацией,
 - карточки с номерами 1 и 2, а также часы с таймером лежат на столе для игроков. Часы стоят так, чтобы оставшееся время хорошо могли видеть игроки, зрители и ведущий. Карточки с номерами игроков — одна карточка с номером 1 на обеих сторонах и одна карточка с номером 2 на обеих сторонах — хорошо видены всем судьям,
 - каждому участнику (включая зрителей) воздано по одному письменному комплекту ситуаций.
2. По завершении времени на подготовку ведущий приглашает всех участников для проведения поединка. Игроки занимают место на игровой площадке. Ведущий должен убедиться, что часы выставлены для начала поединка (по 1 минуте на каждый раунд) и игроки готовы начать поединок (ведущий задает игрокам вопрос о готовности). Ведущий объявляет начало поединка, называет игроков, принимающих в нем участие.
3. Ведущий читает вслух текст ситуации предстоящего поединка.

4. Ведущий предлагает игрокам разыграть право первого хода. Для этого он берет в руки карточки с номерами 1 и 2, прячет их за спину, держа одну карточку в одной руке, другую — в другой, и предлагает кому-то из игроков выбрать руку.
5. В зависимости от жеребьевки, ведущий объявляет, кто из игроков в этом поединке будет номером 1, кто — номером 2. В первом раунде игрок № 1 играет роль того участника ситуации, который произносит первую реплику (заключительную фразу ситуации), а игрок № 2 играет вторую роль, начиная диалог с ответа на заданную фразу. Во втором раунде игроки поменяются ролями. На игровом столе рядом с каждым игроком ставится карточка с его номером (1 или 2).
6. Ведущий запускает часы. Игрок № 1 начинает поединок, произнося заключительную фразу ситуации. Эту фразу он произносит дословно, не имеет права ее изменять и дополнять даже в мелочах. После того как фраза сказана, игрок № 1 ничего к ней не добавляет и дожидается игрока № 2. Игрок № 2 ему отвечает — и начинается поединок, который состоит из двух раундов по 1 минуте каждый.
7. Через 1 минуту после начала поединка ведущий объявляет: «Время, переход хода». Запускается время второго игрока. Теперь игрок № 2 произносит заключительную фразу ситуации, игрок № 1 отвечает — и начинается второй раунд, который завершается через 1 минуту.
8. Когда время поединка заканчивается, ведущий объявляет: «Поединок завершен, спасибо». Игроки могут пожалить другу руки. Они садятся за игровой стол и остаются на игровой площадке в ожидании голосования судей и комментариев.
9. После объявления о завершении поединка, ведущий обращается к судьям с вопросом о готовности к голосованию. Он просит каждого судью продемонстрировать свою готовность, но не поднятием карточки (это должны сделать все судьи одновременно), а тем, чтобы посмотреть на ведущего. Каждый судья принимает индивидуальное внутреннее решение, какую карточку он поднимет. Ведущий дожидается готовности судей проголосовать — встречается взглядом с каждым судьей.
10. Голосование судей. По просьбе ведущего все судьи одновременно голосуют — каждый поднимает или карточку 1, или карточку 2. Не проголосовать судья не может. Судейство поединков осуществляется пятью судьями. Они смотрят на происходящее с точки зрения человека, которому необходимо доверить одному из коллег провести переговоры вместо себя. Они оценивают способность человека держать удар, контролировать свои эмоции, при этом не переходить к оскорблениям и унижениям. Оценивается умение продвинуть вперед защищаемые интересы, максимально сузив при этом зону конфликта с другой стороной. Судьями оценивается, насколько участники сильны как переговорщики, готовы ли они к ведению переговоров в жесткой и конфликтной ситуации:
 - умеет ли участник строить адекватную картину мира, эффективно воздействовать на картину мира партнера,

- достаточно ли этически корректно строит диалог,
- умеет ли вести позиционную борьбу и располагаться на выгодных условиях,
- умеет ли слушать и слышать другого, находить уязвимые места в позиции другого,
- способен ли вести деловую борьбу «здесь и сейчас» с достаточной психологической силой, скоростью, точностью,
- способен ли обходить ловушки, не поддаваться страстям,
- можно ли доверить ему ведение переговоров в жестких условиях,
- умеет ли он держать свою цель и т. д.

11. Объявление результатов голосования и победителя. Ведущий подсчитывает количество карточек за игрока № 1 и за игрока № 2, объявляет счет, называет и поздравляет победителя. Счет может быть 5:0, 4:1 или 3:2. Ничьей быть не может. Никто из судей не имеет право заявить, что он «по ошибке поднял не ту карточку» с тем, чтобы объявленный счет был пересмотрен. Даже если кто-либо из судей действительно ошибся, заявлять об этом и пересматривать результаты поединка категорически запрещено.
12. Комментарии судей. Судьи начинают свои комментарии со слов: «Я бы отправил на переговоры игрока номер..., потому что...». Далее судьи дают краткие комментарии, объясняя свое решение, указывая мотивы, побудившие их отдать голос за этого участника.
13. Комментарии ведущего. Ведущий может дать свои комментарии к поединку, а может воздержаться от них, сохраняя нейтралитет и роль следящего за соблюдением правил.
14. Переход к следующему экспресс-поединку — школьникам может быть предложена эта же ситуация, только назначаются другие игроки, а может произойти и смена игроков, и смена ситуации. Ход повторяется сначала.

Приложения

Примеры ситуаций, которые использовались для проведения тренинга «Диалог на равных»

1. «А бабушка разрешила...»

Катя живет с мамой и бабушкой. Она очень любит их обеих. Мама требовательная и строгая. Бабушка очень любит Катю и многое ей разрешает. На очередной отказ мамы отпустить дочку погулять с друзьями Катя обиженно заявила:

— А мне плевать! Я все равно пойду! Бабушка мне разрешила!

Мой ответ

2. «Без разбора»

Миша — задиристый и очень агрессивный мальчик. С ним никто не хочет дружить. После урока физкультуры в раздевалке возникла ссора, кто-то бросил Мишины вещи на пол. Учитель физкультуры, не разбираясь, схватил Мишу за руку и закричал:

— Сколько можно?! Марш к директору!

Мой ответ

3. «Кто кому поставил двойку?»

Ираклий третий раз переписывает контрольную по математике. И снова «неуд» (двойка). На вопрос Ираклия, что ему делать, учитель спокойно ответил:

«Готовься, я тебе рисовать тройку не буду». Ираклий, после паузы, парировал:

— **Учить надо лучше! Это ж Вы себе двойку ставите...**

Мой ответ

4. «Приглашение на день рождения»

В классе принято поздравлять друг друга с днем рождения всем классом. Именинник приглашает всех без исключения. Миша с Петей поссорились накануне дня рождения Пети. Петя не хочет приглашать Мишу на день рождения. Одноклассник Витя с ехидством сказал Мише:

— **Знай свое место! Тебя вообще никто на своем дне рождения даже видеть не хочет!**

Мой ответ

5. «А где мой подарок?»

Молодой человек подарил своей любимой девушке на день рождения дорогие серьги. Девушке серьги не понравились — она решила, что они ей не идут. Но при получении подарка она этого не показала и сердечно поблагодарила своего молодого человека. Девушка не хотела расстраивать парня, потому что видела, как он был рад вручить такой дорогой подарок, и понимала, с каким трепетом и надеждой он его выбирал. Спустя некоторое время молодой человек заметил, что еще ни разу не видел подаренное им украшение на девушке. На одной из встреч он спросил:

— **Ты меня не любишь и не ценишь нисколечко! Почему ты не носишь сережки, которые я тебе подарил?**

Мой ответ

6. «От друзей секретов нет»

Старшеклассница Света поделилась по секрету со своей одноклассницей Юлей очень личной информацией, попросив никому не рассказывать. Назавтра выяснилось, что Юля передала весь разговор своей подруге Кате, а та уже рассказала о нем еще кому-то. Света предъявила Юле претензию, на что услышала:

— **Мы же с Катей подруги, а от подруг у меня секретов нет!**

Мой ответ

7. «Старшая сестра»

У Оли есть старшая сестра Надя, уже студентка, но раньше училась в той же школе. Галина Петровна — классный руководитель Оли, в общении с ней все время сравнивает ее со старшей сестрой, причем не в пользу Оли. И вот Галина Петровна на классном часу поручает Оле задание, от которого та отказывается. На что Галина Петровна заявляет:

— Какая замечательная была твоя старшая сестра! Но, видно, в семье не без урода.

Мой ответ

8. «Спорная оценка»

У Пети спорная оценка по алгебре: между четверкой и пятеркой. Петя принципиальный ученик, часто спорит, доказывает свою правоту, что очень не нравится некоторым учителям, например, учителю алгебры. Именно поэтому она хочет поставить Петю на место, «показать, кто в доме хозяин», и не ставит пятерку. Она говорит:

— У тебя активность не та то направлена. Думай, с кем и как ты говоришь! Научись уважать взрослых людей, тебе это в жизни пригодится! А сейчас скажи спасибо, что тройку не поставили!

Мой ответ

АНТИБУЛЛИНГОВАЯ КВЕСТ-ИГРА «В ПОИСКАХ ЭМПАТИИ»

Клименкова Е. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса.

Организаторы: учащиеся 2 курса колледжа (или старшеклассники), прошедшие программу «Каждый важен» на первом курсе.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- применение на практике полученных знаний об эмпатии, ее роли в процессе общения и профилактике буллинга в детских коллективах,
- получение навыков планирования квеста, групповой продуктивной работы, мозгового штурма, коллаборации, взаимодействия друг с другом и с людьми младшего возраста из разных позиций общения, проведения оценки, рефлексии и анализа своей деятельности,
- укрепление гуманистических ценностей — направленность на другого человека (доброжелательность, уважение, забота, альтруизм), продуктивная активность (поддержание творческого начала);

Б) для целевой аудитории:

- получение представления о содержании понятия «эмпатия», о процессах, связанных с пониманием чувств и мыслей другого человека, идентификации с ним, саморегуляции,
- получение навыков саморегуляции (управления своим эмоциональным состоянием), децентрации (понимания позиции другого человека), идентификации (умения представить себя на месте другого) и оказания разных видов психологической поддержки,
- укрепление гуманистических ценностей — направленность на другого человека (доброжелательность, уважение, забота, альтруизм), продуктивная активность (поддержание творческого начала).

Время, необходимое на подготовку: разработка и реализация проекта рассчитана на 5 недель, этапы и ориентировочное время, требуемое на их прохождение, представлены в таблице ниже.

| Этап | Примерное время |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Разработка сценария | Минимум — по 2 часа на разработку каждого блока, но решают сами учащиеся |
| Подготовка реквизита и пространства | Минимум — по 1 часу на разработку каждого блока, но решают сами учащиеся |

Время, необходимое на проведение: два урока по 45 минут с переменной.

Вспомогательные материалы: для студентов колледжа (старшеклассников): компьютеры (интернет, пакет Microsoft Office), принтер МФУ, бумага разных форматов, широкий ассортимент канцелярских принадлежностей (в зависимости от того, что понадобится учащимся), школьное помещение и мебель, находящаяся в ней (кабинеты, холл, рекреация, другие помещения с достаточным количеством

места, возможностью свободно перемещаться по пространству). Общая идея в том, что подростки используют то, что есть в школе (мебель и помещение), а печатные материалы, необходимые для квеста, изготавливают сами (рисуют, пишут или распечатывают на принтере).

Краткое описание идеи:

Идея состоит в активизации творческой совместной продуктивной деятельности обучающихся юношеского возраста (2 курс колледжа — 16–17 лет), приглашенных к участию в разработке интересного по сюжету и динамичного квеста для учащихся 5 класса (младших подростков в возрасте 11–12 лет).

Квест (quest) в переводе с английского языка — «искать». Квест, с одной стороны, является командным развлечением, где игрокам предстоит разгадывать различные загадки и головоломки при помощи окружающих их предметов, с другой — может быть инструментом обучения коммуникативным навыкам и развития социального познания (в том числе эмпатии).

Квест может иметь любой сюжет (космическое приключение, супергерои, мир магии и т. д.), но его истинный психолого-педагогический смысл — развитие эмпатии и коммуникативных навыков. Задания квеста задуманы таким образом, что, выполняя их, младшие подростки будут развивать свою способность к эмпатии — что является мощным предиктором агрессивного поведения и буллинга. При этом студенты колледжа (или старшеклассники) не получают готовый сценарий квеста — его они должны придумать сами. Это является для них интересной, сложной и творческой задачей и требует проведения большой командной работы, развивающей умение общаться, слушать друг друга, договариваться, ответственно выполнять свою часть работы. Одни смогут попробовать себя в роли сценаристов, режиссеров и разработчиков контента (реквизита), другие — в роли ведущих (аниматоров), актеров.

Ученики 5 класса получают новый опыт взаимодействия со старшими, которые, с одной стороны, не являются их родными, с другой — не являются учителями, что позволит им понять широту социальных отношений, увидеть хороший пример неформального дружеского общения людей, объединенных общей деятельностью. Студенты колледжа (ученики старших классов) получают опыт, помогающий им почувствовать свою взрослость, самостоятельность, способность делать что-то самим и быть успешными в этой деятельности, что является критически важным для младшего юношеского возраста (15–17 лет).

План подготовки:

Так как проект достаточно сложный и для его разработки и реализации требуется работа всей команды, предполагается создание графика работы над проектом, удобного студентам (старшеклассникам). Это могут быть ежедневные получасовые встречи-планерки всей командой в онлайн или офлайн формате, совещания в рабочих подгруппах, обсуждения в общих чатах в социальных сетях, работа в онлайн-документах. В таблице ниже представлен примерный план подготовки и раскрыто основное содержание его этапов.

| № | Этап | Время |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1. | Презентация идеи самостоятельной разработки квеста студентам колледжа (старшеклассникам), прошедшим программу «Каждый важен», обсуждение идеи, совместное формирование замысла проекта | На последнем занятии программы |

| | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. | Разработка плана создания программы, разделение студентов (старшеклассников) на рабочие подгруппы, распределение обязанностей, установление этапов и сроков для реализации проекта | В течение недели после презентации идеи |
| 3. | Работа по первому этапу реализации проекта — выбор и разработка сюжета квеста, содержания заданий и упражнений (для этого требуется погружение в тему «Развитие эмпатии в младшем подростковом возрасте», консультации эксперта, изучение литературы), сценария квеста. | В течение недели после разработки плана создания программы |
| 4. | Работа по второму этапу реализации проекта — разработка реквизита и материалов для проведения квеста, апробация (проведение мероприятия на небольшой фокус-группе), обсуждение результата, корректировка и доработка инструкций или материалов | В течение недели после окончания разработки сценария квеста |
| 5. | Работа по третьему этапу реализации проекта — достижение договоренности с администрацией школы, презентация сценария квеста, его структуры, целей, необходимых условий проведения | В течение недели после окончания разработки реквизита и материалов квеста, его апробации |
| 6. | Работа по четвертому этапу реализации проекта — проведение мероприятия в 5 классе по разработанному сценарию с использованием подготовленных материалов и реквизита | В начале недели после достижения договоренности с администрацией школы |
| 7. | Рефлексия и обсуждение результатов проекта, публикация результатов проекта на сайте колледжа (школы). Возможно участие в городском конкурсе образовательных проектов в дальнейшем | В течение трех дней после проведения мероприятия |

Подробное описание

1. После окончания проведения программы «Каждый важен» можно предложить студентам колледжа (старшеклассникам) реализовать антибуллингую инициативу своими силами. Важно, чтобы они смогли это сделать, не привлекая какие-то грандиозные материальные ресурсы, со скромным бюджетом (например, деньги на символические призы или сладости для пятиклассников) и с использованием подручных средств (бумаги, фломастеров, клея, скотча) и мебели, которая есть в каждой школе. Чтобы помогать студентам (старшеклассникам) разобраться в том, что такое эмпатия, почему важно ее развивать и как происходит развитие эмпатии в онтогенезе, педагогу рекомендуется сначала самостоятельно ознакомиться с актуальной научной литературой на эту тему (Приложение). Важно, чтобы ребята хорошо понимали модель эмпатии М. Дэвиса, механизмы работы и феноменологию эмпатии, а также понимали цепочку связи: развитие эмпатии — развитие коммуникативных навыков — снижение агрессии — снижение риска возникновения буллинга. Важно объяснить им, что эмпатия — фактор-буфер возникновения буллинга, что это способность, необходимая для выстраивания любых отношений с другими людьми (деловых, личных, дружеских, романтических и т. д).

2. На этапе презентации идеи студентам (старшеклассникам) важно дать им возможность высказаться, предложить свои идеи таким образом, чтобы это было не заданием, навязанным учителем, а совместным творческим замыслом педагога и студентов. Это укрепит субъектную позицию студентов и повысит для них значимость этой деятельности.
3. На этапах разработки и реализации плана работы над проектом педагогу (психологу) важно удерживаться в роли консультанта, помощника, который не контролирует, а ненавязчиво (например, через открытые вопросы, обсуждение проблем) помогает студентам самим найти способы решения задачи, реализации проекта, преодоления возникших трудностей. Можно, например, спрашивать, чего сейчас не хватает для успешной работы над проектом, какие требуются дополнительные ресурсы, как еще можно попробовать сделать, почему возникла та или иная сложность, какие можно найти пути для ее решения. Это укрепит субъектную позицию студентов и повысит вероятность успешной реализации проекта.
4. На этапе достижения договоренности с администрацией школы детям может потребоваться дополнительный административный ресурс (например, письмо или служебная записка руководителя структурного подразделения, школы, завуча). Важно дать обратную связь по презентации сценария квеста, помочь подготовиться к разговору с руководителем, выступить в роли медиатора, если это будет необходимо.
5. На этапе проведения мероприятия педагогу нужно быть рядом, в помещении, где это будет проходить, но включаться только в самом крайнем случае, (например, при угрозе безопасности детей), оставаясь в роли консультанта и помощника.
6. На этапе рефлексии и обсуждения результатов проекта важно дать студентам (старшеклассникам) обратную связь, открыто обсудить сильные и слабые стороны мероприятия, используя при этом конструктивные техники критики, а также вопросы для рефлексии:
 - Какие впечатления от мероприятия?
 - Что понравилось, а что можно было бы сделать по-другому?
 - Удалось ли достигнуть поставленных целей?
 - Усвоили ли пятиклассники то, что должны были усвоить?
 - Что было сложно? Почему?
 - Если бы проводили еще раз, то что сделали бы иначе?Эти вопросы дадут толчок дальнейшему обсуждению проекта и его доработке, подогреют интерес к продолжению работы над проектом, например, к подготовке презентации проекта для конкурса или его адаптации для детей более младшего или старшего возраста.

Таким образом, необходимое условие успешной реализации этого проекта — неформальный интерес педагога к теме, его компетентность, включенность, уважительное отношение к студентам (старшеклассникам), готовность помогать, консультировать, но не делать за студентов.

Такое задание можно предложить студентам колледжа (старшеклассникам):

КВЕСТ «В ПОИСКАХ ЭМПАТИИ»

Отечественные и зарубежные исследования проблемы травли в школах (буллинга) показывают, что развитие способности к эмпатии связано со снижением агрессии и риска возникновения буллинга в коллективе. Эмпатия — это комплексная способность, включающая в себя ряд компонентов (механизмы и результаты — поведенческие проявления эмпатии). Вам нужно будет более подробно изучить эту тему, используя предложенные ресурсы и консультации педагога (психолога).

Суть предлагаемой вам инициативы — разработка интересного по сюжету и динамичного квеста для учащихся 5 класса.

Квест может иметь любой сюжет, но его истинный психолого-педагогический смысл — развитие эмпатии и коммуникативных навыков. Задания квеста задуманы таким образом, что, выполняя их, младшие подростки будут развивать свою способность к эмпатии.

При этом вам не предлагается готовый сценарий квеста — его вам предстоит придумать самим. Это интересная, сложная и творческая задача, ее выполнение потребует от вас большой командной работы, развивающей умение общаться, слушать друг друга, договариваться, ответственно выполнять свою часть работы. Вы сможете попробовать себя в роли сценаристов, режиссеров и разработчиков контента (реквизита), а также в роли ведущих (аниматоров), актеров.

Ученики 5 класса получают новый опыт взаимодействия со старшими, которые, с одной стороны, не являются их родными, с другой — не являются учителями, что позволит им понять широту социальных отношений, увидеть хороший пример неформального дружеского общения людей, объединенных общей деятельностью.

Вы в процессе работы над проектом получите опыт самостоятельной, сложной педагогической, психологической, творческой работы, которую вы делаете сами, своей командой. Такой опыт не только придаст вам уверенности в себе, но и поможет дополнительно прокачать так необходимые для жизни в современном мире навыки общения.

По задумке, один класс пятиклассников (25 человека) делится на команды по 4–5 человек и будет решать продуманные вами загадки, получать подсказки, делать групповые задания. Формально — это развлечение и досуг, а на самом деле — погружение в тему эмпатии и отношений между людьми. Сюжет и сценарий квеста вам нужно придумать самим, пользуясь примерной структурой, в которой описаны требования и возможное содержание упражнений и заданий.

Основные параметры мероприятия

| | |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Количество человек | 25 |
| Группа (для кого проводить?) | Учащиеся 5–6 классов (младший подростковый возраст) |
| Время проведения | 2 урока с перерывом |
| Цели квеста | 1. Сформировать представление об эмпатии, ее структуре 2. Развить базовые навыки эмпатии |
| Время на разработку и реализацию проекта | 5 недель |

Примерный план реализации проекта:

Так как проект достаточно сложный и для его разработки и реализации требуется работа всей команды, предполагается создание графика работы над проектом,

удобного для вас. Это могут быть ежедневные получасовые встречи-планерки всей командой, в онлайн- или офлайн-формате, совещания в рабочих подгруппах, обсуждения в общих чатах в социальных сетях, работа в онлайн-документах. В любой момент вы можете обратиться за помощью педагога (психолога), попросив его об индивидуальной или групповой консультации, но основная часть работы и принятие решений — в ваших руках. В таблице выше представлен примерный план подготовки и раскрыто основное содержание его этапов.

Примерная структура квеста:

В таблице ниже представлены основные этапы квеста, их динамический смысл (как этот элемент квеста продвигает членов команды в исследовании эмпатии), описана форма активности (которую вам предстоит разработать и детально продумать, наполнив сюжетным содержанием), цели каждого этапа (они нужны вам для понимания того, на что направлена данная антибуллинговая активность), а также ссылки на источники, где достаточно интересно и просто рассказывается о содержании понятия «эмпатия» и ее компонентах. Мы рекомендуем вам следовать этой структуре, наполняя ее своим содержанием, и придумывать упражнения, задачи, загадки и головоломки с опорой на описанные в таблице формы активности.

| № | Название этапа квеста | На что направлено упражнение (в структуре занятия) | Форма активности | Цель (какой навык или элемент эмпатии развивает это упражнение) | Ссылка на источник |
|----|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Знакомство членов команд | Усиление интереса к теме и налаживание взаимодействия между участниками команды | Упражнение должно быть построено на активном взаимодействии всех членов команды. В результате каждый должен сообщить о себе что-то лично значимое, чего другие раньше не знали. | Налаживание контакта, восприятие личности другого человека через идентификацию с ним | Пример урока на сплочение в 5–6 классах https://pandia.ru/text/77/289/2360.php О сплочении школьного коллектива http://www.vashpsixolog.ru/work-with-teaching-staff-school-psychologist/56-education-advice-for-teachers/2761-kak-splotit-detskij-kollektiv-i-povysit-uspevaemost |

| | | | | | |
|----|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | | -shkolnikov-shpargalka-s-igrami-i-uprazhneniya |
| 2. | Угадывание эмоциональных состояний | Первое тематическое упражнение, погружение в тему эмпатии и эмоций | Упражнение должно быть построено таким образом, чтобы ребята выполнили задачу распознавания эмоционального состояния героя (в рамках сюжета) и получили первую подсказку. | Развитие эмоционального словаря (умение называть эмоции, различать эмоциональные оттенки), ментализация (способность «считывать» эмоции по мимике, позе, интонации) | Ролик о развитии эмпатии https://postnuka.ru/video/78493 Статья об обучении пониманию эмоций https://mel.fm/shkola/6752401-understand-emotions |
| 3. | Эмоциональная устойчивость | Второе тематическое упражнение, знакомство с процессом эмоционального заражения | Упражнение должно быть построено таким образом, чтобы ребята могли вместе найти коммуникативное решение сложной (фрустрирующей) ситуации взаимодействия с другим человеком. Предложенная ситуация должна вызывать сильный эмоциональный отклик (страх, злость, отвращение, жалость), но при этом успешное выполнение задания предполагает сохранение эмоциональной устойчивости (отсутствие эмоционального заражения). | Развитие навыков эмоциональной саморегуляции, объяснение, что такое эмоциональное заражение, развитие умения оставаться устойчивым в эмоционально напряженных ситуациях | Ролик об эволюционном значении эмпатии https://postnuka.ru/questions/154913 Статья об обучении подростков самоконтролю https://mel.fm/podrostki/9374102-transitional-age Статья о принципах обучения управлению эмоциями https://mel.fm/blog/yevgeny-lange/79215-vdokh-vydokh-zaderzhite-dykhaniye-kak-nauchit-rebenka |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | | upravlyat-svoimi-emotsiyami Статья об эмоциях и умении ими управлять https://mel.fm/shkola/6231987-children-emotions |
| 4. | Способность встать на точку зрения другого человека | Третье тематическое упражнение, знакомство с процессом децентрации | Упражнение должно быть построено в виде загадки (хорошо подходят «данетки») на децентрацию таким образом, чтобы ребята могли отгадать ее, только встав на позицию человека, который ее загадал (например, задавая закрытые вопросы о сути ситуации, как в игре в «данетки»). | Развитие навыков децентрации (умения сменить свою позицию, посмотреть на ситуацию глазами другого человека), умения задавать вопросы и слушать других | Ролик о понятии «эмпатия» и «децентрация» https://postnauka.ru/video/78490 Статья о компонентах социального интеллекта https://mel.fm/blog/serge-parkhomenko/12874-emotsionalny-intellekto-i-kak-prostoye-rukovodstvo-dlya-roditeley |
| 5. | Оказание психологической поддержки | Заключительное тематическое упражнение, знакомство с процессом оказания психологической поддержки | Упражнение должно быть построено таким образом, чтобы ребята могли вместе найти способ психологически поддержать другого человека (героя квеста), подобрав к трем различным проблемам один из трех (оптимальный для этой проблемы) способов поддержки (инструментальный, эмоциональный, рефлексивный). | Развитие навыков оказания разных видов психологической поддержки, умение различать виды поддержки | Короткий ролик о функциях, роли и видах поддержки https://www.youtube.com/watch?v=-TMma1xAe0o&feature=youtu.be |

| | | | | | |
|----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6. | Групповое полотно «Эмпатия в жизни каждого из нас» | Заключительное упражнение, рефлексия и подведение итогов (с чем участники уходят с занятия) | Упражнение должно быть построено на активном взаимодействии всех членов команды, быть творческим. В результате ребята должны создать коллективную работу (плакат, коллаж, рисунок, постер), которая продемонстрировала бы усвоение ими содержания понятия «эмпатия» и базовых навыков ее использования. | Налаживание контакта, умение договариваться, развитие навыков саморефлексии, (чему я сегодня научился, что узнал про эмпатию) | Статья об обучении детей рефлексии https://mel.fm/blog/olga-kondrashova/93217-zachem-uchit-detey-refleksii Статья о приемах и упражнениях на рефлексию https://www.maam.ru/det-skijasad/refleksija-na-zanjatija-kak-zanimatelnoe-delo.html |
|----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

В ходе работы над проектом вы можете использовать оборудование, имеющееся в школе. Постарайтесь реализовать проект без использования каких-то специальных особых дорогостоящих ресурсов, сделать его бюджетным и доступным для реализации в каждой (например, даже не московской) школе. Все необходимое для квеста (реквизит, печатные материалы) можно сделать самим из бумаги или подручных материалов, нарисовать, склеить, слепить или распечатать на принтере.

Приложение

Примеры литературы (для психологов и педагогов) на тему «Развитие эмпатии в подростковом возрасте» (статьи доступны в полнотекстовом варианте бесплатно на сайте psyjournals.ru)

1. Компоненты эмпатии, содержание основных понятий, имеющих отношение к эмпатии
Карягина Т. Д., Кухтова Н. В. Тест эмпатии М. Дэвиса: содержательная валидность и адаптация в межкультурном контексте // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 4. С. 33–61. doi:10.17759/cpp.2016240403
2. Модели исследования развития способности к эмпатии
Клименкова Е. Н. Развитие ментализации и эмпатии в онтогенезе: обзор эмпирических исследований // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 4. С. 126–137. doi:10.17759/cpp.2016240406
3. Содержание понятия «социальная поддержка», виды поддержки, поддержка как проявление эмпатии
Холмогорова А. Б., Зарецкий В. К., Клименкова Е. Н., Воложанина Н. С. Модификация методики «Стратегии утешения» Ф. Е. Василюка и Е. В.

Шерягиной // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 1. С. 79–92.
doi:10.17759/chp.2019150109

ВЕБ-КВЕСТ «ТВОЯ БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА»

Клинкова Е. А.

В период дистанционного обучения старшеклассникам-волонтерам Школьной службы примирения (ШСП) необходимы инструменты и технологии, которые они могли бы использовать в режиме онлайн. Школьники пробуют проводить онлайн-круги сообществ, примирительные встречи. К тому же многие из них являются выпускниками, и им необходимо подготовить смену, обучить новых волонтеров. После прохождения курса «Каждый важен» я поделилась с ребятами интересными находками. Так появилась идея возродить давний проект нашей Школьной службы примирения — веб-квест «Твоя безопасная среда», который дополнили современной информацией и обновили формат проведения. Большую поддержку нашей Школьной службе примирения «Пазл доверия» оказали пятиклассники, задействованные в Школьной телестудии «Компас». Они помогли провести апробацию квеста и сняли два ролика на тему «Как помириться». Эти ролики также можно увидеть на сайте веб-квеста.

В будущем мы планируем поместить в квест фильмы «Молчание» и «Прачка». Пока представляем черновой вариант.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- освоение новых умений (создание веб-квеста, работа с сайтом),
- возможность обучения новых волонтеров ШСП онлайн, передача опыта,
- расширение собственных знаний,
- укрепление ценности дела ШСП;

Б) для целевой аудитории:

- знакомство с работой Школьной службы примирения,
- интерес к теме, дальнейшее изучение, участие в активностях ШСП, обучение в качестве волонтера ШСП,
- формирование собственного отношения к конфликтам, их разрешению и травле,
- развитие эмпатии,
- осознание существующей вариативности решений и ресурсов: как личных, так и существующих в школе, в городе,
- навыки конструктивного поведения в конфликте,
- поощрение для каждого (сертификат) и получение личной обратной связи,
- профилактика конфликтного поведения и буллинга (просветительская составляющая).

Время, необходимое на подготовку: 2 недели (создание/редакция) + 10–15 минут (подготовка к проведению).

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: ПК или ноутбук на каждого участника с возможностью выхода в интернет.

Краткое описание идеи:

Вступительные слова волонтеров ШСП (учеников 11 класса) перед 5–7 классами на любой онлайн-платформе. Ссылка на квест высылается в чат ребятам.

Дети начинают проходить квест в режиме онлайн. Старшеклассники все время находятся на связи в сети. Благодаря тому, что маршрутный лист оформлен в Гугл-таблице, старшеклассники быстро оценивают результаты квеста. Затем на почту участнику или классному руководителю высылается сертификат участника.

После обсуждений результатов квеста волонтерами и куратором ШСП планируется профилактическое мероприятие (круг) для класса.

План подготовки:

1. Создание квеста:

- выделение тем,
- поиск и подбор информации,
- создание легенды,
- выбор и создание интерфейса,
- заполнение Google сайта (создать сайт: <https://sites.google.com/new>, инструкция по созданию и заполнению сайта: <https://support.google.com/sites/answer/98081?hl=ru>),
- создание маршрутного листа в форме Google (<https://www.google.ru/forms/about/>),
- создание сертификатов в Power Point.

2. Апробация.

3. Обсуждение и определения даты проведения с классным руководителем.

4. Создание онлайн конференции на платформе Zoom или Teams.

5. Подготовка формы для сертификатов.

6. Открытие формы «Результаты» в Google Forms.

Подробное описание:

1. Вступительное слово организаторов (учеников 11 класса)

Волонтер 1: «Добрый день ребята, сегодня мы с вами встречаемся в режиме онлайн. Несмотря на то, что мы уже привыкаем к этому формату в учебе, для тренингов и наших кругов он нам еще мало привычен. Для начала мы решили предложить вам пройти небольшой квест. Ссылку на него мы через пару минут поместим в чат».

Волонтер 2: «Нажмите на ссылку и познакомьтесь с историей Коли. Мы просим вас строго соблюдать порядок действий. Внимательно изучите ссылки. Если вы уже открыли маршрутный лист, закрывать его нельзя, так как он откроется в новой вкладке. Если что-то не будет получаться, сразу зовите нас на помощь, мы все время будем на связи и сразу откликнемся».

Волонтер 3: «После завершения квеста мы пришлем вам на почту сертификат участника. Он индивидуален для каждого и составляется на основе ваших ответов. Перед началом квеста мы готовы ответить на ваши вопросы».

2. Ссылка на квест: <https://sites.google.com/view/tvoyasreda1285>

3. После прохождения квеста волонтеры благодарят участников, приглашают желающих к обучению в ШСП, а весь класс — на круг по теме, которая будет определена в ходе анализа результатов.
4. Прощание.
5. Организаторы заполняют и отправляют ребятам сертификаты, текст которых действительно написан для каждого индивидуально, в форме поддерживающих высказываний.

Предполагается, что такой вид профилактической работы в онлайн-режиме поможет ученикам и учителям наладить конструктивное взаимодействие в период дистанционного обучения.

ЗАНЯТИЕ «ТЫ УНИКАЛЕН, И Я УНИКАЛЕН, ИЛИ МЫ — КОМАНДА»

Колкова Е. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5 классов в период адаптации к новой ступени обучения (1 или 2 четверть).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- возможность проявить себя в роли лидера, наставника, заботливого старшего товарища,
- повышение уверенности в себе,
- отработка навыков публичных выступлений и участия в тренинговых занятиях в роли ведущих,
- совершенствование эмоционального интеллекта,
- сплочение внутри группы сверстников,
- принятие взрослыми «взрослости» подростков,
- вовлечение в значимую общественную деятельность, востребованность, доверие;

Б) для целевой аудитории:

- более эффективное восприятие информации, так как реализуется принцип «равный — равному»,
- сплочение внутри группы, класса,
- признание ценности и уникальности каждого,
- освоение полезных коммуникативных умений,
- отработка навыков группового взаимодействия,
- профилактика буллинга,
- совершенствование эмоционального интеллекта.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя, включающая в себя «проигрывание» упражнений, игр и техник в группе сверстников, со сменой ведущих.

Время, необходимое на проведение: 45–50 минут (классный час).

Вспомогательные материалы: светлый просторный кабинет (класс), стулья по количеству участников, компьютер с проектором для демонстрации видео, флипчарт и маркер, бумажная фигурка человечка, бумажная цветная ладошка, листы белой бумаги формата А4 (можно черновики), ручки с синей или черной пастой, свеча и спички.

Краткое описание идеи:

Занятие «Ты уникален, и я уникален, или Мы — команда» направлено на сплочение коллектива как на одно из основных средств для профилактики буллинга в период перехода учащихся на новую ступень обучения. Данное занятие может входить в комплекс мероприятий или программу, направленную на профилактику буллинга в школьной среде.

План подготовки:

Время: конец первой четверти, четвертая неделя октября.

1. Обращение к волонтерской группе с предложением провести мероприятие для пятиклассников.
2. Встреча с волонтерами, обсуждение идеи, выбор формы, методов, упражнений, техник для занятия.
3. Написание конспекта занятия.
4. Проигрывание (репетиция) занятия в волонтерской группе с целью подробного анализа и обсуждения.

Подробное описание:

1. Вводная часть

Педагог-психолог: «Добрый день, ребята! Сегодня у нас необычная встреча. И проведут ее для вас учащиеся 10 класса, участники волонтерского объединения. Передаю им слово».

Ведущий: «Привет, ребята! Мы рады приветствовать вас на занятии "Ты уникален, и я уникален, или Мы — команда!". Внимание на экран!»

Демонстрируется видео «О команде» (<https://www.youtube.com/watch?v=GeB2HfY-RTw>).

Ведущий обсуждает с участниками:

- О чем видео? (О силе команды)
- Можно ли ваш класс назвать командой?
- Почему?
- Какие качества или черты присущи команде? (Записать на флипчарте)

2. Основная часть

Упражнение «Башня без слов»

Ведущий: «Продолжим. Сейчас первый ряд и первый вариант второго выходят из-за парт. Пройдите к доске. третий ряд и второй вариант второго ряда тоже выходят из-за парт и проходят к стендам. Таким образом, у нас с вами получилось две команды. Сейчас вам необходимо БЕЗ слов, БЕЗ клея, БЕЗ ножниц построить как можно более высокую башню, используя только листы бумаги. Сгибать, мять их можно! Приступайте. Время на построение — 10 минут».

Рефлексия:

- Удалось ли справиться с поставленной задачей?
- Что мешало прийти к единому мнению?
- Что помогло договориться в методах и способах постройки башни?
- Нравится ли результат?

Упражнение «Человечек»

Ведущий: «Вы были правы, когда говорили о том, что без слов достаточно непросто объяснить что-то другому человеку. У меня в руках бумажная фигурка человека. Сейчас я попрошу вас вспомнить обидные и неприятные слова, которые вы иногда использовали в своей речи при общении с одноклассниками».

Дети называют слова, а ведущий загибает части тела бумажного человека.

Ведущий: «Посмотрите, что произошло с нашей фигуркой. Какой вывод можем сделать?»

Ведущий подводит ребят к мысли о том, что слова ранят очень больно, наши необдуманные фразы способны «сломи́ть» человека.

Ведущий: «А сейчас давайте постараемся помочь человечку вернуться в прежнее состояние! Для этого назовите, пожалуйста, приятные слова и поддерживающие фразы».

Дети называют. На каждое доброе слово или фразу ведущий разгибает часть бумажной фигуры.

Ведущий: «Посмотрите! Удалось нам вернуть прежнюю форму фигуре человечка? К сожалению, нет. Обидные слова уже оставили свой след в душе человека».

Рефлексия:

- Какой вывод можно сделать из этого упражнения?
- Часто ли мы задумываемся о последствиях сказанных слов?
- Назовите пословицы и поговорки о силе слов.

Ладошка дружбы

Ведущий: «На столах у вас находятся Ладошки — символ искренности, дружбы, готовности помочь и поддержать. Напишите, пожалуйста, на каждом пальчике комплимент или приятную поддерживающую фразу. А теперь подарите ее своему соседу по парте со словами "Я рад(а), что учусь с тобой в одном классе!"»

Рефлексия:

- Легко ли было писать добрые поддерживающие слова?
- С какими чувствами вы подарили свою Ладошку?
- С каким чувством принимали Ладошку от одноклассника?

3. Заключительная часть

Ведущий: «Теперь попрошу вас встать в круг и, передавая эту свечу, высказать свое мнение о сегодняшнем занятии».

Педагог-психолог: «Спасибо вам, ребята-волонтеры, и вам, дорогие пятиклассники, за искренность, включенность и участие в сегодняшнем занятии. До новых встреч!»

МАСТЕРСКАЯ «ЖИВОЙ МУЗЕЙ: АНТИБУЛЛИНГОВЫЕ ИНСТАЛЛЯЦИИ. ЧТО ПОМОГАЕТ НАМ ПОНИМАТЬ ДРУГ ДРУГА?»

Колосова Е. Б.

Целевая аудитория: ученики 6–7 классов школы, в которой реализуется инклюзивное обучение.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (эти личностные УУД достигаются через опыт общения с детьми, активный поиск ответов на их вопросы, помощь в создании инсталляций, совместный просмотр видео и организация групповой работы детей):

- повышение толерантности и коммуникативной компетентности,
- формирование умения работать в группе и организовывать, направлять групповую работу,
- умение аргументировать собственную точку зрения,
- умение управлять беседой и дискуссией;

Б) для целевой аудитории (личностные и метапредметные результаты УУД):

- повышение жизнестойкости (психологической резильентности),
- расширение поведенческого репертуара в ситуации неопределенности,
- присвоение гуманистических ценностей — принятие другого человека.

Время, необходимое на подготовку: две встречи по 45 минут (подготовка подростков-организаторов) + 45 минут (инструктаж подростков-организаторов) + 20 минут (подготовка аудитории) + 20 минут (подготовка необходимых материалов).

Время, необходимое на проведение: два урока по 45 минут (сдвоенный урок) — рекомендуется проведение в рамках внеурочной деятельности, организуется с программой школы «Воспитание».

Вспомогательные материалы: хорошо пишущие фломастеры или маркеры — по одному на участника, листы А4 — пачка (будут использоваться с одной стороны), малярный скотч, доска или стена, на которую можно прикреплять листы А4 на малярный скотч, флипчарт или доска для ведения записей, оборудование для показа фрагментов видео (фильм «Чудо» (Wonder), 2017, США, режиссер Стив Чбоски), распечатанные материалы (сцены из фильма «Чудо» или другого фильма по выбору педагога на тему неприятия ребенка в школе из-за особенностей развития), оборудование для фотографирования или съятия видео в финале занятия, листы с номерами от 1 до 7.

Краткое описание идеи:

Подростки-организаторы в беседе с учащимися 6–7 классов поднимают проблему школьного буллинга, смотрят и обсуждают подобранное видео. Создают «живые инсталляции» как ответ на вопрос, что помогает понять друг друга и наладить общение. Каждое из умений, которому необходимо научиться, предстает в виде «музейного экспоната», «живой инсталляции». Образовательный продукт встречи: фото и/или видео «живых инсталляций» с комментариями авторов. Эти «экспонаты» можно передавать другим школам, обсуждать в комментариях и создавать свои.

План подготовки:

1. Минимум за две недели до проведения активности педагог собирает подростков — потенциальных организаторов, объясняет задачу, дает время для самоопределения.
2. Первая встреча с подростками-организаторами: просмотр фильма «Чудо» и обсуждение по методике безоценочного интервью (Приложение 1).
3. Вторая встреча с подростками-организаторами: инструктаж к работе с учащимися 6–7 классов, комментарии по поводу специфики школы (инклюзивный образовательный процесс, в котором и дети, и родители, и педагоги нуждаются в поддержке и наращивании умений общаться, видеть ресурс в различии людей).
4. Подбор материалов для мастерской с детьми.
5. Уточнение в школе времени, места, просьба заранее проверить аудиторию и оборудование.

Подробное описание:

1. Подростки-организаторы обращаются к учащимся 6–7 классов за помощью в создании «живого музея», который поможет ребятам научиться понимать и поддерживать друг друга, несмотря на особенности здоровья, внешности и т. д.
2. За 10 минут ведущие рассказывают историю, как в одной из школ мальчика с нарушениями здоровья, который сильно отличается внешне, обзывали, насмехались, а еще отговаривали от общения с ним детей, которые хотели бы включить его в общие классные и внеклассные дела. Подростки-организаторы помогли наладить отношения в этой школе, дети поняли, что люди разные и каждый может внести свой вклад в общее дело класса, в дружбу, помощь, поддержку. Оказалось, что ребята не знали, как понять и принять другого, не умели находить общий язык. И мальчик, и дети в его классе хотели бы помочь ребятам, которые сталкиваются с похожими ситуациями.
Затем подростки-организаторы обсуждают с участниками вопросы:
 - Чему и как мы для этого должны научиться?
 - Что помогает нам понимать друг друга, даже если это непросто?
3. В течение 20 минут подростки-организаторы показывают участникам отрывки из фильма «Чудо» (Приложение 2) и обсуждают, что происходит с главным героем, который не похож на других детей и сильно отличается от них внешне. Обсуждают причины неприятия. Сравнивают с ситуацией, о которой они рассказали в начале встречи. Ищут общее и разное. Задают вопросы:
 - Что помогло героям фильма понять друг друга и научиться общаться?
 - Чего они не умели? Можно ли этому научиться?
4. За 3 минуты подростки-организаторы помогают участникам разделить на микрогруппы по 3–5 человек. Каждой микрогруппе выдаются листы формата А4 и хорошо пишущие маркеры. Задание: за 7 минут обсудить в группе и сформулировать по одному-три умения к каждому вопросу:

- Чему должны научиться ученики класса, в котором есть мальчик, похожий на героя фильма Агги (то есть ребенок, которого не принимают другие)?
- Чему должен научиться ребенок, которого не принимают в школьном коллективе (якобы из-за его отличия от других, но это повод, а не причина)?
- Чему должны научиться все мы, чтобы уметь правильно себя вести в таких ситуациях (когда встречаемся с неприятием, буллингом в школе)?

Каждое умение записывается крупно на отдельном листе А4.

5. В течение 10 минут ведущие по очереди приглашают представителей каждой группы с одним листком, на котором записано умение. Каждый лист прикрепляется на доску или стену так, чтобы справа от него было свободное место. Работа должна идти быстро и оперативно. Если умение похоже на предыдущие; то лист размещается по вертикали, если умение принципиально другое по содержанию, то по горизонтали. В итоге на доске или стене образуются «столбики» из листов А4, на которых записаны умения и их конкретизация, уточнение, составные части. Каждому умению присваивается имя (название) и номер.
6. За 3 минуты умения распределяются между группами случайным способом (представители групп вытягивают жребий: свернутые листочки с написанными номерами)
Затем дается задание: за следующие 15 минут придумать и разыграть смысл этого умения так, как будто это «живой экспонат», инсталляция в музее.
7. Общий просмотр и обсуждение в течение 14 минут: по команде организаторов группы по очереди показывают то, что придумали. После показа зрители высказывают версии, что это было за умение, что помогло понять; где этому умению можно научиться. Ведущие фотографируют инсталляции или снимают видео.
8. За 5 минут создается общая «живая скульптура». Участники по очереди выходят «к доске», то есть к такому месту в аудитории, где сможет разместиться вся группа. Первый участник принимает позу и жест, который символизирует, по его мнению, одно из умений, над которым работали в мастерской. Второй выходит вслед за первым и словно «пристраивается» к нему, телесно выражая другое умение. Так продолжается, пока последний участник не займет свое место. Все молчат. Ничего не обсуждается. Ведущие (педагоги-организаторы) фотографируют получившуюся «живую скульптуру».
9. В завершение участники аплодируют друг другу. Ведущие благодарят за содержательный вклад в занятие и договариваются о встрече через 1–2 недели, чтобы обсудить, удалось ли попрактиковать умения. Возможен пятиминутный блиц-круг впечатлений участников.

Методика безоценочного интервью

(текст принадлежит А. Б. Никитиной, кандидату искусствоведения, доценту МГПУ;
руководителю Педагогической части МОГТЮЗ)

Методика обсуждения художественного события (спектакля, видео и др.) была разработана сотрудником педагогической части Московского ТЮЗ О. И. Троицкой в середине 80-х годов XX века. В основе методики лежит представление о том, что каждый человек имеет право испытывать по отношению к увиденному любые чувства, но никому не дано право вешать ярлык на произведение чужого творчества. То есть каждый имеет право сказать: «Для меня это было тягостное зрелище» или «Мне было тепло и радостно во время спектакля», но в то же время лучше не позволять себе высказываний типа: «Это — безобразное, а это — великое произведение искусства». Выстраивая беседу по спектаклю в определенной логике, интервьюер помогает зрителям пройти путь самостоятельного и личностного постижения увиденного. Ниже мы предлагаем примерный план построения такой беседы.

1. Вопросы на пробуждение эмоциональной памяти
Закройте глаза. Какая картинка (звук, текст и т. д.) всплывают у вас в памяти в первую секунду, когда произносят название произведения (фильма, спектакля)?
2. Вопросы на легализацию и слив негативных эмоций
Например, где вам было скучно? Что вас откровенно раздражало?
3. Вопросы на пробуждение позитива и разрешение эмоциональной реакции.
Например, где вы искренне смеялись? Где хотя бы улыбались?
4. Вопросы на глубинное переживание
Например, где было ощущение, что действие захватило вас по-настоящему и до конца? Где было грустно, больно, хотелось поплакать?
5. Вопросы на личностную идентификацию
Например, за кем из героев вы чаще всего наиболее пристально следили? Были ли такие моменты, где вам было особенно радостно или страшно за них? Где вам было за них стыдно? Где вам хотелось бы помочь герою, оказаться на его месте или рядом с ним? Если бы вы могли с ним познакомиться, кем бы вы хотели его иметь: братом или сестрой, другом, старшим товарищем, бабушкой или дедушкой, тетей или дядей, кем-то еще? О чем бы вы с ним разговаривали? Как бы проводили время (разговаривали, молчали, гуляли, играли в футбол и т. д.)?
6. Вопросы на осознание художественного образа
Например, если бы произведение не имело названия, как бы вы его назвали? Если бы в произведении не было таких-то сцен, изменилось бы что-то в вашем восприятии? Что? Если бы там была не такая, а другая музыка (цветовая гамма, декорации и т. д.), что-то изменилось бы для вас? Что?
7. Вопросы на осознание основного пафоса произведения
Например, кому из своих близких и знакомых вы посоветовали бы посмотреть (прочитать, послушать) это произведение? Почему? Что бы вы ему при этом сказали? Кому вы не советовали бы это читать (смотреть, слушать) и почему? Хотите ли вы сами прочитать (посмотреть, послушать) это еще раз? Или что-то другое этого же автора? С этими же исполнителями? Какого рода произведение вы хотели бы увидеть?

Следует помнить о том, что приведенная выше структура — лишь схема. В каждом конкретном случае нужно понять:

- Какие вопросы будут оптимальны для конкретной аудитории (возраст, характер, зрительский опыт) и сколько их должно быть?
- Какие вопросы уместны для конкретных обстоятельств (общались с произведением только что, недавно, давно; утро, день, вечер, мера усталости; комфортная или некомфортная аудитория и т. д.)?
- Какие вопросы наиболее точно вскроют образный строй конкретного произведения?

Приложение 2

Ссылки на отрывки из фильма «Чудо»

<https://www.youtube.com/watch?v=4Z9PVEZSeNo>

В этом отрывке рассказывается история героя, его семьи, описываются заболевание и трудности, с которыми он столкнулся в раннем детстве. Вследствие генетического заболевания у героя неординарная внешность. Он прошел через множество мучительных операций, чтобы состояние здоровья позволило ему жить полноценной жизнью.

<https://www.youtube.com/watch?v=TkSxcTKmq2I>

В этом отрывке одноклассники смеются и говорят обидные слова главному герою, мальчику с неординарной внешностью, который только начал ходить в школу вместе с другими детьми.

https://www.youtube.com/watch?v=FLE_gux-EGA

В этом отрывке главный герой первый раз посещает школу и сталкивается с непониманием и агрессией детей.

<https://www.youtube.com/watch?v=HrqrNNvVviY>

В этом отрывке главный герой встречает первого друга и начинает общаться.

https://www.youtube.com/watch?v=tf_2N2Nbx-0

В этом отрывке показаны трудности, с которыми сталкиваются Огги и ребята в классе: и его друзья, и те, кто не принимает, старается задеть и обидеть.

ЗАНЯТИЕ «РАЗ, ДВА — ДРУЖНО»

Комиссарова И. Л.

Целевая аудитория: учащиеся 2 класса.

Организаторы: учащиеся 9 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие коммуникативных навыков,
- развитие лидерских навыков,
- опыт в организации и проведении мероприятий;

Б) для целевой аудитории:

- расширение знаний о друге, о дружбе,
- формирование умения дружить, беречь дружбу, общаться в коллективе,
- развитие дружеских отношений доброжелательности, уважения друг к другу.

Время, необходимое на подготовку: 1 день.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: ноутбук, проектор, экран, листы бумаги А4, цветные карандаши.

Краткое описание идеи:

Занятие нацелено на сплочение коллектива одноклассников. Задача — показать какую роль играют в нашей жизни друзья, какими качествами должен обладать настоящий друг, а также воспитывать вежливость и стремление дружить с одноклассниками.

План подготовки:

1. Подбор и просмотр учащимися 9 класса мультипликационных фильмов на тему дружбы.
2. Подготовка шаблонов-яблок с правилами дружбы для «Дерева дружбы».

Подробное описание:

1. Просмотр и обсуждение первого мультфильма

Ведущий: «Здравствуйте, ребята. Чтобы узнать, о чем будем говорить на занятии сегодня, я предлагаю вам посмотреть мультипликационный фильм "Мишка-задира"».

Участники смотрят мультфильм.

Затем ведущий по очереди задает вопросы и слушает ответы детей:

- О чем этот мультфильм?
- О чем мы сегодня будем говорить на занятии? (О друзьях и о дружбе)
- Знаете ли вы, что такое дружба?

- А у нас в классе были такие ситуации, как в мультфильме «Мишка-задира»?
- Мишка-задира исправился? Нашел он настоящих друзей?
- Какой совет дают герои мультфильма? («Всем советуем дружить, ссориться не смейте! Без друзей нам не прожить ни за что на свете!»)
- Кого можно назвать настоящим другом?

2. Просмотр и обсуждение второго мультфильма

Ведущий предлагает посмотреть мультипликационный фильм «Тимка и Димка», а затем проводит обсуждение:

- О чем этот мультфильм?
- Медвежонок Димка понял, что вел себя неправильно?
- Кто ему в этом помог? (Котенок Тимка)

3. Физкультминутка «Наши друзья»

Ведущий: «Ребята, а любите ли вы трудиться? Как вы думаете, работать лучше одному или вместе с друзьями?»

Дети отвечают.

4. Просмотр и обсуждение третьего мультфильма

Ведущий предлагает посмотреть мультипликационный фильм «Раз, два — дружно», а затем проводит обсуждение:

- О чем этот мультфильм?
- Назовите положительных героев.
- Назовите отрицательных героев.
- Кто же все-таки помог лосю в трудной ситуации, муравьишка?

5. Упражнение «Яблонька дружбы»

Заранее заготавливаются карточки в форме яблок с написанными на них законами дружбы: доверять другу, делиться новостями, успехами или неудачами; радоваться с другом его успехам; уметь хранить тайны; предлагать помощь; защищать друга; делать так, чтобы другу было хорошо в твоём обществе; всегда выполнять свои обещания; уважать право друга иметь и других друзей. Эти карточки крепятся к доске.

Ведущий: «Ребята, а вы знаете, что существует десять законов дружбы? Каждый закон мы записали на яблочках. Вам надо их прочитать, запомнить и прикрепить к нашей яблоньке».

Дети по очереди выходят к доске, читают правило, записанное на яблочке, и прикрепляют к заранее заготовленному дереву.

Ведущий: «Какие из этих правил вы уже выполняете? А каким правилам бы вы хотели научиться?»

Дети отвечают.

6. Завершение занятия

Ведущий: «На этом наше занятие подошло к концу. Хочется его закончить песенкой "Улыбка" из мультфильма "Крошка Енот"».

КЛАССНЫЙ ЧАС — ТРЕНИНГ «ВСЕ ВМЕСТЕ КАК ОДНО»

Коровникова Д. С.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов (20 человек).

Организаторы: учащиеся 11 класса, прошедшие обучение по антибуллинговой программе «Каждый важен» (3 человека).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- формирование социальной активности,
- развитие лидерских и коммуникативных качеств,
- умение работать с командой, вовлекать в процесс других учащихся,
- умение четко давать инструкцию к упражнениям и вести обсуждения,
- умение организовывать обратную связь;

А) для целевой аудитории:

- сплочение коллектива,
- умение понимать свои эмоции и чувства и управлять ими,
- умение четко излагать свое мнение,
- умение договариваться со сверстниками,
- умение решать конкретные задачи,
- развитие креативности.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа 30 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: 2 листа А4 или ватмана, листы с заданиями для каждой команды (по количеству участников), карандаши, фломастеры, стулья.

Краткое описание идеи:

Классный час-тренинг сможет помочь учащимся осознать свою уникальность в классном коллективе, повысит желание общаться с одноклассниками, уменьшит негативные реакции, создаст почву для устойчивого микроклимата класса.

План подготовки:

1. *Кто проводит?* Оповещение старшеклассников и распределение обязанностей: 1 ведущий, 2 помощника.
2. *Что проводить?* Утверждение литературных источников, поиск информации, создание тренинговых упражнений.
3. *Что необходимо?* Составление списка оборудования, распечатка материалов.
4. *Где проводить?* Подготовка кабинета для проведения классного часа.

Подробное описание:

1. Вводное слово

Ведущий: «Добрый день, дорогие ребята! Сегодня у нас состоится необычный классный час. Почему? Все потому, что его проведем мы, ученики 11 класса. Все

мы когда-то задумывались о идеальной школе. Давайте, подумаем, а какая же школа для вас идеальная?»

2. Упражнение «Идеальная школа»

Старшеклассники распределяют ребят на две команды по 10 человек. Каждый из членов команды получает конкретное задание, четко прописанное на отдельном листочке. Листочек с заданием должен видеть только тот участник, которому он был выдан. По правилам, участник не должен никому показывать свое задание и должен сделать так, чтобы совместно нарисованная школа соответствовала тому, что написано на его листочке.

Примеры заданий:

- Школа должна состоять 7 этажей.
- Вся школа имеет серый контур.
- У школы бордовая крыша.
- В школе 30 окон.

Сложность заключается в том, что членам команд нельзя разговаривать. После выполнения упражнения командам дается время на защиту своего мини-проекта «Идеальная школа». Каждая команда защищает свой проект, а затем проводится обсуждение.

Ведущий: «Вы большие молодцы. Отлично справились с этим упражнением. Давайте ответим на несколько вопросов:

- На каком этапе выполнения упражнения у вас возникли трудности?
- Как удалось их решить?
- Что в этом упражнении было самым необычным?»

3. Упражнение «Мой класс»

Ведущий: «Как сказал французский писатель Поль Жеральди, нужно иметь что-то общее, чтобы понимать друг друга, и чем-то отличаться, чтобы любить друг друга. Итак, идеальную школу мы с вами построили. Теперь давайте построим класс». Старшеклассники распределяют ребят на две команды по 10 человек. Ведущий обозначает, что каждая из команд должна стать настоящим классом. Перед каждым участником стоит выбор, каким предметом (который находится в классе) ему стать: дверью, доской, партой, зеркалом или мебелью, указкой или мелом. У каждого предмет свой. *Ведущий подбадривает ребят:* «Самое главное, что вы должны быть настоящим и сплоченным классом! Постройте свой класс!» Во время выполнения этого упражнения между членами своей команды общаться разрешено.

После выполнения упражнения командам дается время на защиту своего мини-проекта «Мой класс». Каждая команда защищает свой проект, а затем проводится обсуждение.

Ведущий: «Здорово, у вас получилось быть одной сплоченной командой! Но хочется задать несколько вопросов:

- Как вы взаимодействовали между собой?
- Насколько быстро у вас получилось определить свою роль в «классе»?
- Почему именно эта роль вам по душе?»

После обсуждения ведущий делает вывод: «Надеюсь, вы осознали, что каждая часть вашего "класса" очень важна. Класс нуждается в них всех, потому что каждая выполняет свою индивидуальную функцию, непосильную для других».

4. Упражнение «Переместись»

Ведущий предлагает проверить, насколько внимательными были участники в течение мероприятия. Старшеклассники делят класс на две команды по 10 человек. По периметру класса в два круга расставлены стулья. Участники занимают свои места в соответствии с командным распределением. Каждый из старшеклассников выходит в центр одного из кругов, но для них запасного свободного стула нет. Задача участников заключается в том, чтобы поменяться местами (переместиться) со всеми, кто обладает общими признаками: цветом одежды, маркой обуви, цветом волос, месяцем рождения, хобби и т. п. К примеру, ведущий скажет: «Переместитесь те, кто увлекается футболом». Тогда все, кто увлекается футболом, должны поменяться местами. Тем, кто находится в центре круга (сначала это старшеклассники), необходимо как можно быстрее занять любое из освободившихся мест, а тот, кто остается в центре, становится ведущим.

5. Завершение занятия

Ведущий: «Наш классный час подходит к концу. Мы надеемся, что помогли вам стать еще чуточку ближе друг к другу. Давайте поблагодарим себя и продолжим строчку "Спасибо классу за...". До новых встреч! До свидания!»

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО-ТЕАТРАЛЬНАЯ ИГРА «ПЛАНЕТА ТОЛЕРАНТНОСТИ» (вводная перед курсом тематических занятий)

Костикова Т. В.

Целевая аудитория: активы учащихся 5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- практическое применение знаний об антибуллинговых интерактивных технологиях,
- совершенствование навыков командной работы,
- проявление устойчивого желания проводить систематические занятия по программе «Каждый важен» для младших подростков;

Б) для целевой аудитории:

- осознание понятия «команда»,
- знакомство с навыками командной работы и конструктивными формами коммуникации с одноклассниками.

Время, необходимое на подготовку: 3 недели.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: мультимедийный проектор + экран (интерактивная доска или доска МЭШ), доска (пробковый стенд) на стойке + магниты (цветные кнопки), мультимедийная презентация, гитара, 6 стульев (4 «пенки» — туристических коврика), цветная и белая бумага А4 (односторонняя, средней плотности), ножницы + простой карандаш + маркеры (разноцветные) + лепесток с ребусом (по одному комплекту для каждой команды).

Краткое описание идеи:

Участники игры поэтапно «проходят путь» от знакомства друг с другом через взаимодействие внутри команд до совместной продуктивной деятельности — создания «цветка толерантности». В команде у них будет возможность искать ответы на вопросы, анализировать увиденное и услышанное, разгадывать ребус, «перевоплощаться» в скульптуру, чувствовать плечо друга, находясь в большом «орлятском кругу».

План подготовки:

Подготовку проводит куратор с командой организаторов — 12 человек — из числа учащихся 8–10 классов, прошедших курс занятий по программе «Каждый важен».

| № | Описание действий | Время |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1. | Организационная встреча. Педагог проводит разминочный тренинг с применением упражнений из театральной педагогики (игра «Это я», «Поймать хлопок», «Хаос», «Занимаем пространство в образах», «Блиц-превращения») и рассказывает идею активности. Старшеклассники детализируют сценарий проведения: идеи содержания отдельных блоков и ребусов, рефлексий (промежуточных и итоговой); распределяют | 2 часа |

| | | |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| | обязанности между собой: ведущие (2 человека), кураторы команд-участниц (5 человек), системный администратор (1 человек), видеооператор (1 человек), фотограф (1 человек), гитарист (1 человек); реквизитор — хранитель времени (1 человек). | |
| 2. | Работа старшекласников с пятиклассниками: проводят разминочные тренинги с применением упражнений из театральной педагогики (игра «Это я», «Поймать хлопок», «Хаос», «Занимаем пространство в образах», «Блиц-превращения»), игры «Ком» и «Крокодил». | 2–3 раза в неделю (на переменах) |
| 3. | Подбор материалов для мультимедийной презентации — сопровождения игры; выбор песенного материала для итоговой рефлексии; разработка вопросов для промежуточных рефлексий. | в течение недели после организационной встречи |
| 4. | Встреча организаторов: обсуждение выбранных материалов для мультимедийной презентации — сопровождения игры и итоговой рефлексии; подготовка вопросов для промежуточных рефлексий; разработка ребусов. | 2 часа |
| 5. | Подготовка мультимедийной презентации — сопровождения игры; продумывание проекта текст ведущих. | в течение недели |
| 6. | Встреча организаторов: обсуждение текста ведущих, знакомство с мультимедийной презентацией — сопровождением игры и личностными характеристиками команд. | 2 часа |
| 7. | Доработка мультимедийной презентации — сопровождения игры; печать общего сценария; сбор необходимого реквизита. | в течение недели |
| 8. | Финальная встреча организаторов: отработка текста с ведущими, подготовка раздаточного материала и реквизита, «проработка» финальной рефлексии. | 2 часа (за день до проведения) |
| 9. | Подготовка пространства проведения: расстановка мебели и размещение реквизита в соответствии с размещением команд (Приложение), проверка аппаратуры, «запуск» мультимедийной презентации, «настройка» организаторов. | за 1 час до начала проведения |

Подробное описание:

Вся игра сопровождается мультимедийной презентацией — ее содержание готовится старшекласниками.

1. Сбор участников активности

Кураторы приводят свои команды, которые «образуют» общий круг в центре вместе с организаторами. Педагог за кругом наблюдает на расстоянии.

2. Пролог и разминка

Эта часть занимает 15 минут.

Ведущие: «Здравствуйте, дорогие пятиклассники! С прибытием на нашу планету! Представляем вам ее коренных жителей: мудрецы — ваши кураторы, экскурсоводы — ведущие игры, пресс-служба, системный администратор, реквизитор —

хранитель времени и... душа — гитарист. Начнем с игры "Это я". Мы задаем вопрос, который начинается со слова "кто", а каждый из вас отвечает: "Это я", если согласны. Готовы?»

Участники (хором): «Да!»

Ведущие: «Отлично. Начинаем!

- Кто часто бывает позитивным?
- Кто умеет слушать другого?
- Кто обычно грустит?
- Кто умеет дружить?
- Кто умеет взаимодействовать?
- Кто знает, что такое команда?»

Затем участники перестраиваются из круга в пять рядов и встают в шахматном порядке. Ведущие располагаются лицом к участникам и проводят упражнения «Поймать хлопок» и «Толпа» (Приложение). После слов ведущих «Молекула-5» образуются команды по 5 человек, которые затем расходятся по своим местам.

3. Развитие сюжетной линии

Эта часть занимает 1 час.

Ведущие: «Начинается работа в командах. Ваша задача — выяснить между собой, с чем у вас ассоциируется слово "команда", продумать объяснение своей версии, а потом создать "живую картинку" — загадку, иллюстрирующую эту ассоциацию. Для этого у вас есть 5 минут».

Команды работают в течение 5 минут.

Хранитель времени: «5 минут, 5 минут, много ли это или мало, но они прошли».

Ведущие: «Каждая команда по часовой стрелке, начиная с той, которая ближе к нам слева, показывает свою загадку. Другие команды после 30 секунд обсуждения дают свой вариант ответа, что считали с "картинки", с пояснением. После этого авторы загадки озвучивают свою ассоциацию с пояснением».

Команды выступают в течение 8 минут.

Ведущие: «Вы все молодцы! Вместе, слушая, дополняя, тем самым помогая друг другу, вы самостоятельно выяснили, что означает слово "команда". Настала пора придумать название и девиз вашим коллективам. Эти символы должны характеризовать отличительные черты каждого представителя команды и какую-то общую черту для всех, а еще — отражать принципы вашего взаимодействия внутри коллектива. Другими словами, ваша задача — через действие и слова рассказать о себе всем вместе. У вас будет 5 минут на то, чтобы придумать название и девиз, и еще 1 минута, чтобы презентовать. Мы просим вас вырезать максимально большой лепесток цветка из листа цветной бумаги (лепесток может быть любой формы) и крупно, разборчиво написать на нем маркером название вашей команды».

По истечении 5 минут каждая команда выходит и представляется, после чего размещает свой лепесток будущего цветка на доске, оставляя место для его сердцевины. Через 8 минут на доске появляется «цветок толерантности».

Ведущие обращают внимание на «цветок толерантности»: «Вы взаимодействовали, внимательно слушали друг друга, лучше познакомились и в результате создали красочный цветок! Посмотрите на него, полюбуйте»

результатами совместной деятельности, определитесь с чувством, которое возникло у каждого из вас. Но нет предела совершенству! Поэтому мы предлагаем вам добавить в него лепестков, что бы он стал пышнее. Для этого обменяйтесь возникшими личными чувствами между собой в команде, определитесь с цветом, который соответствует им, вырежьте лепесток и напишите на нем пожелание другой команде. Для этого у вас есть 3 минуты».

Команды работают в течение 3 минут.

Ведущие: «Выберите, пожалуйста, из каждой команды делегата, который передаст пожелание другой команде. Для выбора у вас есть 1 минута».

Ведущие просят делегатов перейти в другие группы. По одному участнику из группы перемещаются по часовой стрелке. Делегаты зачитывают пожелание своей группы новому коллективу, в котором они оказались. На это дается 2 минуты.

Ведущие: «Дорогие гости нашей планеты! Вам предстоит новое испытание в обновленных коллективах».

Ведущие моделируют общую ситуацию (в класс пришел «новенький») либо раздают каждой команде описание ситуации. Ребята обсуждают ситуацию, а затем показывают тематический этюд. Другой вариант: на экране картинка «конфликта», а задача ребят — смоделировать противоположную ей зарисовку (этюда). На упражнение отводится 10 минут.

После выступления каждая группа крепит свой лепесток магнитами к цветку.

Ведущие: «Дорогие гости нашей планеты, вы — большие молодцы! (*Обращают внимание на цветок*). Наш цветок стал еще лучше! Спасибо вам!»

Ведущие: «Как вы считаете, вы помогли друг другу? А мы вам? Если бы вы это делали в одиночку, смогли ли за это время узнать столько нового и создать красивый цветок? Что приятней: доказывать личную "правоту" или договариваться? Легче познавать мир в одиночку или вместе?»

Участники отвечают на вопросы ведущих (выслушивается мнение каждой команды), после чего ведущие подводят итог. На это отводится 3 минуты.

Затем ведущие обращают внимание участников на то, что «цветок» на доске не имеет сердцевин, прикрепляют в центр заранее заготовленный круг со словом «толерантность» и сообщают о следующем испытании «Ребусоград».

Ведущие: «Испытания продолжаются. Каждой команде предстоит разгадать слово, зашифрованное в ребусе. Просим представителей команд подойти к нам и вытащить лепесток с ребусом. Вы разгадываете слово и пишете его маркером на цветной стороне лепестка. Через 3 минуты представители команд по очереди, выходят и прикрепляют лепестки к цветку, а команда произносит хором отгаданное слово».

Участники выполняют упражнение в течение 10 минут.

Ведущие обращают внимание участников на цветок, говоря о том, каким он стал красивым, пышным, «расцвел на глазах», и предлагают хором озвучить разгаданные слова.

Ведущие: «Толерантность — это...»

Участники (хором): «Взаимодействие, взаимовосприятие, взаимопонимание, взаимоуважение, взаимовыручка».

На это уходит 2 минуты.

4. Эпилог

Эта часть занимает 15 минут.

Ведущие приглашают всех участников в общий круг, организаторы тоже участвуют. Участники располагаются так, чтобы правая рука каждого лежала на плече соседа справа, а левая — на плече соседа слева. Гитарист садится в центр круга. Участники разучивают и поют песню «Ты, да я, да мы с тобой».

В завершение участники создают скульптуру «Толерантность». Организаторы активности применяют для этого упражнение «Пристройка» из актерского тренинга: первые представители команд встают скульптурой «Толерантность», а остальные к ним «пристраиваются», занимая удобное место и принимая позу. Ведущие делают общую фотографию.

Приложение

Упражнения из актерского тренинга

«Поймать хлопок»

Ведущие предлагаю поймать их хлопок как воображаемый предмет. Сначала пятиклассникам предлагается представить, что им бросают по конфетке. Важно, чтобы все ребята-участники «поймали» хлопок-конфетку дружно, как один. Если получается разнобой, это значит, что конфетки рассыпались. Можно варьировать разные предлагаемые обстоятельства и предметы, можно предложить ребятам «ловить» хлопки в образах.

«Толпа»

Сначала дается задание занимать пространство, что означает «постоянно перемещаясь на свободное место, равномерно распределяться по площадке». Для этого участники должны видеть всю площадку и партнеров на ней, находить свое место так, чтобы, ни с кем не сталкиваясь и постоянно двигаясь вместе со всеми, создавать равномерное распределение группы в пространстве. Возможны усложнения, которые могут состоять в изменении скорости движения от 1 до 5, где первая — самая медленная, а пятая — самая быстрая.

«Молекула»

Команда «Молекула» означает объединение в группы по названному количеству человек. Например, ведущий говорит: «Молекула-5» — и участники моментально объединяются в группы по пять человек.

ПРОГРАММА УРОКОВ «ТРАВЛЕ — НЕТ!»

Кузнецова С. В.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- просвещение в вопросах буллинга,
- командообразование,
- вовлечение в процесс помощи жертве,
- развитие чувства ответственности за безучастное отношение к проблеме;

Б) для целевой аудитории:

- командообразование,
- развитие эмпатии,
- обучение навыкам взаимопомощи.

Время, необходимое на подготовку: 3 урока по 45 минут (с 8 классом).

Время, необходимое на проведение: 2 урока по 45 минут (в 5 классе).

Вспомогательные материалы: ноутбук (проектор), 4 мягкие игрушки (мы использовали миньонов), ватман (2 шт.), стикеры (не менее 2 шт. на каждого ученика), фломастеры, карандаши.

Краткое описание идеи:

Процесс работы начинается с класса организаторов. Психолог проводит занятия в полном объеме, чтобы ребята поняли задачу их работы в 5 классе. Первый урок посвящен просмотру социальных роликов и работе в командах. Выделяются четыре основных персонажа буллинга, они раздаются командам (каждая игрушка олицетворяет одного персонажа). Команды отвечают на вопросы по своему персонажу. Психолог наводит ребят на вывод о важности роли защитника и помощи в ситуации травли. Второй урок посвящен творчеству: каждый ученик на ватмане рисует себя, после в центре рисуется картинка всего класса. На стикерах участники отвечают на вопросы, чем они отличаются и чем похожи, клеят на ватман и сохраняют в своем классе.

План подготовки:

1. Первый этап подготовки — согласование расписания. Нужно выделить в 8 классе два урока на проведение занятий. После занятий из всего класса выделяется инициативная группа (по желанию учеников), которая в дальнейшем будет проводить занятия в 5 классе. Персонально с ними проводится три занятия с углубленным обучением и анализом деятельности. Инициативная группа в нашем случае составила 6 человек (4 девочки и 2 мальчика). Далее есть риск встретиться со сложным организационным моментом — задачей совместить уроки в 5 и 8 классе. Мы воспользовались отсутствием уроков, на время «окон в расписании» 5 класса освободили от двух занятий инициативную группу и провели акцию.
2. Для проведения занятий понадобится скачать социальные ролики (Приложение), подготовить воспроизводящее их устройство, обзавестись

нужным инвентарем (Вспомогательные материалы) и заранее изучить суть практической и теоретической работы.

Подробное описание:

Первый и второй уроки в обоих классах — как в 8, так и в 5 — будут одинаковыми, чтобы показать 8 классу сам процесс работы и включение в проведение акции. После проведения уроков для инициативной группы проводится отдельное занятие с полным разъяснением и инструктажем, кто какую роль исполняет в 5 классе. Здесь психолог сам оценивает потенциал ребят и предлагает удобные им элементы помощи в проведении занятия. Можно проиграть сценарий занятия, если ребята не уверены в своих силах, провести репетицию.

1 урок

1. Первое занятие мы начинаем с просмотра мультипликационного фильма «Травле — НЕТ!». Задаем вопросы классу:
 - Что такое травля?
 - Кто участвует в ситуации травли?
 - Есть ли такое явление в вашем классе?
 - Как остановить травлю?и т. п. После наводящими вопросами выводим группу к четырем основным участникам: жертва, агрессор, наблюдатель, защитник.
2. Делим класс на четыре команды, раздаем всем по мягкой игрушке, от лица которой они будут выступить (можно дать игрушкам имена).
3. Даем на обсуждение 3 вопроса:
 - Что чувствует ваш персонаж?
 - Что нужно или хочется поменять?
 - Что получится, если мы сможем это изменить?
4. Команды начинают свои выступления. Последней выступает команда защитника. Выявляем важность данной роли в ситуации буллинга. Смотрим видеофайл о роли защитника в школьной травле: «ТРАВЛИ.NET — Социальный ролик о травле в школе».
5. Завершаем обсуждение, подводим класс к мысли о том, что защитник может исправить всю ситуацию, спасти жертву; что нужно просить помощи, ведь проще справиться, когда мы вместе; что нельзя оставаться безучастными. Благодарим класс за работу.

2 урок

1. Проводим упражнение «Мне приятно с тобой общаться» для настройки класса на групповую работу. Инструкция: выбираем одного ученика и предлагаем ему взять за руку любого своего одноклассника; при этом он должен произнести фразу: «ИМЯ, мне приятно с тобой общаться». Руки отпускать нельзя. Ученик которого выбрали, выбирает следующего одноклассника. Процесс останавливается, когда все ученики класса образуют круг. После чего фраза «ИМЯ, мне приятно с тобой общаться»

проходит весь круг по часовой и против часовой стрелки, чтобы каждый ученик сказал эту фразу своим соседям и слева и справа, соблюдая очередность. После этого благодарим за участие и предлагаем перейти к следующему упражнению.

2. На ранее заготовленном ватмане предлагаем ученикам изобразить себя, как они хотят: схематично или портрет — только их выбор. Просим оставить место в середине ватмана. После того как индивидуальная работа завершена, приступаем к рисунку в центре — изображаем одной картинкой весь класс (в нашем случае ребята выбрали одноклассницу, которая хорошо рисует, и попросили ее нарисовать общий рисунок, заранее обговорив, что должно быть изображено).
3. В завершение занятия раздаем ребятам стикеры и просим письменно ответить на два вопроса:
 - Чем мы отличаемся?
 - Чем мы похожи?

Далее клеим стикеры на ватман с рисунками. После выделяем ватману «жилплощадь» в классе, чтобы всегда помнить, что каждый важен.

Приложение

Мультимедийный фильм «Травле — нет!»

<https://www.youtube.com/watch?v=cO5zxqxGz1k&t=17s>

ТРАВЛИ.NET — Социальный ролик о травле в школе

<https://www.youtube.com/watch?v=dnllkQPa8c8&t=54s>

КЛАССНЫЙ ЧАС «МОИ ПРАВА ЛУЧШЕ, ЧЕМ У ДРУГИХ?»

Кутявина Г. П.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (учащихся 8–11 классов):

- получение опыта организации и проведения мероприятий,
- развитие коммуникативных навыков,
- опыт модерирования работы в малых группах,

Б) для целевой аудитории:

- содействие осознанию каждым участником своей роли в групповом процессе класса,
- формирование конструктивного группового поведения,
- создание условий для раскрытия личностной и социальной значимости дружбы и товарищества в классном коллективе,
- осознание равенства прав и обязанностей детей в странах мира, подписавших конвенцию о правах ребенка.

Время, необходимое на подготовку: 2–5 дней (необходимо провести организационное собрание, распределить роли и обязанности).

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: пространство (школьный кабинет), ватман (возможны листы бумаги А3 или А2), фломастеры, карандаши, ручки, скотч, презентация, медиапроектор, книги для демонстрации, стикеры, мел, распечатки.

Литература к классному часу:

1. Алан Серр, Орелия Фронти «Я имею право быть ребенком» — М.: Самокат, 2016. — 44 с.: илл.
2. Ника Дубровская «Не/Справедливость» — М.: Самокат, 2017. — 104 с.: илл.
3. Конвенция о правах ребенка

Краткое описание идеи:

Идея заключается в том, чтобы показать учащимся значимость личных прав. В первую очередь важно говорить ребятам о том, что их права важны, но делать акцент на том, что права одинаковы для всех. Нет разделения на хорошие и плохие права, так же как нет разделения на «мои» и «твои». Важно донести мысль, что все права равны и необходимо уважать права каждого человека.

План подготовки:

1. Организационное собрание (определение количества помощников, распределение обязанностей).
2. Составление плана деятельности.
3. Установление сроков.
4. Составление списка необходимого.
5. Чтение материалов, подбор литературы, иллюстраций, видео и т. д.
6. Распечатка всего необходимого.
7. Репетиция.

8. Подготовка места проведения накануне (если это возможно).

Роли подростков-ведущих:

Дизайнер — подготовка помещения, рисунок плаката «Парковка идей», оформление карточек, подготовка доски.

Презентолог — подготовка презентации, публичное выступление по теме «Школьные протесты в Сан-Паулу».

Хостес — организация деления на группы, раздача карточек с заданиями при групповой работе, подготовка канцтоваров, инструктаж для групповой работы.

Рассказчик — чтение книги дома и вслух на мероприятии. Возможная подготовка презентации или видеоролика к прочтению.

Главный ведущий — проведение организационного момента, проведение заключения, вспомогательная работа при смене этапов деятельности.

Можно придумать и другие роли. Кроме того, каждую роль может выполнять несколько человек. Все зависит от того, как много подобных классных часов вы планируете провести.

Подробное описание:

| Этап | Описание Текст ведущих | Рекомендации | Ответственный |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Подготовительный этап | | Мебель сдвинута. Приготовлены канцтовары. На стенах приклеены распечатанные статьи конвенции о правах детей. На доске написан проблемный вопрос: «Мои права лучше, чем у других?» | Главный ведущий Хостес Дизайнер |
| Организационный момент | Добрый день, мы рады вас приветствовать на классном часе. Однако сегодня необычный классный час, сегодня его проведем мы. | Представление ведущих | Главный ведущий Дизайнер Хостес |
| Рассказ о книгах, которые мы принесли на классный час | Мы пришли к вам сегодня не с пустыми руками. Сегодня мы хотим познакомит вас с двумя чудесными книгами. Как думаете, почему мы хотим обсудить с вами данные книги? Какая тема нашего классного часа? Как вам кажется, какая цель у нашего классного часа? | Показ и демонстрация книг. Обсуждение с детьми. Тема классного часа записывается на доске или листочки крепятся на доску. | Рассказчик |

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Рассказ с презентацией и коротким видеороликом про школьные протесты в Сан-Паулу | Подготовленная презентация и короткий рассказ на 5–7 минут максимум. При рассказе можно предложить презентологу подготовить карточки, на которых будут слова из его рассказа. Ребята, слушая его рассказ, могут вычеркивать слова. | Информация: https://aitrus.info/node/4456 https://mel.fm/fotografii/6287534-we_wont_give_up | Презентолог |
| Обсуждение, почему протесты стали возможными | У вас есть вопросы? Как вам кажется, почему в Бразилии возникла такая ситуация? | Задавать открытые вопросы. Побуждать к деятельности и диалогу. | Презентолог Главный ведущий |
| Разделение на группы, раздача материалов и канцтоваров | Разделение на группы по принципу стикеров, цветов, наклеек или любым иным способом. | Важно, чтобы принцип разделения был выбран изначально и все было подготовлено для его осуществления. | Дизайнер Хостес |
| Задание в группах | Составить расписание уроков на неделю, в котором будут учтены желания каждого члена группы. Оформить расписание на ватмане. | Заранее заготовить карточки с распределением ролей в группе и необходимые канцтовары. ВАЖНО! Пока ребята работают в группах, необходимо подходить к ним и смотреть, помогать, задавать вопросы. Следить за тем, чтобы максимальное количество детей было вовлечено. | Дизайнер Хостес |
| Презентация групповых заданий | Презентовать свое расписание в течение 3 минут. | Работы, которые защитили, необходимо прикреплять к доске или на стену. | Презентолог Главный ведущий Хостес |
| Подведение итогов | Спасибо большое за ваши выступления. Кто хочет поделиться своим мнением? Может, у вас появились вопросы? | Следить за ведением беседы. Не перебивать, следовать правилам ведения дискуссии. Давать возможность высказаться всем, кто желает. Не | Главный ведущий |

| | | | |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| | | заставлять, если ребенок не хочет говорить. | |
| Чтение книги Алана Серра и Орелии Фронти «Я имею право быть ребенком» | Сейчас я хочу прочитать вам книгу. Не пугайтесь, она небольшая, но в ней скрыт огромный смысл. Послушайте меня внимательно и подумайте, о чем автор хотел нам сказать. | Читать нужно выразительно и медленно, чтобы все могли успевать за темпом. | Рассказчик |
| Обсуждение | Как вам кажется, о чем написана книга? Почему автор решил написать эту книгу? | Поддерживать диалог. Задавать открытые вопросы. | Главный ведущий |
| Рефлексия | «Парковка идей» Ведущие закрепляют на стене большой лист бумаги или используют пробковые/магнитные доски, куда можно наклеивать стикеры. Лист разделен на четыре поля, к каждой области прикреплен вопрос: <ul style="list-style-type: none"> • Что у меня сегодня получилось хорошо на классном часу? • Что хотелось бы поменять и сделать иначе? • В чем я хочу разобраться или попросить помощи? • Что я сегодня узнал(а)? | Заранее приготовить плакат «Парковка идей» и стикеры. Объяснить суть рефлексии. | Дизайнер Рассказчик Главный ведущий Хостес Презентолог |

АКЦИЯ «ДЕРЕВО УМЕНИЙ»

Лажинцева Е. М.

Целевая аудитория: учащиеся 1–11 классов, педагоги школы.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских навыков,
- повышение навыков расспрашивания, навыков выделения сильных сторон и ресурсов у других людей,
- развитие навыков предоставления обратной связи;

Б) для целевой аудитории:

- мобилизация навыков и ресурсов,
- получение позитивной обратной связи,
- расширение позитивных представлений о себе и об окружающих людях,
- сплочение коллектива.

Время, необходимое на подготовку:

Подготовка проводится в два этапа.

Первый этап — методический, направленный на подготовку и обучение учащихся-организаторов. Вначале выбирается активная группа учащихся, которые готовы провести акцию в школе. Подростки знакомятся с сутью акции, ее целями, задачами и основными шагами. Подготовка включает в себя обучение подростков-организаторов задавать вопросы, направленные на актуализацию положительного опыта и поиска навыков, с элементами тренинга. В общей сложности вся подготовка занимает от 40 минут до 1 часа.

Второй этап — организационный, который выполняется самими учащимися, но под руководством педагога. Требуется заранее подготовить рисунок дерева и его плодов (яблоня и вырезанные заранее разноцветные и черно-белые яблоки; перед Новым годом можно заменить на елку и шарики). Срок подготовки на этом этапе зависит от количества учащихся и темпа их деятельности, среднее время — 2 часа.

Время, необходимое на проведение: общешкольная акция проводится на переменах в течение всего дня.

Вспомогательные материалы: ватман, краски, кисточки, цветная бумага, ножницы, ручки, фломастеры, клей-карандаш (минимум 4 шт.).

Краткое описание идеи:

В холле школы вешается ватман с изображением дерева. Учащимся и педагогам предлагается выбрать одно бумажное яблоко из заранее подготовленных и написать на нем то, что у него хорошо получается, в чем он успешен, какими своими навыками он гордится. После того как учащийся пишет свое умение на яблоке, яблоко клеится на яблоню в любое свободное место. Важно: яблоки не должны закрывать друг друга, нельзя перевешивать чужие яблоки.

Учащиеся и педагоги могут подходить и читать чужие надписи, обмениваться впечатлениями.

План подготовки:

1. Выбор организаторов, которые будут проводить методику. Можно разделить их на несколько команд: художники-оформители и ведущие. Лучше этот этап проводить как минимум за неделю до акции.
2. Подготовка ведущих. Тренинг навыков расспрашивания и помощи учащимся, у которых могут возникать трудности.
3. Подготовка. Изготовление реквизита. Договоренность с администрацией о времени и месте проведения акции. Информирование педагогов.
4. Проведение акции.
5. Анализ и рефлексия. Подведение итогов акции, получение обратной связи. Подготовка отчета об акции.

Подробное описание:

Данная активность отчасти базируется на нарративной методике «Дерево жизни», но используется только та часть методики, которая касается ресурсов человека. Кроме того, активность адаптирована под массовое использование и ставит целью сплочение коллектива (так как все вешают свои плоды на одно дерево).

1. Этап подготовки

На первом этапе выбирается команда учащихся-организаторов. Это может быть целый класс или учащиеся из нескольких классов, которые прошли программу «Каждый важен» или другую программу профилактики травли в школе.

Организаторов можно разделить на несколько команд. Одна команда может заниматься оформлением и организационной подготовкой акции, другая команда или команды могут быть ведущими акции (если организаторов много, можно устраивать дежурства: одна команда проводит перед уроками и на первой перемене, другая команда — на второй, третьей и четвертой переменных, третья команда — на пятой перемене и после уроков и т. п.). Важно, чтобы в команде ведущих было минимум 4 человека.

Организаторы знакомятся с описанием акции и обсуждают, вносят свои коррективы и предложения, распределяют ответственных и роли.

Обсуждается ситуация, в которой учащийся откажется писать что-либо на яблоке, т. к. он ничего не умеет или у него ничего не получается. Педагог расспрашивает ребят-организаторов, бывает ли такое, чтобы у человека вообще ничего не получилось, и как можно узнать у учащегося, что у него получается хорошо. Педагог проводит для организаторов мини-тренинг с целью формирования навыков позитивного расспрашивания (хорошие вопросы, которые репетируются заранее, например: «Что у тебя хорошо получается?», «В чем ты успешен?», «Что тебе нравится делать?», «Может быть, за последний год ты научился чему-то новому?», «Что ты любишь делать в свободное время?»). Это могут быть как конкретные умения («Лучше всех готовлю яичницу»), так и абстрактные («Лучше всех умею слушать учителя на уроке»), не обязательно связанные со школой. Никакой проверки навыков не требуется.

Важно предупредить ребят, что не бывает плохих или хороших навыков («Я лучше всех играю в компьютерную игру», «Я больше всех смотрю ролики на YouTube» — навыки, которые имеют право на существование), однако мы ориентируемся на уважительные навыки и уважительное отношение друг к другу, поэтому навык «Я лучше всех называю Петю дураком» требует обсуждения с автором и поиска альтернативных навыков.

Также важна организационная подготовка — не только подготовка реквизита в виде дерева и его плодов, но и согласование с администрацией времени и места

проведения акции. Также следует предупредить педагогов, что учащиеся-организаторы из-за проведения акции могут задерживаться к началу уроков и быть занятыми на перемене, и попросить их отнестись к этому с пониманием.

2. Этап проведения

Учащиеся-организаторы предлагают (используя навыки расспрашивания) всем ученикам школы и педагогам выбрать одно из яблок, написать на нем что-то, что у них получается хорошо (или что им нравится делать), и приклеить к дереву. Хорошо, если ребята-организаторы сами первыми приклеят свои фрукты, чтобы подать пример и вдохновить окружающих. Если организаторы видят, что кому-то сложно придумать, что именно писать на яблоках, они могут воспользоваться навыками расспрашивания и помочь человеку найти или выбрать что-то, что у него хорошо получается.

Важно активно приглашать учителей к участию в акции.

Важно следить, чтобы на фруктах не появлялись нецензурные или оскорбительные надписи, ученики не клеили свои фрукты поверх чужих фруктов, высказывания на фруктах носили уважительный характер.

Ученикам младшей школы, особенно первых классов, может понадобиться помощь в написании своих навыков.

Если кто-то хочет нарисовать и вырезать свой фрукт — ему можно дать такую возможность, но при условии соблюдения уважительного отношения (его фрукт не должен быть в три раза больше других и занимать все место на ватмане).

Если один учащийся хочет наклеить несколько фруктов, важно попросить выделить один, самый главный; если это сложно сделать, можно попросить наклеить их друг на друга «гармошкой»

При желании учащийся может подписать свой фрукт или оставить анонимным.

Не запрещается изучать и фотографировать дерево и чужие фрукты.

3. Этап подведения итогов

В конце дня у учащихся-организаторов собирается обратная связь — какие сложности они замечали, с чем было сложно, а что вдохновляло и радовало, узнали ли они что-то новое о людях, с которыми учатся в одной школе, было ли что-то, что им особенно запомнилось.

Организаторы могут проанализировать, сколько всего яблок было приклеено на дерево, какие навыки, возможно, встречались чаще остальных, а какой — самый необычный, и написать по итогам акции отчет, который можно будет повесить на доску объявлений.

ИГРА-ДИСКУССИЯ «СПОРНЫЕ УТВЕРЖДЕНИЯ»

Латыпова Л. А.

Целевая аудитория: учащиеся 6–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- более глубокое осознание проблемы буллинга,
- приобретение опыта проведения интерактивных упражнений,
- взаимодействие в группе;

Б) для целевой аудитории:

- учащиеся будут проинформированы о проблеме буллинга,
- каждый участник выяснит свои взгляды на проблему буллинга,
- каждый участник получит опыт отстаивания своей позиции.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 40 минут.

Вспомогательные материалы: 4 листа бумаги, на каждом из которых написано одно из следующих утверждений: «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не знаю/не уверен»; видеоролик «Забитая правда» https://www.youtube.com/watch?v=6EfnvQ3ds_0

Краткое описание идеи:

Выражая степень своего согласия с утверждениями по теме буллинга, учащиеся обдумывают свое отношение к этой проблеме, осознают свою позицию, анализируют, как бы они себя повели в такой ситуации и готовы ли они поменять свое мнение.

План подготовки:

Учащиеся 8 класса, которые уже прошли обучение по антибуллинговой программе, методом мозгового штурма отбирают различные варианты проведения занятия с шестиклассниками, разрабатывают утверждения, которые, на их взгляд, подходят для этой возрастной категории, продумывают план проведения и ожидаемые результаты. Педагог-психолог оказывает необходимую помощь.

Подробное описание:

1. Перед проведением игры необходимо прикрепить подготовленные листы с утверждениями по четырем сторонам комнаты.
Количество учащихся восьмого класса, которые проводят занятие с шестиклассниками, может варьировать от 2 до 4 человек.
2. Вначале показывается видеоролик «Забитая правда». Затем проводится обсуждение:
 - Были ли подобные ситуация в вашем классе?
 - Прав ли мальчик, который отказался списывать?
 - Могли бы вы противостоять всему классу?

Краткая информация о том, что такое буллинг.

3. Шестиклассникам предлагается принять участие в игровом упражнении. Один из организаторов занятия зачитывает по одному утверждению, связанному с проблемой буллинга. Участникам объясняется, что они должны оценить степень своего согласия или несогласия с этим утверждением: «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не знаю/не уверен». После того как утверждение произносится, участники сразу же должны разойтись и встать у тех листов, на которых отражена их точка зрения. Организаторы просят участников объяснить, почему они выбрали именно это утверждение. Выслушав разные точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, более подходящими для них теперь. Очень важно при проведении игры выслушивать разные точки зрения и не превращать ее в формальное прохождение от одного плаката к другому.
4. В конце игры проводится обсуждение:
- Какие чувства возникли у вас, когда вы размышляли над этими вопросами?
 - Легко ли было высказать свою точку зрения перед всеми участниками, особенно когда вы оказались в меньшинстве?
 - Легко ли было изменить свою точку зрения?
 - Изменили ли вы свою точку зрения по отношению к буллингу?
 - Что ты мог бы сделать, чтобы помочь жертве?
- Количество утверждений может быть увеличено.

Приложение

Список утверждений

1. Буллингу подвергаются только слабаки.
2. Буллинг — это конфликт между сильным и слабым.
3. Человек сам виноват, что не может постоять за себя.
4. Я никогда не буду подвергаться буллингу.
5. К буллингу относится только физическое насилие.
6. Все мальчики дерутся, ничего страшного.
7. Если ты подвергаешься унижениям со стороны одноклассников, нельзя никому рассказывать, а то будет еще хуже.
8. Если тебя обидели, надо позвать родителей чтобы они разобрались с обидчиком.
9. Если кого-то обижают в нашем классе, я не буду вмешиваться.
10. Я обязательно помогу, если увижу, что моего одноклассника постоянно обижают.
11. Я не вмешаюсь, если над кем-то постоянно издеваются, так как сам могу встать на его место.
12. В нашем классе нет буллинга.
13. Я скорее стал бы агрессором, чем жертвой.
14. Если у меня будут проблемы, мои одноклассники меня поддержат.
15. Я один могу справиться со своими проблемами.
16. Если у меня возникнут проблемы, мне поможет наш классный руководитель.

ВИДЕОУРОК ПО ПРОФИЛАКТИКЕ БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ

Липатов А. В.

Целевая аудитория: учащиеся 5 классов (в группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11–12 лет).

Организаторы мероприятий: юнармейцы нашей школы, которые активно участвуют в реализации программы по правовому воспитанию и профилактической работе.

Ожидаемый эффект:

А) для юнармейцев-организаторов:

- развитие организаторских способностей в проведении социально-значимых практик,
- формирование профессионально значимых качеств по организации деятельности коллектива;

Б) для целевой аудитории:

- формирование нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия (важно донести до детей главное, что травля — это «болезнь группы», в которой страдают абсолютно все участники: и жертва, и агрессор, и свидетели),
- формирование ответственного, уважительного отношения к собственной безопасности и безопасности других людей.

Время, необходимое на подготовку: 2–3 дня.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: оборудование для показа фильмов, раздаточный материал для анкетирования.

Краткое описание идеи:

Наиболее эффективным в профилактике буллинга является интерактивный метод, предусматривающий моделирование жизненных ситуаций: совместный просмотр и обсуждение тематических фильмов. Для этого в своей работе я применял фильм Ролана Быкова «Чучело», который является классическим примером буллинга. Благодаря обучению на курсах повышения квалификации «Каждый важен» мой арсенал пополнился фильмами «Молчание» и «Прачка».

План подготовки:

1. Подготовка сценария проведения видеоурока по профилактике буллинга. Подготовительная работа сводится к приспособлению учебной информации под возможности класса, которая даст максимальный эффект.
2. Подбор учащихся в качестве организаторов для проведения видеоурока — 2–3 человека. Обсуждение с ними структуры проведения занятия.
3. Обучение и подготовка учащихся к проведению видеоурока: изучение структуры урока, реализация алгоритма проведения видеоурока (вводная часть, приветствие, основная часть, заключительная часть — рефлексия).

Подробное описание:

1. Вводная часть (8 минут)

Юнармеец 1: «Ребята, мы рады вас приветствовать! Сегодня занятие пройдет в форме видеоурока. Давайте определимся с правилами поведения на нашем уроке:

- на занятии все относятся друг к другу с уважением;
- говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга;
- каждый имеет право сказать, что он думает и чувствует;
- включаем воображение и фантазию, даем волю своим творческим идеям.

2. Основная часть (25 минут)

Юнармеец 2: «Вначале мы предлагаем вам ответить на вопросы анкеты».

Раздаются листы анкеты, включающей вопросы о травле, действующих лицах, личном опыте. В течение 5 минут юнармейцы 1 и 2 проводят анкетирование детей в классе. Заполненные анкеты собирают и сдают их учителю для проведения диагностики психологической атмосферы в классе.

Юнармеец 3 включает фильм «Чучело» — историю храброй и самоотверженной девочки Лены, прозванной одноклассниками «чучелом». Первая сцена неприкрытой жестокости показана на 12-й минуте фильма. Вопросы, которые задают юнармейцы 1 и 2:

- Как вы думаете, за что подростки избили девочку? Что могла сделать двенадцатилетняя Лена, чтобы вызвать такую агрессию?
- Когда она упала, ее начал пинать не один человек, а целая толпа... Что вы почувствовали? Попытались бы помочь или стояли в стороне?
- Как вы думаете, что чувствует Лена, которая лежит на асфальте?
- А ребята? Почему?

Юнармеец 3 включает фильм «Молчание» или «Прачка». Обсуждение после просмотра (вопросы задают юнармейцы 1 и 2):

- О чем эти ролики?
- Что объединяет эти сюжеты?
- Как вы думаете, эта тема актуальна для нашего времени? А для нашей школы?
- Сталкивались ли вы лично с ситуацией буллинга? Где, когда? В какой роли?

3. Рефлексия (12 минут)

Юнармеец 1: «Давайте закроем глаза и представим, что сейчас вы разговариваете с тем, на кого рассердились...

- Скажите этому человеку, за что вы на него рассердились. Может быть, он не выполнил своего обещания или не сделал того, что вы ожидали от него.
- Поговорите с ним про себя, так, чтобы никто не мог услышать. Скажите четко и точно, что именно рассердило вас.
- Скажите человеку, с которым вы разговаривали, что вам в нем нравится, причем как можно конкретнее.

- Подумайте о том, кто в классе вас иногда злит. Представьте, что вы подходите к этому человеку и четко и конкретно говорите ему, чем он вывел вас из себя.
- Мысленно опять подойдите к этому человеку и скажите ему, что вам нравится в нем.

Откройте глаза и посмотрите на одноклассников. Поделитесь чувствами и эмоциями, которые вы испытали во время выполнения упражнения».

Юнармеец 2: «Подведем итоги нашего занятия! Если ты заметил ситуацию травли, издевательства над кем-либо — это и есть буллинг. Исходя из тех знаний и умений, которые были получены на уроке, давайте сформулируем правила:

1. Не молчать — нужно вступаться за того, кого обижают! В наших силах остановить буллинг, и вы войдете в историю, как «храброе сердце».
2. Необходимо срочно сообщать любому учителю в школе о случаях травли.
3. Помните, что травля затрагивает весь класс, способствует снижению общеклассовой успеваемости.

КЛАССНЫЙ ЧАС «КОРОНА УНИКАЛЬНОСТИ»

Манжосова В. А.

Целевая аудитория: учащиеся 4–5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков — организаторов:

- формирование и развитие навыков проведения интерактивных занятий,
- совершенствование организаторских навыков, навыков коммуникации, взаимопомощи;

Б) для целевой аудитории:

- развитие понимания уникальности каждого человека, его личности и умения находить сходные качества в других,
- формирование толерантного отношения к людям,
- развитие коммуникативных навыков, навыков работать в группе.

Время необходимое на подготовку: 1 день.

Время необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: заготовки для «короны», стикеры (листочки небольшого размера, лучше цветные, но можно и белые), листочки (разрезанные на 3 части), на обратной стороне которых написано «Спорт», «Фантастика», «Чтение», «Театр», «Музыка», «Танцы», «Компьютер» и другое (для объединения участников в группы), маркеры (цветные карандаши или фломастеры), клей-карандаш (либо степлер и скобки).

Краткое описание:

Занятие ориентировано на работу с детьми 10–13 лет и направлено на профилактику буллинга путем формирования понимания ценности личностной индивидуальности и толерантности.

План подготовки:

1. Старшеклассники, прошедшие программу «Каждый важен» и имеющие навыки участия в интерактивных занятиях, знакомятся с упражнением и методикой проведения классного часа «Корона уникальности».
2. Обсуждаются этапы проведения упражнения. Распределяются очередность каждого ведущего и его роль в проведении своего этапа упражнения.
3. Ребята готовят для каждой группы участников необходимые материалы, которые понадобятся при проведении занятия: разрезные карточки (для объединения в группы), необходимое (по количеству учащихся в классе (группе) количество листочков прямоугольной формы 5x7 см, заготовки для «короны».

Подробное описание:

Идея взята из просветительской программы, способствующей формированию здорового образа жизни (модуль «Общаемся и действуем»).

1. Распределение по группам

Ведущие: «Ребята, сегодня мы встретились с вами, чтобы понять, насколько каждый из нас уникален и насколько мы с вами похожи. Предлагаем вам сейчас выбрать себе листочек. На этом листочке — только часть слова. Вам необходимо найти все части слова и объединиться в группу».

Ведущие раздают части листочков, на которых написаны разные виды увлечений («Спорт», «Фантастика», «Чтение», «Театр», «Музыка», «Танцы», «Компьютер» и другое), а ребята находят всех участников своей группы (3 минуты).

2. Групповая работа

Ведущий: «Итак, у нас есть 8 (возможно, 9) групп. Предлагаем каждой группе в соответствии с увлечением, которое написано на вашей карточке, создать эмблему вашего клуба. У вас для этого есть маркеры, фломастеры, листочки (5x7 см). Количество эмблем должно соответствовать количеству участников нашего занятия. Желательно, чтобы каждая эмблема была определенного цвета. На создание эмблемы вам дается 20 минут».

Во время создания эмблем ведущие смотрят, как проходит подготовка в каждой группе, при необходимости могут подсказать, как выразить свою идею. Педагог следит, чтобы во время создания эмблем не возникало конфликтов. За 3 минуты до окончания ведущие предупреждают ребят о необходимости завершения работы. После того как каждая группа создала свою эмблему, им предлагается разложить их эмблемы на парте, за которой они работали (либо на стуле), чтобы было хорошо видно.

Ведущий: «Ребята, предлагаю каждой группе по очереди представить свой клуб увлечений. Важно показать преимущества вашего клуба, рассказать, что важного можно узнать в вашем клубе, чему научиться, какие полезные качества и навыки приобрести».

Участники представляют свой клуб (рекламируют его).

После того как все клубы представлены, ребятам предлагается выбрать себе 5 эмблем клубов, в которых они хотели бы заниматься.

3. Индивидуальная работа

Ведущий: «Ребята, вы все выбрали себе клубы по интересам. Но, возможно, кто-то из вас хотел бы еще посещать клуб, который не был представлен. Предлагаю вам взять белый листочек и создать эмблему этого клуба».

Ребята берут по белому листочку (5x7см). В течение 3 минут каждый создает и подписывает эмблему, посвященную собственному увлечению, которого нет среди предложенных.

Ведущие в это время раздают ребятам заготовки «короны» — полоски бумаги шириной 3 см и длиной 50 см, скрепленные в ободок (круг).

4. Упражнение «Корона»

Ведущий: «Ребята, у вас есть ваши эмблемы и заготовки для короны. Предлагаем вам создать свои короны и надеть их».

Ребята берут клей и приклеивают свои эмблемы (их должно быть не более шести: пять выбранных клубов и шестой — свой) на заготовки для короны.

Ведущие помогают при необходимости. Важно, чтобы было достаточное количество клеев-карандашей, также можно крепить эмблемы с помощью степлера.

После того как все короны готовы, ребята становятся в круг.

Ведущий: «Ребята, посмотрите, какие замечательные короны у вас получились. Давайте посмотрим:

- У кого есть одинаковые короны?
- О чем это говорит нам? (О том, что у нас есть общие увлечения, интересы, черты характера, личностные качества)
- А есть ли среди нас такие, у кого в короне одна или несколько эмблем одинаковые? Что это может означать? (Это может говорить нам о том, что каждый из нас уникален, имеет свои особенности, свои предпочтения, индивидуальные увлечения)
- Какой вывод мы с вами можем сделать? (Важно выслушать ребят, желающих высказать свое мнение)»

5. Завершение и рефлексия

Ведущий: «Каждый человек в равной степени похож на других и уникален. Важно ценить и уважать уникальность человеческой личности, с уважением воспринимать человека таким, какой он есть. Предлагаю закончить наше занятие таким предложением: "На занятии мне было..., потому что...". (Например, "мне было интересно, потому что я узнал, что индивидуальность — это важно")».

Участники высказываются по очереди.

КВЕСТ-ИГРА «КОГДА РЯДОМ ДРУГ»

Медведева М. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- сплочение команды посредством выполнения общей цели,
- появление возможности проявить свои способности,
- получение навыка работать в команде и договариваться,
- понимание своих возможностей,
- осознание, что я могу помочь другим и это принесет результаты;

Б) для целевой аудитории:

- сплочение класса,
- понимание, что нужно быть более дружелюбным и внимательным ко всем окружающим, а не только к близким друзьям,
- появление понимания последствий поступков,
- возможность увидеть со стороны, насколько доверительные отношения в классе,
- оптимизация межличностных и межгрупповых отношений в классе.

Время, необходимое на подготовку: 2 дня.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: белая бумага А4, ватман, цветная фотография класса, разрезанная на несколько кусочков, конверты, фломастеры, карандаши, распечатанные смайлики нескольких видов (в зависимости от количества человек в классе и команд), мишень, флажки, рассказ, сценарии, планшеты, скотч, клей, ножницы, таблички с названиями станций, маршрутные листы для команд.

Краткое описание идеи:

Участникам квеста предлагается пройти маршрут по станциям. Задания на станциях помогут ребятам лучше понимать других людей, последствия их поступков, лучше узнать свой класс. По прохождении каждой станции ребятам выдается часть пазла общей фотографии их класса, запечатанная в конверте.

План подготовки:

1. 1 день — команда подростков-волонтеров придумывает сценарий игры, задания.
2. 2 день — подготовка всех материалов, распределение ролей между подростками. Проверка сценария и необходимого инвентаря. Общий прогон мероприятия, обсуждение, кто в какое время где находится и что делает. Выбираются ведущий всей игры, ведущие станций, координаторы, которые будут помогать командам в направлении.
3. В день проведения мероприятия: за час до мероприятия — поднятие общего настроения, распределение необходимых материалов на станции, размещение табличек с названиями станций. Ребятам выдается общий атрибут — футболка, значок, галстук и т. д. (если имеется в наличии).

4. После проведения квеста — уборка здания или местности, рефлексия. Каждый высказывается о своей работе (что удалось и не удалось, понравилось и не понравилось), делится своими впечатлениями.

Подробное описание;

1. Начало игры

Перед началом игры ребятам предлагается на нарисованной мишени поставить флажок или нарисовать значок в том кружке, насколько им комфортно в классе. Ближе к центру — отношения с классом доверительные, дружные. Второй круг — в целом хорошо, но нет близких отношений. Третий круг — нейтральные отношения. Самый крайний — ребенку совсем некомфортно в классе, есть конфликты с кем-либо, недопонимания.

2. Распределение по командам

Ведущий встречает класс: «Добрый день, ребята! Мы рады вас всех видеть в этот солнечный день. Сегодня мы хотим проверить ваш класс на прочность, насколько вы дружные и понимающие. Готовы?»

Участники отвечают, что готовы к участию.

Ведущий: «Тогда вам необходимо разделиться на три команды. Сейчас ребята-волонтеры каждому дадут смайлик. Вам необходимо найти других ребят, кому попался такой же смайлик, как у вас, и объединиться в команду».

Ведущие раздают заранее заготовленные по количеству команд карточки с различными эмоциями.

После того как образовались команды, ведущий выдает маршрутные листы (Приложение).

Ведущий: «Каждой команде выданы маршрутные листы. Вам необходимо находить станции, выполнять на них задания и получать конвертики. Конвертики не теряйте, они вам пригодятся на финише. После того как пройдете все станции и соберете все пазлы, встречаемся на этом же месте, я буду ждать вас тут! Ну что, готовы? На старт, внимание, начали!»

Команды переходят к поиску станций и выполнению заданий.

3. Станция 1 «Что бывает после?»

Команде выдается 1 лист бумаги. Один из участников команды держит этот лист. Остальные участники говорят обидные слова листу. От каждого обидного слова лист мнут. Таким образом, после всех слов лист превращается в смятый комочек. Далее каждый участник должен извиниться перед листом. Школьник, который держит лист, после каждого извинения расправляет его. После того как лист расправлен, ведущий станции спрашивает у ребят, что они думают, подводит их к выводу. Главный вывод: обидные слова оставляют след, извинения не смогут все исправить. Сначала нужно думать о своих поступках и словах, а потом уже говорить и делать.

Материалы — 1 лист бумаги для каждой команды и часть пазла в конверте.

4. Станция 2 «Передавай правдиво»

Команде предоставляется небольшой рассказ на выбор организаторов. Первый участник читает рассказ про себя и рассказывает второму. Далее второй рассказывает третьему, и так по цепочке. Последний участник рассказывает то, что услышал, уже для всех. После этого сам рассказ зачитывается по бумажке. Данное упражнение поможет ребятам понять, что информация, переданная от других лиц, может искажаться. Ведущий станции помогает ребятам прийти к выводу, что человек мог сказать свои слова не с тем смыслом, который дошел до другого человека. В ситуациях недопониманий или конфликтов лучше спокойно обсудить ситуацию между участниками.

Материалы — листок с небольшим рассказом и часть пазла в конверте.

5. Станция 3 «А ты внимателен?»

Из участников случайным образом или по желанию выбирают одного школьника. Остальным предлагается несколько секунд, чтобы посмотреть и запомнить его внешность, настроение. Далее выбранный участник поворачивается спиной к другим. Ведущий начинает спрашивать остальных о деталях внешности. Например, «Какой значок на нем?», «Какого цвета глаза?», «Какого цвета резинка на волосах?», «Какой рисунок на кофте?» и т. п. в зависимости от внешнего вида и отличительных черт участника. Далее можно повторить этот же алгоритм с другими участниками. Это задание помогает ребятам понять, насколько они внимательны к своим одноклассникам, готовы ли они обратить внимание к другим.

Материалы — часть пазла в конверте.

6. Станция 4 «Изюминка»

Команде выдается ватман, карандаши и фломастеры. Необходимо нарисовать то, что объединяет их в классе. Например, есть те, кто танцует, занимается спортом или рисует. Схематически нарисовать это в одной общей картинке. По итогам ребятам предлагается посмотреть на общий рисунок со стороны, ведь в их классе может оказаться много разносторонних, талантливых ребят, которые могут своими талантами и способностями помочь всему классу, научить новому других. Может быть, у ребят появилась возможность найти себе друга по хобби.

Материалы — ватман, карандаши, фломастеры, прочие атрибуты для рисования и часть пазла в конверте.

7. Финишная прямая квеста

После прохождения всех станций ребята вскрывают конверты и видят кусочки пазла — общей фотографии их класса. Им необходимо склеить пазл в одну фотографию.

Материалы — части пазла, клей, бумага, скотч, ножницы (в зависимости от удобства).

8. Завершение

Ведущий: «Хочется всех поздравить с успешным прохождением станций. А теперь посмотрите на вашу общую фотографию. Ведь даже без одного кусочка пазла это уже была бы фотография не вашего класса, он был бы уже не полным. Каждый из вас сделал его именно такой: интересной, яркой, полной. Также посмотрите на ваши рисунки, выполненные на станции «Изюминка». В вашем классе все удивительные, творческие, смелые, понимающие, умеющие замечать детали, а

также заботливые ребята. Перед началом игры вы ставили пометки на мишени. А теперь посмотрите, что получилось в итоге».

Далее необходимо смотреть по сложившейся ситуации. Вероятно, что в классе окажутся те, кому некомфортно.

Ведущий: «Атмосфера в вашем классе зависит от каждого из вас. Вы все можете стать дружнее, ближе, заботиться друг о друге, защищать, ведь недаром есть девиз у мушкетеров. Знаете его? Это "Один за всех, и все за одного"».

Взрослый организатор/специалист/педагог вручает подросткам-организаторам благодарственные письма за помощь в проведении квеста.

Приложение

Пример маршрутного листа для команды

| № | Название станции | Прохождение, получение пазла |
|----------|-------------------------|-------------------------------------|
| 1 | «Что бывает после?» | |
| 2 | «А ты внимателен?» | |
| 3 | «Передавай правдиво» | |
| 4 | «Изюминка» | |

НАСТОЛЬНАЯ ИГРА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ 3-5 КЛАССОВ «ВОЛШЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»

Можаева О. С.

Целевая аудитория: учащиеся 3–5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие коммуникативных навыков,
- получение опыта проведения внеклассного мероприятия,
- более глубокая проработка темы буллинга, актуализация приобретенных знаний по этой теме,
- понимание механизмов взаимодействия группы,
- появление опыта взаимодействия «старший — младший»,

опыт наставничества;

Б) для младших школьников:

- расширение знаний о чувствах, эмоциях, поведении человека,
- развитие эмпатии,
- возможность ощутить важность своих действий,
- возможность научиться брать на себя ответственность,
- возможность отработать навыки эффективной коммуникации,
- взаимодействие со старшими школьниками,
- сплочение класса как отдельной группы.

Время, необходимое на подготовку: прохождение программы «Каждый важен» + 3 дня на проработку игры.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: отдельное помещение для проведения игры, само поле игры (ватман, карандаши, краски, руки и голова рисующего), карточки с заготовленными вопросами и проблемными ситуациями, листы ватмана, стикеры, карандаши и ручки по количеству участников, проектор для компьютерной версии, фотографии известных людей.

Краткое описание идеи:

Проведение в младшем классе школы настольной игры «Волшебное путешествие».

План подготовки:

1. Нарисовать поле игры с базовыми областями.
2. Заготовить карточки с вопросами и описанием проблемных ситуаций.
3. Подготовить «кирпичики» для построения замка.
4. Распечатать фотографии знаменитых людей.

Подробное описание:

1. Начало игры. Море Обид

Ведущий собирает класс и предлагает сыграть в настольную игру-путешествие: «Сейчас ваш класс отправится в путешествие по этой карте!

Давайте внимательно посмотрим, куда же мы попадаем в начале игры. Не успели вы отправиться в путь, как на вас напали разбойники и захватили в плен. Вы попали на Остров Отчаяния в Море Обид. Чтобы вырваться из плена, вам необходимо собраться и ответить на несколько вопросов. Готовы?»

Ребятам предлагается ответить на вопросы, которые написаны на заранее заготовленных карточках:

- Из-за чего в классе возникают обиды?
- Как часто в этом виноват именно ты? Вспомни несколько ситуаций.
- Как можно исправить такие ситуации?

При ответе дети могут выбирать карточки, на которых будут написаны чувства/состояния/ситуации, подходящие по смыслу.

2. Горы Непонимания

Ведущий: «Отлично! Вы смогли вырваться из лап разбойников и попасть на материк! Но здесь вас встречает новая опасность — Горы Непонимания. Чтобы отсюда вырваться, вам нужно разделиться на четыре группы и каждой группе придумать 5–6 фраз, которые помогут построить диалог и убедиться в том, что вы понимаете собеседника (или 5–6 вежливых фраз, которые помогут в общении)».

Ведущий раздает каждой группе лист, на котором та записывает свои варианты. После группы по очереди зачитывают свои фразы, они все записываются ведущим на большом ватмане и обсуждаются группой.

3. Озеро Надежд

Ведущий: «Прекрасно сработано! Горы Непонимания вам по плечу! Вы двигаетесь дальше. Вы долго блуждали, и вот, наконец, вышли к прекрасному Озеру Надежд. Это Озеро волшебное, оно помогает исполнять желания. Но не любые, а только те, которые связаны с вашим классом. Подумайте и запишите, какие пять самых сокровенных желаний вы бы хотели исполнить (только те, что связаны со всем классом, а не с двумя-тремя людьми)».

Эти желания ведущий записывает на ватман, по ходу задавая вопросы, например: «Что мешает осуществить это желание?», «Можете ли вы сделать так, чтобы желание стало реальностью?», «Что мешает его осуществлению?»

4. Скалы Бездействия

Ведущий: «Итак, мы покидаем наше прекрасное Озеро и движемся дальше. Но вдруг на пути возникает новая опасность — это Скалы Бездействия. Они ничем не выделяются и кажутся вполне безобидными, но это лишь на первый взгляд. На самом деле они очень опасны: манят всех путников и заставляют плутать в их дебрях, не давая никому проявить активность и выбраться. Чтобы их покинуть, придется немало потрудиться!»

Ведущий зачитывает вопросы на заготовленных карточках, а дети на них отвечают. Примеры вопросов:

- Всегда ли бездействие — это хорошо? Всегда ли — плохо? Приведите примеры.
- Вспомните ситуации, где вы бы могли проявить активность, что-то сделать (что именно?), но не сделали.

Ведущий рассказывает о том, что в жизни бывают ситуации, когда нельзя промолчать, пройти мимо, сделать вид, что не заметил. Он говорит, что от нашего

действия или бездействия могут зависеть и другие люди, и развитие ситуации. Приводятся примеры буллинга из фильма.

Ведущий делит класс на группы, каждая из групп получает проблемную карточку с вопросом и готовит на нее ответ. Ответы потом записываются на ватман.

Проблемные ситуации:

- Как можно поступить в ситуации, если видишь, что в коридоре / за углом / в столовой / на перемене кто-то кого-то оскорбляет, бьет, запугивает, угрожает, заставляет, принуждает?

5. Пустыня одиночества

Ведущий: «Вы отлично справились со страшными Скалами. Двигаемся дальше! Теперь карта привела вас в Пустыню Одиночества. Зыбучие пески этой Пустыни могут засосать и не отпустить странников. Будьте аккуратны! Чтобы из них выбраться, нужно ответить на вопросы».

Работа с карточками. Фронтальный опрос группы:

- Всегда ли одиночество — это плохо?
- Бывает ли в одиночестве хорошо? А плохо?
- Как понять, что человек одинок и ему от этого нехорошо?
- Как он действует, работает, общается?
- Продуктивен ли такой человек?

Ведущий предлагает предположить, каким может быть одинокий человек. Проводится работа с распечатанными фотографиями разных людей. Можно подобрать разных деятелей науки, искусства, культуры, изобретателей, путешественников, словом, людей из разных областей, разных по внешности, полу, расе и т. д. Предложить детям поразмышлять, каким бы человеком мог быть тот, кто изображен на фото. А потом кратко рассказать о нем.

Ведущий: «Как можно помочь человеку избавиться от одиночества? Предложите варианты взаимодействия с ним».

6. Рыцари Силы

Ведущий: «Ура! Вы замечательно справляетесь с предложенными обстоятельствами! На этот раз вам повезло: вы встретили отважных рыцарей. Они укажут вам дорогу и помогут быстрее добраться до замка. Рыцари Силы считают, что каждый из нас обладает положительными качествами, в каждом обязательно есть что-то хорошее. Но мы об этом зачастую забываем или просто боимся сказать. Чтобы говорить друг другу что-то хорошее, тоже нужны силы. Давайте сейчас побудем рыцарями и найдем в себе силы сказать друг другу хорошее!»

Каждый участник получает лист А4, на котором рисует свой герб, делит его на четыре части, подписывает наверху посередине. Все ребята делятся на четверки, передают по часовой стрелке свои гербы и пишут в одной из частей комплимент обладателю данного герба.

7. Замок Мечты

Ведущий: «Прекрасно! Какие у всех получились замечательные, а главное, позитивные гербы! Вам осталось пройти еще немного. Вот вы и попали в Замок Мечты. Это Замок, в котором вам будет комфортно как классу, это ваш идеальный класс. Чтобы его построить, вам нужно выбрать и сложить те кирпичики, из которых должен состоять ваш класс, ваш Замок. Есть ли такие качества в вашем классе

сейчас? Каких кирпичиков вам недостает? Что можно и нужно сделать, чтобы ваш класс стал таким, как на картинке?»

8. Подведение итогов

Ведущий обсуждает с ребятами, что они узнали, как будут поступать в тех или иных ситуациях, как относиться к людям и что нужно сделать, чтобы построить класс мечты.

ИММЕРСИВНЫЙ СПЕКТАКЛЬ «СОУЧАСТИЕ»

Морозова Е. А.

Целевая аудитория старшее звено — учащиеся 9–11 классов и 1 курса колледжа.

:

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских навыков,
- развитие навыков коммуникации,
- раскрытие творческого потенциала,
- развитие эмпатии,
- развитие навыков самоанализа,
- развитие эмоционального интеллекта,
- формирование позитивных мировоззренческих установок;

Б) для целевой аудитории:

- развитие эмпатии,
- развитие навыков самоанализа, коммуникации,
- развитие эмоционального интеллекта,
- развитие творческих способностей,
- формирование позитивных мировоззренческих установок.

Время, необходимое на подготовку: 1 месяц.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут (1 пара).

Вспомогательные материалы: ПК, проектор, экран, таблички с надписью «Участие» по количеству зрителей; заготовки из плотной бумаги «Облака слов» по количеству участников, жирно пишущие разноцветные маркеры, пробковый стенд/стена (место, куда можно прикрепить «Облака слов»), сертификаты (по количеству участников), микрофон и колонки (при необходимости).

Спектакль проводится в актовом зале.

Краткое описание идеи:

Иммерсивный спектакль позволит вовлечь в творческий процесс не только подростков-организаторов, но и абсолютно всех зрителей. Это очень гибкий вид активности — спектакль, с одной стороны, имеет сценарий, а с другой стороны, развитие действия может меняться в процессе. Главная идея активности в том, чтобы каждый участник смог прочувствовать свою личную значимость в жизни общества, понять, что его поступки, решения и выборы влияют не только на него самого, но и на окружающих людей. Значение имеют не только действия каждого, но и бездействие, что и призван наглядно продемонстрировать иммерсивный спектакль.

План подготовки:

1. Для начала нужно выбрать нескольких организаторов из числа самых старших подростков (11 класс). Важно заинтересовать детей уже на этом этапе: участие должно быть сугубо добровольным. Заразительно рассказываем детям про иммерсивные спектакли, модные социальные эксперименты и предлагаем им уникальную возможность проявить себя в качестве соавторов такого спектакля.

Организаторы мероприятия:

- ведущий,
 - двое актеров — исполнителей главных ролей,
 - «тайные» участники: «добрые» и «злые» (6–8 человек),
 - PR-команда (2–3 человека).
2. За две недели до спектакля PR-команда рекламирует мероприятие: дети могут нарисовать плакат и повесить на стенде в колледже, разместить тематические посты в социальных сетях, раздать самодельные рекламные буклеты или приглашения на спектакль. Важно дать пиарщикам свободу, возможность проявить творческие способности, но при этом ненавязчиво указать направление: рассказать об инструментах, с помощью которых можно легко разработать дизайн (Canva и подобные), показать примеры успешных рекламных проектов. Позже помочь устранить ошибки и разобраться с возникшими сложностями.
 3. Ведущий вместе с педагогом разрабатывают сценарий, ищут в интернете материалы: информацию, видеоролики, картинки. Структурируют материал, готовят презентацию. Ведущий продумывает свои реплики, а педагог помогает ему отредактировать их. Важно, чтобы ребенок чувствовал себя полноценным организатором, а педагог только выступал помощником.
 4. Двое исполнителей главных ролей и тайные участники продумывают свои реплики (учитель ненавязчиво направляет их и помогает отредактировать реплики), репетируют.
 5. Учитель подготавливает и проверяет необходимые материалы, помогает организаторам.

Подробное описание:

Поскольку сценарий спектакля должен стать результатом творческой активности студентов, представлены ПРИМЕРНЫЕ реплики ведущего и актеров.

1. Начало

Зрители занимают места в актовом зале. На входе каждый зритель получает табличку с надписью «Участие». В зале находятся тайные участники. Если есть возможность, нужно попытаться создать театральную атмосферу: задернуть шторы, выключить свет. Учитель занимает место за компьютером, запускает презентацию. На экране слайд «Добро пожаловать», выполненный в едином стиле с рекламными и пригласительными материалами.

Ведущий: «Здравствуйте, дорогие друзья! Мы рады вас видеть сегодня на нашем иммерсивном спектакле "СОучастие". Скажите, пожалуйста, кто-нибудь из вас знает, что значит "иммерсивный спектакль"?»

Звучат ответы зала (ведущий вместе с педагогом заранее продумывают возможные варианты реплик).

Ведущий: «Спасибо. Действительно, иммерсивный спектакль — это спектакль, в котором может поучаствовать каждый зритель! И от каждого зрителя зависит, как будет развиваться действие».

Далее ведущий кратко рассказывает об иммерсивных спектаклях, концептуальном искусстве. Можно упомянуть перформансы скандально известной художницы Марины Абрамович (контент подбирается и фильтруется заранее вместе с учителем). На экране демонстрируются подобранные видеоматериалы, изображения. На этом этапе публика должна понять «правила игры».

Ведущий: «Как вы думаете, зачем нужны такие спектакли?»

Звучат ответы зала.

Ведущий: «Спасибо. А еще с помощью иммерсивных спектаклей отчасти можно смоделировать свою собственную реальность. Кстати, как вы думаете, в реальной жизни наши действия могут изменить "сценарий" событий?»

Звучат мнения из зала (предположительно разные: «Да, могут изменить», «Нет, от нас ничего не зависит в жизни» и т. д.).

Ведущий: «Вот видите, какие разные мнения прозвучали. Давайте сформулируем вопросы».

Примерные вопросы:

- Могу ли я влиять на события?
- Что зависит от меня?
- Как я могу изменить жизненный сценарий?

Вопросы выводятся на экран.

2. Основная часть: спектакль

Ведущий: «Сегодня мы с вами проведем эксперимент, в ходе которого постараемся найти ответы на эти вопросы. Напоминаю, что в нашем спектакле может поучаствовать каждый зритель. Единственное условие: использовать можно только речь! Высказывайтесь, пожалуйста, по очереди и не перебивайте друг друга. Тот, кто хочет поучаствовать, поднимает табличку. Итак, давайте начнем! Сегодня в нашем иммерсивном театре — пьеса Уильяма Шекспира "Ромео и Джульетта". Поприветствуем!»

Аплодисменты.

На сцену выходят двое главных героев.

ГГ1: Две равно уважаемых семьи
В Вероне, где встречают нас события,
Ведут междоусобные бои
И не хотят унять кровопролитья.
Друг друга любят дети главарей,
Но им судьба подстраивает козни,
И гибель их у гробовых дверей
Кладет конец непримиримой розни.

ГГ2. (Молчит. Делает вид, что мучительно пытается вспомнить текст.)

ГГ1. (Растерялся, пытается подсказывать. Беспомощно смотрит на учителя и в зал.)

«Злой» тайный участник из зала: Да уж, отличный спектакль, нечего сказать. Хоть бы роли выучили для начала!

«Добрый» тайный участник из зала: Давайте не будем ругать актеров!

Задача «добрых» и «злых» тайных участников — подогреть публику и спровоцировать дискуссию. На этапе подготовки ребята вместе с учителем тщательно продумывают возможные реакции присутствующих и прописывают варианты поведения тайных участников. Задача «злых» тайных участников — продемонстрировать негативное поведение, травлю «забывчивого» актера. Добрые тайные участники, наоборот, защищают его. В ходе дискуссии тайные участники

должны «подкинуть» идею о том, что на месте жертвы может оказаться каждый. Участники стараются активно вовлечь зрителей в обсуждение. Зрители поднимают таблички «Участие» и высказываются. Главные герои также принимают участие: ГГ1 отыгрывает роль «потенциального защитника», ГГ2 — жертвы. Ведущий следит за соблюдением правил. Обсуждается буллинг, травля слабых. В идеале нужно поставить вопрос: а как я могу бороться с буллингом? Логично, если зрители приходят к ответу: я сам могу пообещать себе, что никогда не стану агрессором.

3. Завершение

Ведущий: «Спасибо вам за активное участие! Давайте теперь попробуем сформулировать основные мысли, к которым мы пришли все вместе».

Примерные мысли:

- На месте жертвы может оказаться каждый.
- Равнодушие — это зло.
- Я — режиссер собственной жизни.
- Важно участие каждого.
- Я никогда не стану агрессором.

Ведущий: «А теперь давайте сохраним эти ценные мысли!»

Участники по очереди подходят к стенду, берут маркеры, записывают мысли на «Облаках слов» и прикрепляют к стенду/стене.

Ведущий благодарит всех за участие и вручает всем сертификаты участников иммерсивного спектакля. Слово берет педагог, благодарит ведущего и вручает ему сертификат. Далее по желанию можно провести фотосессию.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ЕСЛИ ДРУГ НЕ СМЕЕТСЯ, ТЫ ВКЛЮЧИ ЕМУ СОЛНЦЕ!»

Никитская Е. А.

Целевая аудитория: учащиеся 9–11 классов.

Организаторы: курсанты 2 курса МосУ МВД России имени В. Я. Кикотя, обучающиеся по специальности 44.05.01. Педагогика и психология девиантного поведения.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов — формирование профессиональных компетенций по специальности, таких как:

- способность выполнять профессиональные задачи в соответствии с нормами морали, профессиональной этики и служебного этикета (ОК-4),
- способность работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, культурные, конфессиональные и иные различия, предупреждать и конструктивно решать конфликтные ситуации в процессе профессиональной деятельности (ОК-5),
- способность исполнять закономерности и методы педагогики и психологии в профессиональной деятельности (ОПК-1),
- способность разрабатывать, реализовывать и оценивать эффективность программ, направленных на формирование нравственно-правовой устойчивости детей и подростков, предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, рисков асоциального поведения (ПК-6);

Б) для целевой аудитории:

- формирование знаний о юридической ответственности за проявления травли,
- формирование умений этической защиты при проявлении травли,
- воспитание ответственного поведения в рамках законов РФ.

Время, необходимое на подготовку: 7 дней.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: проектор, компьютер, колонки, микрофон, КоАП, УК РФ и др. законы РФ, презентация с заданиями, ватман, карандаши, фломастеры.

Краткое описание идеи:

Разрабатываемое мероприятие направлено, с одной стороны, на профилактику травли и агрессивного поведения несовершеннолетних в образовательных учреждениях и, с другой стороны, на формирование профессиональных компетенций будущих инспекторов ПДН.

Суть предлагаемой активности: обучая, воспитывай; воспитывая, обучай!

План подготовки:

1. Изучение материалов по программе «Каждый важен» Центра толерантности в рамках сампо (самостоятельная подготовка).

2. Прохождение курсантами курса в полном объеме с учетом возрастных различий игр.
3. Разработка конспекта игры и согласование ее на заседании кафедры педагогики УНК ПСД.
4. Апробация конспекта с курсантами младших курсов в период сампо (самостоятельной подготовки).
5. Согласование с образовательной организацией списка участников и согласование с университетом возможности прохода на территорию университета (написание рапорта и утверждение).
6. Подготовка аудитории для игры.
7. Предоставление образовательной организации информации по теме игры.
8. Организация встречи детей и экскурсия по площадке университета.
9. Ожидание в зале и просмотр видеосюжета об университете и специфике службы в полиции (в частности, инспекторов ПДН).

Подробное описание:

Аудитория, приглашенных участников, разделяется на 2–3 команды и распределяется за столы. Каждый стол оборудован световым сигналом для подачи ответа в кратчайший срок и/или на столах находятся красные флажки для подачи ответа. Команды получают вариативные названия: «Свои люди», «Братушки», «Добрули», «Антибульки».

Игра состоит из нескольких этапов:

1. Мы — психологи
2. Мы — педагоги
3. Мы — инспектора ПДН
4. Мы — друзья

Состав жюри: преподаватели кафедры педагогики УНК ПСД, курсанты, учителя (по одному представителю).

1. Введение

Ведущий: «Дорогие друзья! Сегодня, в Международный день против насилия и травли в школе и в интернете, мы проводим нашу игру. Согласно докладу ЮНЕСКО "Что стоит за цифрами? Искоренение насилия и запугивания в школе (2019)" более 30% учащихся по всему миру подвергаются различным формам насилия и травли со стороны своих одноклассников. Каждый десятый учащийся страдает от кибербуллинга, и число столкнувшихся с этим явлением продолжает расти. Во время пандемии COVID-19 случаи травли, в особенности кибербуллинга, участились, при этом как в отношении учащихся, так и учителей¹. Наша задача — стать преградой на пути распространения травли и своей активностью и творчеством показать, насколько прекрасен мир без насилия.

Перед началом нашей игры предлагаем командам настроиться на победу и посмотреть

позитивный мультфильм <https://www.youtube.com/watch?v=lcx7hBWeULM>».

2. Первый этап «Мы — психологи»

После просмотра мультфильма ведущий просит капитанов команд ответить на вопрос, какие психологические проблемы показаны в сюжете.

¹ <https://iite.unesco.org/ru/announcements/international-day-against-bullying/> (дата обращения 17.12.2020)

Вопросы для команд:

- Предложите варианты разрешения проблемы, обозначенной в мультфильме, если бы она возникла в вашем классе. (Максимальная оценка за ответ — 5 баллов)
- Как вы думаете, почему проблема травли в настоящий момент стала актуальной? Подготовьте выступление-доклад на 2 минуты с аргументацией своей точки зрения. (Максимальная оценка за ответ 5 баллов)

3. Второй этап «Мы — педагоги»

Ведущий предлагает командам составить синквейн на слова «родственные души», «дружба», «совесть», «единомышленники», «помощь», «равнодушие». Каждой команде в результате жеребьевки достается одно слово. Синквейн: 1 строка — одно существительное (тема); 2 строка — два прилагательных, раскрывающих тему; 3 строка — три глагола, описывающих действия по теме; 4 строка — предложение (отношение к теме); 5 строка — одно слово-резюме (синоним темы). Максимальная оценка за ответ — 5 баллов.

Затем ведущий дает дополнительные задания:

- Поясните свою позицию и обоснуйте, как доставшееся слово связано с темой игры. (Максимальная оценка за ответ — 5 баллов)
- Представьте, что вы классный руководитель. В вашем классе возникла ситуация травли. Какие действия будут вами предприняты? Свой ответ аргументируйте. (Максимальная оценка за ответ — 5 баллов)

4. Третий этап «Мы — инспекторы ПДН»

Ведущий просит команды назвать статьи Законов РФ и Международных законов, в которых содержится указание на ответственность за проявление травли. Время на подготовку — 5 минут. Для подготовки ответов можно пользоваться книгами на столах команд. Максимальная оценка за ответ — 5 баллов.

Вариант ответов: статья 5.35 КоАП; 111 ст. УК РФ; 112 ст. УК РФ; 158 ст. УК РФ; 161 ст. УК РФ; 162 ст. УК РФ; 163 ст. УК РФ; 167 ч.2 ст. УК РФ; 213 ч.2 ст. УК РФ; 214 ст. УК РФ; Статья 110 УК РФ; Статья 282 УК РФ; Статья 116 УК РФ; Статья 110.1.УК РФ; Статья 128.1. УК РФ; КоАП РФ Статья 20.1; УК РФ Статья 117; Конституция РФ; Закон об образовании (41 п.1 пп. 8); Статья 21 КоАП и др.

Ведущий: «Мы с вами понимаем, что законодательство страны относительно буллинга и травли не совершенно, поэтому предлагаем вам внести изменения в действующие статьи законодательства или предложить свою трактовку статьи в новом формате».

Команды готовятся в течение 7 минут, затем представляют текст статьи и отвечают на вопросы жюри в течение 10 минут. Максимальная оценка за ответ — 10 баллов.

5. Четвертый этап «Мы — друзья» (домашнее задание)

Участники получили информацию на классном часе и имеют интеллектуальные заготовки для визуализации. Их задача — создание экслибриса класса в виде эмблемы на ватмане.

Каждая команда создает экслибрис своего класса с отражением самых лучших, светлых и добрых сторон КАЖДОГО. Лаконичное и образное отражение в виде

рисунка, который говорит о интересах, чертах, склонностях, достижениях каждого и отражает объединяющую детей тему. Время на подготовку — 10 минут, время на представление и защиту эскиза — 12 минут. Максимальная оценка за ответ — 10 баллов.

6. Завершение

Во время подсчета итогов игры перед участниками выступают курсанты с музыкальными номерами (песнями на тему дружбы).

После подсчета голосов и награждения победителей почетными грамотами университета за участие в мероприятии и сладкими подарками концерт продолжается.

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ «ДОРОГА ДРУЖБЫ»

Орлова Н. А.

Целевая аудитория: учащиеся 3 или 4 класса.

Организаторы: учащиеся 5 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие умения работать в команде, принимать мнение другого человека, принимать решения,
- развитие навыков сотрудничества,
- понимание значимости положительных взаимоотношений со сверстниками;

Б) для целевой аудитории:

- осознание себя частью коллектива,
- развитие сплоченности,
- умение работать в команде, договариваться,
- получение позитивной оценки со стороны сверстников,
- осознание ценности положительных высказываний,
- развитие представлений о себе,
- осознание своей значимости,
- осознание себя частью класса.

Время, необходимое на подготовку: 2 часа.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Краткое описание идеи:

Совместная деятельность ребят 3 (4) и 5 классов способствует развитию сплоченности, пониманию роли каждого в совместной деятельности, развитию ценностного и внимательного отношения к другому, способствует пониманию причастности своему классу и осознанию своего места в этом классе.

План подготовки:

Учащимся 5 класса предлагают поучаствовать в организации занятия для учеников 3 (4) класса. Для проведения занятия необходимо:

1. Подготовить 2 больших листа ватмана (не менее 70*50)
2. Создать макет карты «Школьная жизнь»:

Вариант 1. Ребятам можно продемонстрировать пример карты (Приложение 1). Можно полностью использовать карту из приложения, распечатать каждый объект на листе формата А4, а также придумать другие объекты по аналогии.

Вариант 2. Обсудить стиль карты. В виде чего можно представить жизнь в школе? Что можно изобразить? Какие объекты/предметы могут представлять различные сферы школьной жизни? Ребята могут придумать свой вариант оформления. Это могут быть географические объекты, объекты природы, названия стран или континентов, абстрактные символы, кондитерские изделия и т. д.

Разделить класс на 4–5 подгрупп. Каждая группа создает макет одного объекта на листе формата А4 (название + схематичное изображение). Все объекты необходимо распечатать перед началом занятия.

ВАЖНО: проследить, чтобы школьная жизнь, отображенная на карте, состояла в том числе из положительных объектов, один из которых закрепляется в верхнем правом углу на листе ватмана. В приложении это «Гора Успеха».

3. Подобрать 4 картонные коробки одинаковых размеров, примерно 30х20 см (лучше использовать коробки из-под обуви).

4. Подготовить листы бумаги по количеству учеников 3 (4) класса, ручки, фломастеры, цветные карандаши, таймер, клей (или двусторонний скотч), мягкий мячик или другую мягкую игрушку.

5. Среди учеников 5 класса выбрать одного ведущего и троих первых помощников. Остальные ученики станут вторыми помощниками.

Ведущего может назначить педагог (если в классе есть ученик с организаторскими способностями, которого не смутит роль лидера), а можно выбрать и ведущего, и помощников путем жребия: в коробку складываются листочки бумаги одного размера, на одном из которых указана буква «В» (ведущий), на трех — «П1» (первые помощники), на остальных — «П2» (вторые помощники) (Приложение 2).

Вторые помощники помогают участникам в создании карты. Для этого нужно заранее выяснить количество детей-участников и количество вторых помощников. Они должны быть распределены равномерно. К примеру, в классе 28 учеников и 20 вторых помощников. В каждой команде должно быть по четыре участника. Получается 7 команд, в которых 4 ребенка-участника и 2–3 вторых помощника. Распределить помощников можно заранее по местоположению участников (1–2 парта в первом ряду, 3–4 парта в первом ряду, 1–2 парта в среднем ряду и т. д.).

Подробное описание:

1. Создание карты школьной жизни класса

Ведущий демонстрирует ученикам 3 (4) класса лист ватмана и сообщает, что ребята хотят помочь им сделать карту школьной жизни. Первые помощники по очереди демонстрируют свои заготовки — фрагменты карты.

Ведущий спрашивает у детей: «Что бы вам хотелось еще добавить на эту карту? По-другому назвать?»

Каждая команда, которая состоит из четырех ребят и некоторого количества вторых помощников, дополняет свой объект. Время на общее обсуждение — 5 минут. Затем каждый воплощает часть замысла.

Инструкция: каждый член команды может что-то добавить, написать, или закрасить. На это у каждого есть 1 минута. После сигнала таймера лист нужно передать следующему участнику.

Важно: помощники в командах сами не выполняют задание, только помогают организовать детей, поддерживают участие каждого ребенка, следят за выполнением правила очередности. Также помощники задают участникам вопросы:

- Каким цветом ты хочешь раскрасить объект?
- Что можно еще нарисовать?

После того как фрагменты карты будут готовы, ведущий и первые помощники прикрепляют их на карту с помощью клея или двустороннего скотча. Гора Успеха (или другой положительный фрагмент) прикрепляется в верхний правый угол карты.

2. Игра «Переправа»

Ведущий предлагает добраться до горы Успеха: «Ребята, мы сегодня будем добираться до горы Успеха необычным способом. Путь долгий и непростой. Впереди болото. Перебраться можно, если переходить болото втроем. Один человек утонет. Необходимо воспользоваться специальными приспособлениями (коробками), чтобы перейти через "болото" (из одного конца класса в другой)».

Инструкция: встать нужно рядом, плечом к плечу. Тот, кто стоит посередине, ставит свои ноги в две коробки (левую ногу в одну коробку, правую — в другую). Двое других ребят ставят по одной ноге в те же коробки: тот ребенок, который стоит справа, ставит левую ногу рядом с правой ногой того, кто в середине, а стоящий слева ставит свою правую ногу в одну коробку с его левой ногой.

Начало и конец «болота» первые помощники отмечают с помощью листов бумаги. Также можно отмечать время прохождения «дистанции» с помощью таймера.

Вторые помощники помогают каждой тройке.

Класс разбивается на несколько команд по 3 человека в каждой. Чтобы разбить детей по 3 человека, первые помощники раздают листочки с нарисованной геометрической фигурой. К примеру, дети, получившие круги, объединяются в одну тройку, а квадраты — в другую тройку (Приложение 3).

Пройти болото нужно как можно быстрее.

Вопросы к классу после выполнения задания:

- -Было ли трудно выполнять упражнение?
- -Что помогало, что мешало?

Ведущий делает вывод: это упражнение хорошо получается, когда все участники действуют вместе, помогают друг другу. Затем ведущий предлагает участникам поблагодарить друг друга.

3. Упражнение «Добрые слова»

Ведущий предлагает детям вспомнить все добрые слова, которые можно сказать другому человеку. Берет в руки мячик, называет качество, передает следующему участнику. Первые помощники (3 человека) записывают ответы детей на доске или листе ватмана. Вторые помощники являются участниками, вместе с детьми называют положительные качества.

4. Упражнение «Дорога Дружбы»

Ведущий спрашивает: «Что (кто) помогает справляться с неприятностями?»

Участники отвечают примерно следующее: «Друзья! Твои одноклассники! Те, кто рядом с тобой каждый день!»

Каждый ученик класса записывает на листочке свои имя и фамилию. Ведущий собирает их в пустую коробку, перемешивает. Каждый ребенок по очереди вытаскивает листочек с фамилией и именем другого ребенка и записывает на нем

положительные качества или пожелания. Если попался листочек со своим именем, необходимо заменить его другим. Ребята могут воспользоваться списком слов, которые записали на доске.

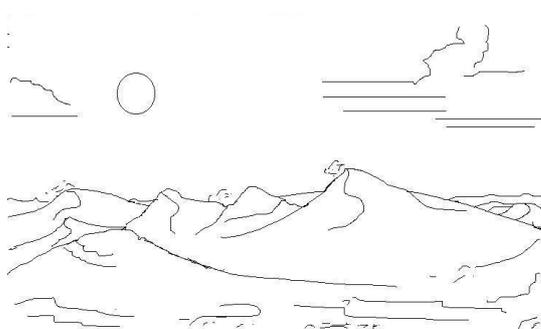
Затем листочки в произвольном порядке прикрепляются на карту школьной жизни в виде «дороги».

Вторые помощники помогают фиксировать листочки на карте.

Приложение 1

Карта школьной жизни

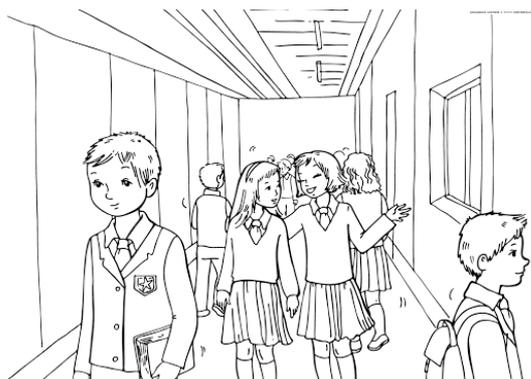
зыбучие пески невыученных уроков



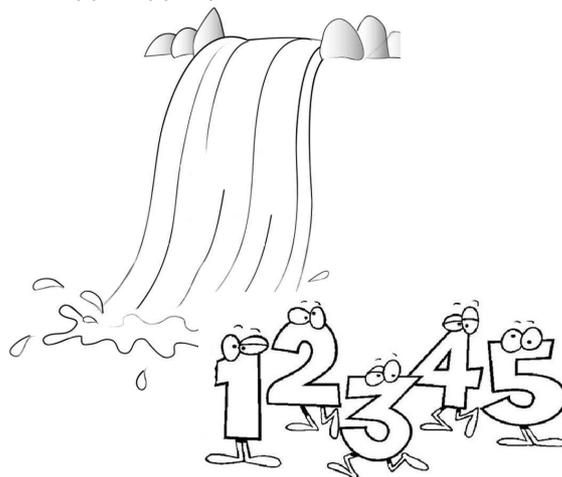
болото лени



долина веселых перемен



водопад оценок

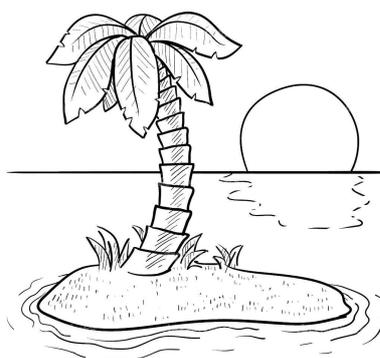


пропасть плохого настроения

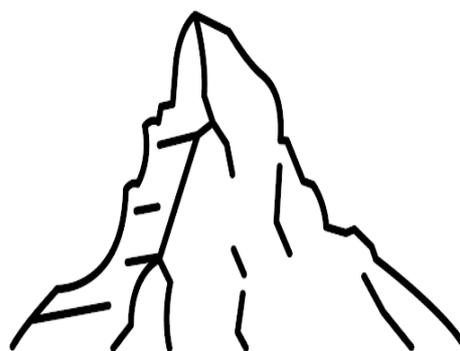
остров ошибок



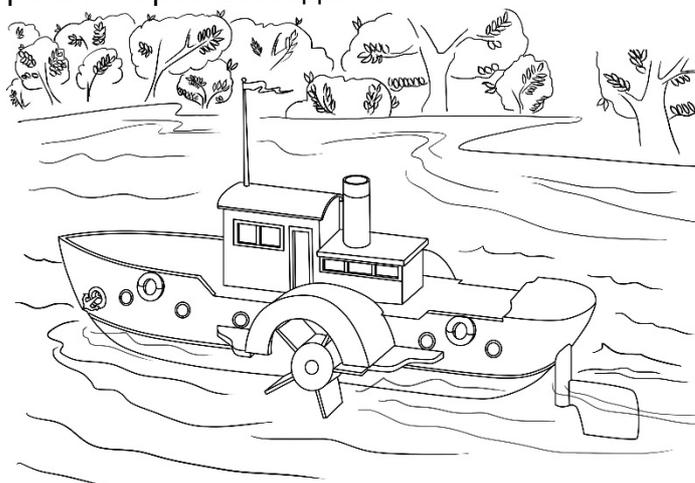
лес друзей



гора успеха



река интересных заданий

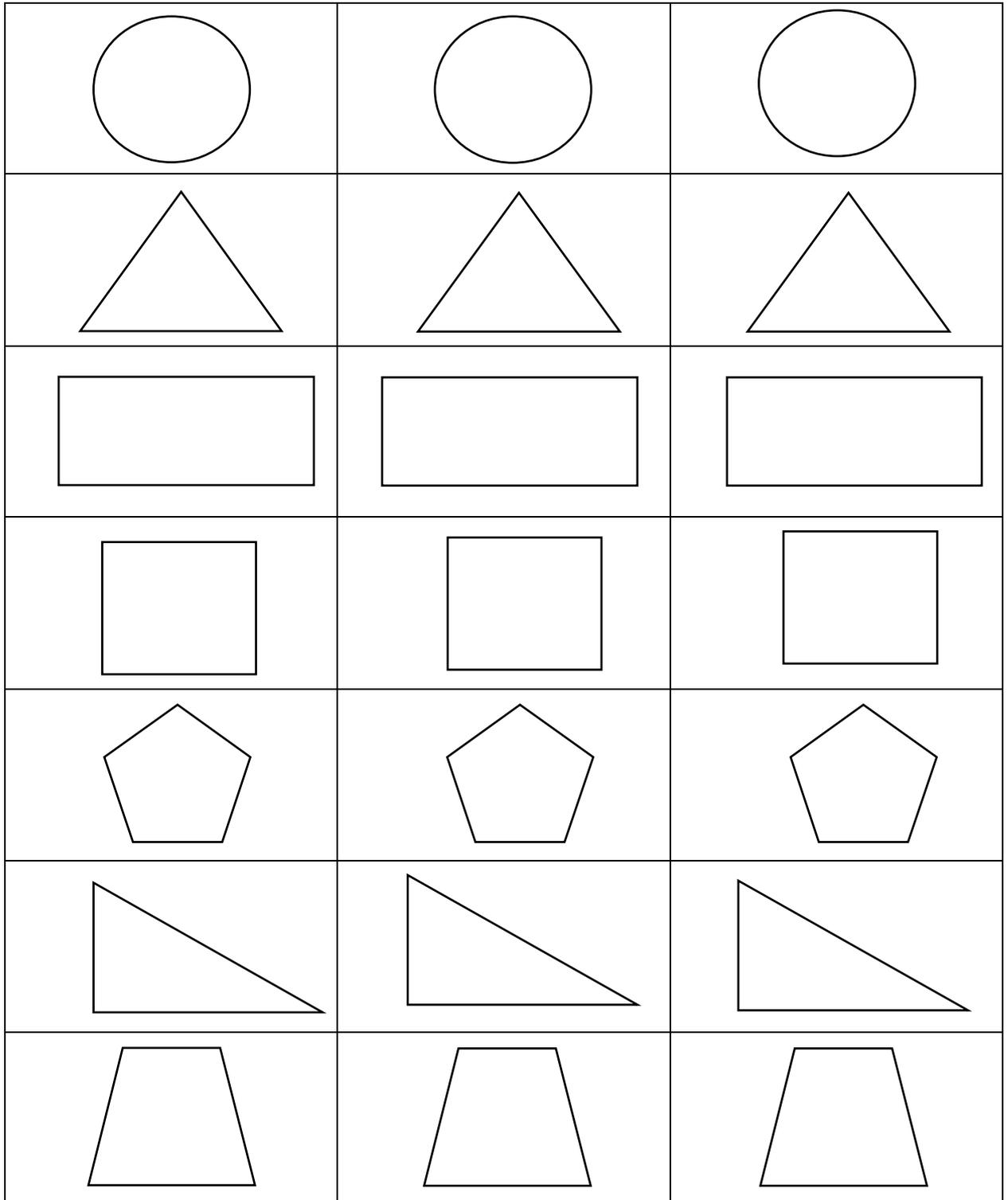


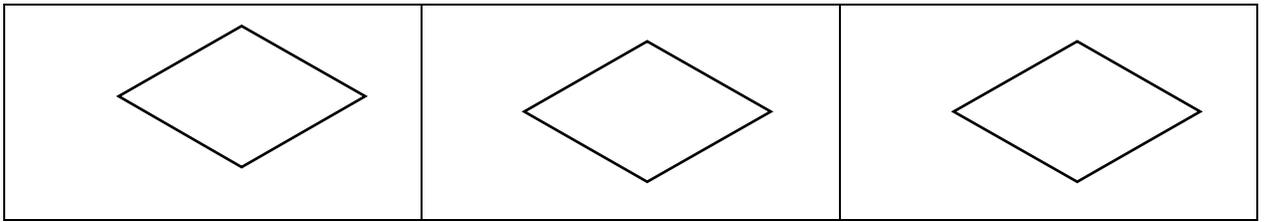
Приложение 2

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| В | П 1 | П 1 | П 1 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |
| П 2 | П 2 | П 2 | П 2 |

Приложение 3





ЯЩИК ДОБРА «ТЫ НЕ ОДИН»

Пелевина Д. А.

Целевая аудитория: учащиеся 1 курса техникума (выпускники 9 классов 15–16 лет). Желательно разделить группу 25 человек на две подгруппы.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- организаторский опыт,
- улучшение внутригруппового взаимодействия;

Б) для целевой аудитории:

- ощущение собственной нужности,
- понимание, что они могут помочь,
- улучшение внутригруппового взаимодействия.

Время, необходимое на подготовку: 40 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: почтовый ящик, проектор, листы бумаги, ручки.

Краткое описание идеи:

Создание писем со словами поддержки (и, возможно, контактами людей, готовых дружить).

1. Вступление «Послушай меня» — мое отношение к травле.
2. Просмотр видеотрейлера и его обсуждение.
3. Письма поддержки.

План подготовки:

Занятие рассчитано на группу, с которой велась предварительная работа: возможно, классный руководитель проводил часы общения о травле в целом и о роли каждого участника в процессе травли.

Организаторы предварительно:

1. Прорабатывают темы, которые планируют озвучить во вступлении;
2. Составляют список вопросов для рефлексии;
3. Просматривают фрагмент из фильма «Учитель на замену» (история Меридит) и готовят вопросы для анализа;
4. Пишут примерные записки со словами, которые хотели бы услышать в трудную минуту;
5. Готовят помещение и вспомогательные материалы.

Подробное описание:

1. Телефон доверия. «Послушай меня»

Необходимо создать два круга: внутренний и внешний («анонимы» и «психологи»). Участников нужно разделить на две группы.

Ведущий сообщает, что каждый «аноним» должен будет пожаловаться каждому «психологу». Для этого через каждую минуту все «анонимы» дружно поднимаются и пересаживаются на соседнее место (по часовой стрелке). «Аноним» должен

очень быстро и точно изложить суть того, что беспокоит его или его сверстника. Желательно, чтобы история была реальная, но можно использовать вымышленную. История касается взаимоотношений в техникуме. У одного «анонима» одна история для всех «психологов». «Психолог» дает совет по этой истории. Далее делается второй круг, и участники меняются ролями.

Вопросы для рефлексии:

- Насколько комфортно говорить о том, что вам неприятно?
- Какие особенности вы успели заметить друг у друга? Способности слушать и говорить? Может быть, кто-то слушал вас особенно внимательно?
- Много ли можно успеть сказать и услышать за одну минуту?
- Что изменилось после разговора с «психологом»?

Вывод: мы часто нуждаемся в поддержке, но не всегда готовы рассказать о том, что нас действительно беспокоит.

2. Просмотр отрывка из фильма «Учитель на замену»

Вопросы для обсуждения (список дополняют организаторы):

- Знает ли кто-то о том, что беспокоит Мередит?
- Есть ли человек, который готов ее поддержать?
- Что можно было сделать, чтобы избежать трагедии?

3. Письмо поддержки другу

Участники пишут письма в свободной форме без конкретного адресата (слова поддержки: «Ты справишься», «Ты многое можешь» и пр.). Все письма складываются в Ящик добра, и с этого момента каждый участник тренинга в любой момент, когда ему будет необходимо, может вытянуть из ящика доброе пожелание, слова поддержки.

КЛАССНЫЙ ЧАС «ВМЕСТЕ»

Петрова А. Ю.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса общеобразовательной школы.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков организаторов:

- развитие самообразования,
- развитие коммуникативной культуры, необходимой для установления межличностного взаимодействия на основе понимания ценности чувств другого человека;

Б) для целевой аудитории:

- развитие доброжелательности,
- развитие умения эмоционально сопереживать однокласснику,
- развитие умения сотрудничать, действовать сообща, совместно решать поставленные задачи,
- продолжение формирования понятий о дружбе,
- сплочение коллектива.

Время, необходимое на подготовку: 15-20 минут.

Время необходимое на проведение: 40-45 минут.

Вспомогательные материалы: бумага формата А4, ручки, фломастеры, ножницы (5–6 пар), клей-карандаш (4–5 шт.), степлеры (4–5 шт.)

Краткое описание идеи:

Взаимодействие между детьми происходит через упражнения.

План подготовки:

1. Проконсультировать подростков-организаторов перед мероприятием.
2. Распечатать необходимые материалы (Приложение).
3. Расставить столы так, чтобы была возможность разделиться на четыре подгруппы и перемещаться по классу.

Подробное описание:

1. Введение

Ведущий: «Здравствуй, ребята! Наша встреча будет посвящена взаимоотношениям в вашем классе. Вы попробуете более тесно познакомиться друг с другом, узнать что-то новое».

2. Упражнение «Кнопка»

Ведущий предлагает всем участникам закрыть глаза и представить себе кнопку. Через 2–3 минуты начинается обсуждение, какая она. У всех она будет разная по форме, цвету, материалу. У кого-то будет металлическая кнопка, у кого-то — звонок в дверь и т. д.) На это упражнение отводится 5 минут.

Ведущий делает вывод: «Все люди разные, и одинаковых людей не бывает. Каждый из нас уникален, неповторим, по-своему талантлив. Нужно научиться говорить о своих достижениях с гордостью, замечать и ценить эти качества в других».

3. Упражнение «Перемещения»

Упражнение проводится в течение 10 минут.

Инструкции:

- 1) Встаньте у окна те, кто любит рыбалку.
- 2) Теперь те, кто любит проводить выходные на природе, встаньте сюда (показать свободное место), кто любит проводить выходные в деревне — сюда (в другое место), кто любит провести выходные дома — сюда (в другое свободное место).
- 3) Теперь переместитесь к двери те, кто любит мороженое в вафельном стаканчике, а сюда (указать на другое свободное место) — кто любит эскимо.
- 4) В середину класса идут те, у кого день рождения зимой (подождать, когда встанут). А теперь у двери встают те, кто родился весной (подождать). У окна встают те, кто родился летом. К доске подходят те, кто родился осенью.
- 5) К доске теперь идут те, кто любит лето (у доски должно быть свободней, так как все придут туда).

4. Упражнение «Неоконченные предложения»

Класс делится на четыре подгруппы. Каждая подгруппа получает неоконченное предложение (Приложение). Задача — написать как можно больше вариантов продолжения. После выполнения задания происходит презентация работы подгрупп. Другие подгруппы могут дополнять. Упражнение проводится в течение 15 минут.

5. Упражнение «Постройка моста»

Класс делится на 3–4 подгруппы. По условиям игры, на большом и красивом острове началось землетрясение, и детям нужно срочно соорудить мосты от их берега до соседнего берега «Мир». Участники придумывают название своего острова. Насколько устойчивым и прочным будет мост, зависит от них. Весь необходимый материал лежит перед каждой командой (листы, карандаши, фломастеры, ножницы, клей, степлеры). В течение 2–3 минут участники распределяют роли и вырабатывают план действий. В целом упражнение занимает 15 минут.

Обсуждение:

- Легко ли было справиться с заданием? Что вам помогло?
- Какие правила общения в классе можно сформулировать по итогам упражнения?

6. Рефлексия (самоанализ) проведенного занятия

Примерные вопросы для обсуждения со школьниками:

- Поделитесь вашими впечатлениями от занятия. Что запомнилось больше всего?
- Что было самым сложным? Самым простым?
- Какой главный вывод по итогам занятия может сделать каждый из вас? (Дети по очереди делятся своим выводом и мыслями).

Литература

1. Дереклеева Н. И. Классные часы по теме «Нравственность» ОАО ордена «Знак почета» — «Смоленская областная типография им. В.И. Смирнова», 241000, г. Смоленск, проспект им. Ю. Гагарина, 2.
2. Дубовицкий И. В. Под крышей дома твоего. — Москва: «Молодая гвардия», 1984.
3. Морозова Л. П. / Классные часы. 5 класс. — Изд. 2-е, переработанное./Сост. ISBN 5 — 93312 — 276 — 9 Издательский торговый дом «Корифей», Волгоград.
4. Северина О. А., Дронова Т. А. Спутник классного руководителя: воспитание у школьников толерантности. — М.: «Глобус». — 2007.
5. Википедия — свободная энциклопедия [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М., . — Режим доступа: [http://ru.wikipedia.org/wiki/ Толерантность](http://ru.wikipedia.org/wiki/Толерантность), свободный. — Загл. с экрана.

Приложение

| |
|------------------------------------------------------------------|
| <u>Подгруппа 1</u> Дружный класс — это... |
| <u>Подгруппа 2</u> Наш класс может гордиться... |
| <u>Подгруппа 3</u> Быть самым дружным нашему классу мешает... |
| <u>Подгруппа 4.</u> Стать дружнее нашему классу помогает... |

КЛАССНЫЙ ЧАС, ПОСВЯЩЕННЫЙ ДЕЛОВОЙ ИГРЕ «ПЕРЕСЕЛЕНЦЫ»

Полторако В. А.

Целевая аудитория: учащиеся 3–4 классов средних общеобразовательных учреждений.

Организаторы: учащиеся 9–10 классов, прошедшие программу «Каждый важен»

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- повышение уровня информированности педагогов, школьников и родителей о буллинге как недопустимой форме поведения в детском коллективе,
- формирование системы убеждений о неприемлемости проявлений агрессии у всех участников образовательно-воспитательного процесса (достижение указанной задачи представляется крайне важным в отношении школьников, которые выступают свидетелями буллинга, что позволит снизить проявления травли, насилия на основании противодействия со стороны окружающих);

Б) для целевой аудитории:

- организация самостоятельной внеурочной деятельности на основании реализации социально значимой деятельности,
- повышение информационной грамотности,
- формирование навыков критического мышления в результате самостоятельного поиска информации и критического ее осмысления,
- повышение уровня взаимодействия школы, ребенка и семьи на основании реализации совместной деятельности.

Время, необходимое на подготовку: 2–3 часа (несколько подготовительных встреч).

Время, необходимое на проведение: 45 минут на проведение занятия с классом + 45 минут на общее подведение итогов.

Вспомогательные материалы: ручки, бумага, любые материалы, которые позволят младшим школьникам создать образ путешественников-переселенцев на новые земли; Всеобщая декларация прав человека, Конституция, нормативные акты, самостоятельно найденные обучающимися.

Краткое описание идеи:

Принцип преемственности: учащиеся старших классов, которые ранее прошли обучение по антибуллинговой программе, разрабатывают сценарий классного часа по профилактике буллинга для учащихся 3–4 классов и проводят классный час, акцентируя внимание на недопустимости травли.

В основании классного часа — игровая деятельность, деловая игра «Переселенцы».

План подготовки:

1. Создание игровой проблемной ситуации. На данном этапе педагог-организатор подготавливает необходимые материалы, на совете старшеклассников объявляет о предстоящем мероприятии, создает игровую проблемную ситуацию.

Подростки-организаторы делятся на четыре группы, каждая из них — переселенцы, которые осваивают новые земли, где пока нет ни правовых норм, ни законов. В задачи каждой группы входит создание свода законов, максимально отвечающих представлениям о морали и направленных на минимизацию рисков проявлений буллинга, которые должны быть гарантированы в новой «стране».

Первая группа занимается разработкой законов, направленных на предотвращение травли по этническому, языковому признаку.

Вторая группа занимается разработкой законов, направленных на предотвращение травли по социальному, материальному признаку.

Третья группа занимается разработкой законов, направленных на предотвращение травли по религиозному признаку.

Четвертая группа занимается разработкой законов, направленных на предотвращение травли на основании учета места работы родителей.

Впоследствии подготовка «законов» осуществляется старшеклассниками совместно с младшими школьниками, которые также подразделяются на четыре группы «переселенцев». В задачи старшеклассников-организаторов входит подготовка вопросов для организации дискуссии. В задачи педагога-организатора входит подготовка вопросов для рефлексии/саморефлексии.

3. Ход игры — «проживание» проблемной ситуации в ее игровом воплощении, развертывание игрового сюжета.
4. Подведение итогов игровой деятельности, самооценка действий.
5. Обсуждение и анализ хода и результатов игровой деятельности.

Подробное описание:

1. Введение

Ведущий: «Добрый день, ребята. Сегодня мы собрались с вами, чтобы обсудить важную и очень интересную тему. Дома вы должны были подготовить свод законов, направленных на предотвращение любых проявлений буллинга в открытой нами сегодня новой "стране"».

2. Презентации и дискуссия

На данном этапе осуществляется презентация подготовленных сводов законов, сравниваются права, представленные в них, отбираются наиболее значимые, отвечающие моральным представлениям. Необходимо проанализировать представленные права и сравнить их с правами, провозглашенными во Всеобщей декларации по правам человека, Конституции и других нормативных актах.

Обсуждение каждого закона сопровождается дискуссией, направленной на формирование толерантности, системы представлений о невозможности проявлений буллинга на основании любых оснований.

Примеры вопросов:

- Случалось ли тебе в жизни участвовать в процессе буллинга по тем или иным причинам? (Варианты ответов:
 - Нет, я никогда в таком не участвовал, для меня любые проявления насилия неприемлемы.
 - Было дело, но потом я сильно жалел.
 - Было дело, но в сложившейся ситуации это было оправдано.)

- Испытывал ли ты давление со стороны сверстников или детей старшего возраста в отношении профессии или рода занятий твоих родителей, в отношении этнического, языкового, религиозного признаков?
- Сталкивался ли кто-то из твоих друзей с проявлениями травли на основании любых признаков?
- Вспомни, как ты и твои друзья реагировали на проявления насилия. Опиши свои чувства.
- Как ты думаешь, что нужно сделать, чтобы подобные случаи не повторялись с тобой?
- Как ты думаешь, что нужно сделать, чтобы подобные случаи не повторялись в новой «стране», в новом классе? Аргументируй свое мнение.

3. Создание памятки

По итогам игры создается памятка — свод законов, принятых в классе и направленных на предотвращение травли на основании любых оснований.

В памятку в обязательном порядке должны быть включены следующие положения:

- 1) Я имею право быть принятым как равный, независимо от пола, расовой и национальной принадлежности.
 - 2) Я имею право чувствовать уважение к себе.
 - 3) Я имею право быть выслушанным и принятым всерьез.
 - 4) Я имею право иметь свое мнение.
 - 5) Я имею право придерживаться определенных политических взглядов.
 - 6) Я имею право делать ошибки.
- Указанные пункты должны быть дополнены «законами», направленными на предотвращение травли в классе, выявленными в процессе дискуссии.

4. Рефлексия с участниками

На этом этапе работы старшеклассники-организаторы проводят рефлексивное обсуждение с младшими школьниками. Вопросы:

- Какая роль была отведена тебе в игре?
- Что тебе понравилось и не понравилось при проведении игры?
- Какие трудности ты испытывал при проведении игры?
- Чему ты научился при проведении игры?

5. Рефлексия с организаторами

Отдельно педагогом-организатором проводится рефлексия со старшеклассниками:

- Трудно ли тебе было проводить занятие с учениками младших классов?
- В чем была основная трудность?
- Считаешь ли ты тему, затронутую на этом занятии, важной? Аргументируй свое мнение.
- Испытывал ли ты давление со стороны сверстников в отношении профессии и рода занятий твоих родителей?

- Как ты думаешь, что необходимо сделать, чтобы это не повторялось? Аргументируй свое мнение.

6. Обсуждение и анализ хода и результатов игровой деятельности

На данном этапе осуществляется обсуждение результатов игровой деятельности, окончательное оформление «свода законов» — памятки. Кроме того, определяются дальнейшие направления антибуллинговой деятельности. В качестве основных направлений могут быть предложены следующие:

- Буллинг: что это и почему это недопустимо? Подготовка лекционного занятия старшеклассниками-организаторами для учащихся 6–8 классов.
- Я стал жертвой травли: что делать? Разработка алгоритма действий.
- Я стал свидетелем травли: что делать? Разработка алгоритма действий.

Конкретные направления дальнейшей антибуллинговой деятельности определяются в каждом классе отдельно, зависят от предложений старшеклассников-организаторов и младших школьников.

Литература

Троянская С. Л. Развитие общекультурной компетентности в процессе образования. Монография. — Ижевск, 2004. — 100 с.

АНТИБУЛЛИНГОВАЯ ИГРА «ЗАКОН ДЖУНГЛЕЙ»

Пономарева А. С.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Организаторы: учащиеся 9–11 классов.

Ожидаемые результаты:

А) для подростков-организаторов:

- развитие навыков эмпатии, умения слушать и слышать друг друга,
- формирование уважения к культурным и психологическим различиям,
- становление организаторских качеств, навыков вовлечения и руководства участниками игры;

Б) для целевой аудитории:

- профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся,
- воспитание доброжелательного отношения друг к другу,
- создание благоприятного психологического климата в классе,
- вовлечение в единый процесс взаимодействия «отверженных» детей класса.

Время, необходимое на подготовку: 1 день.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: коробка и карточки с фразами для упражнения «Я считаю, что...»; веревки по количеству участников, пластиковые тарелки и теннисные мячи для упражнения «Связанные одной сетью» (например, если участники распределены на группы по 7 человек, на каждую группу необходимо 7 веревок, 1 тарелка и 1 мяч); обруч или веревка, связанная на концах в виде кольца, для упражнения «Круг помощи»; список конфликтных ситуаций для упражнения «Совет племени», листы бумаги А4 и карандаши для упражнения «Рука помощи».

Краткое описание идеи:

На уроке школьники узнают о проблеме буллинга в коллективе, примеряют на себя разные роли и отрабатывают поведение, как если бы они оказались на месте свидетеля или жертвы.

Подробное описание:

1. Введение

Ведущий: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы предлагаем вам всем отвлечься от школьной жизни и поиграть с нами, представить себя совсем в другом месте и в другой обстановке. Наверное, многие из вас знают и помнят сказку Редьярда Киплинга. Действие происходит в джунглях — в месте, где правят законы природы. Кто знает, как звучит основной закон джунглей?»

Ведущий выслушивает ответы ребят.

Ведущий: «Закон джунглей гласит: "Каждый сам за себя". А что это значит, как вы думаете?»

Ребята высказывают свои предположения.

Ведущий: «Так вот, сегодня этот закон действителен не только для героев сказки Киплинга, но и для нашей с вами игры. Закон джунглей суров, он оправдывает жесткость, агрессивность, ощущения одиночества и отчуждения. Активный идет в наступление первым, пассивный предпочитает "спрятаться" в безопасном месте или заручиться покровительством сильнейшего. Сегодня мы с вами немного поиграем, попробуем представить себя обитателями таких вот джунглей».

2. Упражнение «Хвастовство»

Ребята садятся в большой круг и получают задание: каждый должен похвастаться каким-либо своим качеством, умением, способностью, рассказать о своих сильных сторонах — о том, что он любит и что в нем ценно.

Подготовка — 2–3 минуты. На выступление отводится 1 минута.

По окончании всех выступлений группа обсуждает ощущения, возникшие в процессе выполнения упражнения:

- Сложно ли хвастаться перед всеми своими качествами?
- Кто из присутствующих показал себя с новой стороны?
- Кто стал «открытием» для участников?

3. Упражнение «Я считаю, что...»

Предложения в утвердительной форме написаны на карточках и перемешаны в коробке. Каждый по очереди вытаскивает одно и высказывается, комментирует свою позицию. Высказывания необходимо начинать с фраз: «Я считаю...», «Я думаю...», «Мне кажется...». Задача ведущего — при необходимости помочь участникам сформулировать ответ и сформировать негативное отношение к школьному насилию.

Примерный список утверждений:

- Я — хороший человек.
- Я всегда говорю правду.
- Я считаю, что обратиться за помощью не стыдно.
- Любую проблему можно решить.
- Если я увижу, что над кем-то издеваются, я обязательно вступлюсь или расскажу тому, кто сможет помочь.

На выполнение отводится 10–15 минут.

В конце проводится обсуждение, сложно ли высказывать перед всеми свое мнение.

4. Упражнение «Связанные одной сетью»

Ведущий: «Как вы думаете, кто имеет больше шансов на то, чтобы выжить в джунглях?»

Ребята делятся версиями.

Ведущий: «Стая, где каждый не один против всех, а все друг за друга. А что если и вам попробовать стать одной стаей, одной командой? Люди собираются вместе не случайно: всегда есть нечто, что их объединяет. Командный дух основан на доверии. Чтобы позволить себе доверять человеку, нужна настоящая смелость».

Веревки связываются воедино по центру, на середину кладется тарелка с мячом. Задача участников — пронести теннисный мяч по определенному маршруту, не уронив. На выполнение отводится 7–10 минут.

По окончании упражнения участники обсуждают, кому удалось работать в команде и выполнить упражнение, а кому нет, что мешало, что вызвало сложности.

5. Упражнение «Совет племени»

Участники делятся на несколько команд примерно по 5–7 человек. Ведущий показывает составленный ранее список, в котором содержатся конфликтные ситуации, а участники в группах должны найти как можно больше способов разрешения этих ситуаций.

Примерный список вопросов:

- Что делать, если вымогают деньги?
- Что делать, если класс не хочет с тобой общаться?
- Что делать, если порвали портфель?
- Что делать, если видишь, как твоего одноклассника избивают?

В данном упражнении могут использоваться ситуации, связанные с буллингом, которые действительно существуют в классе или в школе.

Каждая команда по очереди зачитывает составленные ей способы. Задача ведущего — дать возможность учащимся высказать свои предложения о том, как правильно вести себя. На выполнение упражнения отводится 10–15 минут.

В конце проводится обсуждение упражнения. Некоторые идеи можно записать на доске. Получившийся список правил каждый участник может переписать на листок и вклеить в дневник.

6. Упражнение «Круг взаимопомощи»

Ведущий приглашает участников встать вокруг обруча.

Ведущий: «Вы видите в моих руках обыкновенный круг. Я прошу вас взяться за него обеими руками и потянуть на себя. Займите такое положение, чтобы вы держались за наш круг вытянутыми руками. Расслабьтесь. Чувствуете, как он вас держит? Вот так, все вместе, мы можем образовать круг, который поддерживает нас. Мы можем настолько ему довериться, что даже закроем глаза... Держит? Конечно, ведь мы привели его в состояние равновесия! Это и есть настоящее чудо — благодаря тому, что мы все доверяем ему держать себя, он держит нас! Оказывается, доверие способно поддерживать и того, кто доверяет, и того, кому доверяют. Вы чувствуете, что круг действительно объединяет нас всех. Давайте запомним это чувство и будем вызывать его в себе всякий раз, когда нам предстоит совместная работа».

На выполнение упражнения отводится 10 минут.

7. Упражнение «Рука помощи»

Ведущий: «В ходе сегодняшней игры каждый из вас проявил себя с новой стороны, по-другому посмотрел на давно знакомых людей. Давайте сделаем друг для друга руку помощи, а именно напишем на ладошке те качества, которые нам нравятся в этом человеке, которые помогают ему, делают его важным».

Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. Ведущий предлагает пустить «ладошки» по кругу, и другие участники на каждом пальце могут написать качества, которые присущи тому, кому принадлежит ладошка. Можно раскрасить пальцы в разные цвета, можно написать между пальцев. На выполнение упражнения отводится 10 минут.

8. Завершение игры

Ведущий: «Наша игра потихоньку заканчивается, но не заканчивается наше общение после игры. Сегодня мы с вами вспомнили, что существует закон джунглей, существует агрессивное поведение одних и страх и напряжение других. Существуют защитные барьеры, которые люди строят между собой, и существуют командный дух и доверие. Я хочу пожелать вашему классу всегда быть смелыми: не бояться доверять друг другу, не бояться обращаться за помощью, не бояться помогать и поддерживать друг друга, не бояться быть командой, где каждый нужен и каждый важен. Всегда помните, что вы сильнее, когда вместе!»

КЛАССНЫЙ ЧАС «ТРУДНОСТИ В ОТНОШЕНИЯХ С ОДНОКЛАССНИКАМИ»

Потапова И. Э.

Целевая аудитория: учащиеся 3 класса МОБУ «СОШ №40» г. Братска.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов (учащихся 9 класса):

- возможность показать, попробовать себя в качестве волонтера «Каждый важен»,
- возможность передать свои знания, опыт, навыки в умении поддерживать дружеские отношения с одноклассниками,
- возможность обучить навыкам бесконфликтного поведения,
- возможность воспитать у учеников третьего класса уважение к себе и окружающим их людям,
- развитие чувства «Мы вместе» и желания помочь другим стать успешными.

Б) для целевой аудитории:

- возможность овладеть навыком слышать и слушать окружающих,
- формирование толерантного отношения к своим одноклассникам,
- возможность на примере сказочных героев научиться бесконфликтному поведению.

Время, необходимое на подготовку: 2 дня.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: компьютер, интерактивная доска, необходимые видеоролики, колонки и просто хорошее настроение.

Краткое описание идеи:

В 3 классе произошли конфликтные ситуации, в конфликте участвовала большая часть класса, конфликт нужно было локализовать, а также исключить повторные ситуации. Для решения данной задачи было решено провести этот познавательный и поучительный классный час «Трудности в отношениях с одноклассниками», целью которого является то, что учащиеся 9 класса передают свой опыт по сплочению коллектива и укреплению чувства толерантности в классе.

План подготовки:

1. Определить тему, цель и задачи данного мероприятия.
2. Выбрать и назначить организаторов классного часа;
3. Спланировать мероприятие.
4. Найти актуальную сказку в соответствии с темой классного часа.
5. Распределить обязанности.
6. Согласовать дату и время, когда будет проводиться классный час.

Подробное описание:

1. Введение

Ведущие: «Здравствуй, ребята! Мы сегодня пришли к вам, чтобы провести интересный и познавательный классный час. Давайте познакомимся: нас зовут

[Егор] и [Настя], мы учимся в 9 классе. В нашем классе много интересных ребят. Когда мы учились в младших классах, у нас так же, как и у вас, были ссоры, мы допустили много ошибок, и нам теперь стыдно за свои глупые поступки. Мы стали взрослыми, научились уважать и принимать друг друга такими, какие мы есть. Наша цель сегодня — научить вас бесконфликтному уважительному поведению, показать вам, как важно уметь слушать и понимать других, а самое главное — как научиться помогать другим. Давайте сейчас все вместе включимся в работу и будем взаимодействовать друг с другом. Ведь только если мы будем работать дружно, то добьемся результата!»

Ведущие спрашивают ребят, как их зовут, те по очереди представляются.

Ведущие: «А сейчас мы вам расскажем историю об одном мальчике. Зовут его Алеша».

Первый ведущий рассказывает детям о мальчике Алеше, у которого были трудности в школе. Однажды он пришел домой и сказал маме: «Все, больше я в эту школу не пойду. Меня там никто не любит».

Второй ведущий спрашивает: «Как вы думаете, что случилось? Выскажите свои предположения о том, что же произошло с Алешей».

Дети высказываются.

Затем второй ведущий рассказывает о маме Алеша: «Она очень удивилась, услышав жалобы сына, ведь он всегда хорошо учился, и учительница была им довольна. Неужели он хочет бросить школу только из-за того, что у него не ладятся отношения с товарищами?»

Ведущие по очереди задают вопросы и слушают ответы детей:

- Бывает ли так, что человек хорошо учится, но с ним никто не дружит?
- А как вы думаете, важна для детей школьная дружба?
- Подумайте и скажите, что для кого важнее — учебные дела или взаимоотношения со сверстниками?
- Как можно помочь Алеше и всем ребятам, у которых есть такая проблема.

Вывод: для ученика третьего класса очень важно воспитать в себе толерантное отношение к одноклассникам и обучиться бесконфликтному поведению.

2. Игра «Быть в центре»

Ведущие предлагают ребятам поиграть в игру. Игра рассчитана на 10 минут.

Дети встают в круг. Ведущий спрашивает у группы, кто из ребят смог бы в течение некоторого времени быть в центре сосредоточенного внимания всех остальных. Доброволец становится в середину круга. Остальные члены группы садятся на корточки, держа руки за спиной. Потом все медленно вытягивают руки вперед и одновременно поднимаются. При этом они все время повторяют имя добровольца, стоящего в середине. Затем члены группы поднимают руки над головой и все ближе подходят к добровольцу в середине круга. Одновременно они все громче и громче произносят его имя. Игроки подходят к человеку в середине круга так близко, как только могут. При этом касаться его нельзя. Игра заканчивается, когда все участники побывают в середине круга.

После проводится обсуждение чувств, возникших во время игры.

3. Сказка о Спиногрызкине

Ведущий: «Сейчас мы вам расскажем сказочную историю. Но мы помним: "Сказка, ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок"». Ведущий читает сказку (Приложение), а затем предлагает ребятам обсудить основную идею.

4. Игра «Различия, которые объединяют»

Ведущий предлагает понять руки:

- тем, кто родился в воскресенье,
- тем, кто родился за границей,
- тем, кто любит путешествовать,
- тем, кто путешествовал на машине,
- тем, кто хотя бы однажды появлялся на телевидении или выступал по радио,
- тем, у кого есть племянники и племянницы,
- тем, у кого есть братья и сестры,
- тем, у кого есть близнецы,
- тем, чья фамилия начинается на буквы «Ц», «Е», «Ф» или «У»,
- тем, кто умеет стоять на голове,
- тем, у кого есть бабушка или дедушка.

Затем ведущий делает вывод: мы все разные, но мы все равные, у нас много общего: мы живем в России, мы братчане, мы учимся в одной школе.

5. Завершающий этап

Рефлексия: о чем было занятие и что полезного дети взяли из данного занятия.

Литература

1. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я
2. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе

Приложение

Сказка о Спиногрызкине

Одним зимним утром молоденький кролик по фамилии Спиногрызкин проснулся в восемь часов. За окном было еще темно, падал тяжелый липкий снег. «Как не хочется вставать! Да еще сегодня суббота...» — застонал кролик.

Но ровно в девять на опушке у здания школы выстрелил стартовый пистолет учителя физкультуры Барсукова. Началась лыжная эстафета. Спиногрызкин бежал в команде с Волковым, Лисицыным и Кабановым. Он был последним, четвертым в эстафете.

Спиногрызкин бежал изо всех сил, весь вспотел, а уши его развевались на ветру, как флаги. И вдруг послышался жалобный писк: прямо на лыжне сидел маленький птенчик. На большой скорости Спиногрызкин резко свернул с лыжни и влетел прямо в кусты. Одна лыжа сломалась. Команда проиграла.

На Спиногрызкина накинулись товарищи по команде и одноклассники-болельщики: «Если бы не ты, мы были бы первыми! Кто взял в команду этого лопухого?» Все так кричали, что Спиногрызкин даже не мог никому объяснить, что произошло. На глаза его навернулись слезы, из носа потекло.

Соревнования закончились, все разошлись, и Спиногрызкин поплелся к тому месту, где случилась авария. Там валялась куча сломанных веток, но птенца на лыжне уже не было. «А может, мне все это показалось? — тревожно подумал кролик. — Может, я действительно неумеха, и зря меня взяли в команду?»

Спиногрызкин вернулся домой. Мама поила его вкусным морковным чаем, папа предлагал сыграть в бирюльки, но Спиногрызкин был безутешен.

В школе бывшие друзья отворачивались от него, а победители злорадно смеялись прямо в лицо. Спиногрызкин так нервничал, что за одну неделю умудрился получить три двойки и пять замечаний за невнимательность на уроках. «Эх, никому я не нужен, ничего я не умею, никто меня теперь не любит», — вздыхал кролик.

А в следующий понедельник устраивался конкурс на лучший самодельный скворечник. Уж что-что, а скворечники Спиногрызкин делать умел. Этому его еще дедушка научил.

Весь класс собрался в столярных мастерских. Застучали молотки, завизжали пилы, полетела во все стороны стружка. Мальчики сколачивали скворечники, а девочки их раскрашивали. Строительство скворечника — сложная работа, и многие одноклассники не могли обойтись без советов Спиногрызкина. Они то и дело подбегали к нему с вопросами — сначала неохотно, но постепенно все больше и больше проникаясь уважением к его знаниям и мастерству. И Спиногрызкин терпеливо все объяснял и всем помогал.

Когда проводили выставку, у бригады Спиногрызкина скворечники были самые лучшие. А потом устроили праздничное чаепитие, и все одноклассники помирились со Спиногрызкинским. Они попросили у него прощения за то, что были грубы с ним, а когда он рассказал о птенчике, им стало просто стыдно. Но все обиды были забыты, и кролик снова был среди друзей. А потом принесли телеграмму от мамы-снегирихи, которая благодарила доброго и мужественного Спиногрызкина за то, что он спас жизнь ее птенчика, который в тот злополучный день выпал из гнезда прямо на лыжню.

«Зря я расстраивался, — думал кролик, ставший настоящим героем дня. — Не такой уж я неумеха, хоть и лопухий!»

МИНИ-СПЕКТАКЛЬ «БУКВА "Я"»

Рудницкая-Супрун И. С.

Целевая аудитория: учащиеся 2 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие коммуникативных, организационных навыков,
- создание теплой дружеской атмосферы;

Б) для целевой аудитории:

- развитие навыков межличностного взаимодействия со сверстниками,
- воспитание доброжелательного отношения друг к другу,
- создание благоприятного климата в классе,
- умение работать в команде.

Время, необходимое на подготовку: 5 дней, во время которых участники повторяют (выразительно читают) стихотворение Бориса Заходера «Буква "Я"» и изготавливают маски на голову в виде букв русского алфавита.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: картон, степлер, яркая гуашь, цветные карандаши, ножницы, бумага формата А4, кисти, трафареты букв русского алфавита.

Краткое описание идеи:

Профилактика конфликтов в межличностных отношениях обучающихся.

План подготовки:

1. Выбрать детей в классе для чтения стихотворения по ролям (выразительной передачи текста).
2. Повторить как выразительно читать стихотворение «Буква "Я"»:
 - Как нужно читать слова автора? Ведь автор — тоже герой в данном стихотворении! Важно читать выразительно, показывая интонационно отношение к происходящему.
 - Как нужно читать слова буквы «Я»? Громко, с возмущением, а в конце стихотворения — с раскаянием.
 - Как прочитать слова остальных букв? С возмущением в голосе.

Подробное описание:

1. Показ мини-спектакля с чтением стихотворения «Буква "Я"».
2. Обсуждение стихотворения

После показа мини-спектакля проводится беседа со всем классом по вопросам:

- Как жили буквы?
- Из-за чего произошел конфликт в азбуке?
- Что чуть не произошло между буквами?
- Что предложили гласные?
- Что они предложили сделать букве «Я»?

- Справилась ли буква «Я»?
- А почему?
- Что решил весь алфавит?
- Кто образумил букву «Я»?
- Что значат слова «Но советуем, друзья, помнить место буквы "Я"»?
- Какая же буква «Я»?
- Что в итоге?

3. Рисунок эмоций

Ведущий предлагает ребятам подумать, какие эмоции они испытывают к букве «Я» в начале и в конце стихотворения, а затем нарисовать эти эмоции.

4. Обсуждение «Что такое коллектив»

Ведущий: «Что означает слово "коллектив"? Кто знает?»

Дети отвечают. Ведущий объясняет, что для детей коллектив — это место их обитания вне зависимости от того, это школьный класс, группа во внеурочной деятельности (кружки, секции) или отряд в летнем оздоровительном лагере.

Далее ведущий обсуждает с ребятами:

- В этом стихотворении все буквы (алфавит) можно назвать коллективом?
- А каким? Дружным или нет?
- Ваш класс — это дружный коллектив?
- Как вы понимаете пословицу «У коллектива большая сила»? (При необходимости ведущий может дать пояснения.)

5. Упражнение «Тепло рук и сердец»

Дети встают в круг, складывают вместе ладони и по очереди, улыбаясь, передают друг другу комочек тепла в своих ладонях.

КЛАССНЫЙ ЧАС «Я ПРОТИВ!»

Рязанцева О. А.

Целевая аудитория: учащиеся 6–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- возможность развить организаторские способности и навыки публичной речи;

Б) для целевой аудитории:

- возможность вспомнить или узнать, что такое буллинг и кто является его участниками,
- возможность ответить для себя на вопрос: «Что я могу сделать, чтобы не допустить буллинга?».

Время, необходимое на подготовку: 1–2 часа.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: карточки с планом классного часа для ведущих (Приложение 1), проектор, стикеры, фломастеры/ручки, презентация, карточки с заданиями для групповой работы (Приложение 2).

Краткое описание идеи:

В ситуации буллинга несколько участников: агрессор, жертв и наблюдатель. Изменить ситуацию к лучшему может каждый из них. Важно понимать, какие действия может предпринять каждый участник, чтобы предотвратить буллинг. Классный час рассчитан на класс, в котором не менее 9 человек (чтобы была возможность организовать три группы для обсуждения).

План подготовки:

1. За день до классного часа:

- найти кабинет с работающими проектором, компьютером и колонками, где сможет комфортно разместиться класс;
- проверить, что видео воспроизводится, что звук хорошо слышен;
- проверить, что презентация отображается на проекторе;
- ознакомить ведущих с целями классного часа, его планом, видео, карточками и презентацией;
- распределить роли, если ведущих несколько, выдать им распечатанные карточки ведущего;
- распечатать карточки для групповой работы.

2. За 10–30 минут до начала классного часа:

- проветрить класс;
- загрузить презентацию на компьютер;
- открыть видео по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=rqSknUtvoE>;
- проверить работу проектора;
- подготовить фломастеры/ручки, стикеры и карточки для групповой работы;

- сдвинуть столы так, чтобы можно было организовать 3–5 равных групп;
- распечатать дополнительные карточки для ведущих в случае необходимости.

Подробное описание:

1. Ведущий включает видео, останавливает его на 0:35. Просит учеников в группах ответить на вопросы из Задания 1:
 - Кем могут быть люди из видео по отношению друг к другу?
 - Что делают герои видео и что они чувствуют при этом?
 Ведущий раздает карточки Заданием № 1 каждой группе. После начала работы в группах ведущий закрывает видео и открывает слайд № 1 в презентации. Этот этап занимает около 5 минут.
2. Обсуждение в группах завершается. Ведущий читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Затем то же с вопросом № 2. Этот этап длится около 3 минут.
3. Если никто не сказал, что на видео демонстрируется буллинг, то ведущий объясняет, что такое буллинг, говорит, что на видео представлен один из возможных вариантов буллинга, и просит привести другие примеры буллинга. Этот этап длится около 3 минут.
4. Ведущий просит учеников в группах ответить на вопросы из Задания № 2:
 - Кого можно назвать агрессором? Какие действия обычно совершает агрессор?
 - Кого можно назвать жертвой? Какие действия обычно совершает жертва?
 - Кого можно назвать наблюдателем? Какие действия обычно совершает наблюдатель?
 Ведущий раздает карточки Заданием № 2 каждой группе. Этот этап занимает около 5 минут.
5. Обсуждение в группах завершается. Ведущий открывает слайд № 2, читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Далее переходит к следующим слайдам и к следующим вопросам. Этот этап длится около 5 минут.
6. Ведущий предлагает участникам подумать, что может сделать агрессор, жертва и наблюдатель, чтобы буллинг не случился, и раздает группам карточку с заданием № 3. Этот этап длится около 5 минут.
7. Обсуждение в группах завершается. Ведущий возвращается к слайду № 2, читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Далее переходит к следующим слайдам и к следующим вопросам. Этот этап длится около 5 минут.
8. Ведущий открывает слайд № 5 и предлагает каждому подумать и написать на стикере, что он лично может сделать, чтобы не допустить буллинга. Раздает фломастеры/ручки и стикеры. Этот этап занимает около 5 минут.

9. Слайд № 5 остается открытым. Ведущий просит желающих учеников прочитать, что они написали.
10. После того как все желающие прочитали, ведущий благодарит учеников за участие и приглашает их прикрепить свои стикеры на доску. Этот этап длится около 1 минуты.

Приложение 1

Карточка ведущего

1. Ведущий приветствует класс и предлагает посмотреть видео. Включает видео, останавливает на 0:35. Просит учеников в группах ответить на вопросы:

- Кем могут быть люди из видео по отношению друг к другу?
- Что делают герои видео и что они чувствуют при этом?

Раздает карточку Заданием № 1 каждой группе. После начала работы в группах закрывает видео и открывает слайд № 1 в презентации. Через 4 минуты останавливает обсуждение.

2. Ведущий читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Затем то же с вопросом № 2. Может возникнуть ситуация, что чей-то ответ потребует пояснения (например, кто-то скажет, что девочка, которую задирают, счастлива). В этом случае ведущему необходимо попросить ответившего объяснить, почему он(а) так решил(а). Подойдут вопросы: «Почему ты так думаешь?», «Что натолкнуло тебя на эту мысль?». Правильных и неправильных ответов при этом не существует. Этот этап занимает около 3 минут.

3. Если никто не сказал, что на видео буллинг, то ведущий читает определение буллинга, говорит, что на видео представлен один из его вариантов. Просит привести другие примеры буллинга. Этот этап занимает 3 минуты.

Буллинг — задиранье (травля, от англ. bully — заирать, запугивать) — агрессивное преследование одного члена сообщества другими (особенно среди школьников и студентов).

4. Ведущий просит учеников в группах подумать, кого можно назвать жертвой, агрессором и наблюдателем и что они обычно делают. Раздает карточку с заданием № 2 каждой группе. Через 4 минуты останавливает обсуждение. Этот этап занимает около 5 минут.

5. Когда обсуждение в группах завершилось, ведущий открывает слайд № 2, читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Далее переходит к следующим слайдам и к следующим вопросам. Этот этап занимает около 5 минут.

6. Ведущий просит учеников в группах подумать, что может сделать агрессор, жертва и наблюдатель, чтобы буллинг не случился. Раздает группам карточку с заданием № 3. Через 4 минуты останавливает обсуждение. Этот этап занимает около 5 минут.

7. Когда обсуждение в группах завершилось, ведущий возвращается к слайду № 2, читает вопрос № 1 и предлагает представителям групп ответить. Далее переходит к следующим слайдам и к следующим вопросам. Этот этап занимает около 5 минут.

8. Ведущий открывает слайд № 5 и предлагает каждому подумать и написать на стикере, что он лично может сделать, чтобы не допустить буллинга. Раздает фломастеры/ручки и стикеры. Этот этап занимает около 5 минут.

9. Слайд № 5 остается открытым. Ведущий просит желающих учеников прочитать, что они написали. По возможности, нужно дать время прочитать всем. Желающих может не быть. Этот этап занимает от 0 до 8 минут.

10. После того как все желающие прочитали, ведущий благодарит учеников за участие и приглашает их прикрепить свои стикеры на доску. Этот этап занимает около 1 минуты.

Приложение 2

Карточки для групповой работы

Задание № 1

1. Кем могут быть люди из видео по отношению друг к другу?
2. Что делают герои видео и что они чувствуют при этом?

Задание № 2

1. Кого можно назвать агрессором? Какие действия обычно совершает агрессор?
2. Кого можно назвать жертвой? Какие действия обычно совершает жертва?
3. Кого можно назвать наблюдателем? Какие действия обычно совершает наблюдатель?

Задание № 3

1. Что может сделать человек, чтобы не стать агрессором?
2. Что может сделать жертва, чтобы противостоять буллингу?
3. Что может сделать наблюдатель, чтобы буллинга не случилось?

ТРЕНИНГ, ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «КАК ПОМОЧЬ... БУЛЛЕРУ?»

Садовицкая М. В.

Целевая аудитория: дети и подростки от 6,5 до 17 лет.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- расширение понимания понятий «буллинг», «роли участников конфликта»,
- получение представлений о ролях в конфликте и способах конструктивного разрешения конфликтов,
- развитие толерантности, ответственности,
- развитие навыка организации и проведения психологических занятий для детей и подростков;

Б) для целевой аудитории:

- получение представления понятия «буллинг», «роли участников конфликта»,
- получение представлений о ролях в конфликте, способах конструктивного разрешения конфликтов,
- развитие толерантности,
- опыт поддержки лидерства других детей, подростков.

Время, необходимое на подготовку: от 5 часов (курс занятий для подростков).

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: видеоролик (флешка + ноутбук или облачное хранилище), ноутбук и проектор для демонстрации ролика на экране, стулья по количеству участников, раздаточные материалы.

Краткое описание идеи:

Просмотр видеоролика в группе, обсуждение, анализ ролей участников буллинга с акцентом на роли буллера.

План подготовки:

1. Проведение занятия по предотвращению и профилактике насилия в ОУ. Предложить ребятам из числа участников занятия присоединиться к тренерской команде и стать ведущим занятия.
2. Обучение подростков-ведущих (не менее чем за месяц до самого занятия).
3. Техническая подготовка (не менее чем за день до начала занятия), подготовка помещения (не менее чем за час до начала).
4. Проведение занятия, включая рефлексию.
5. Супервизия для ведущих. В идеале — в тот же день после занятия, максимум — не позже недели после занятия.
6. Выбор и скачивание видеоролика, соответствующего возрасту целевой аудитории. Ведущим, включая детей-тренеров, необходимо сначала самостоятельно просмотреть и обсудить материал.

Подробное описание:

1. Обучение подростков-ведущих

На этапе подготовки занятия с подростками проводится обучающая программа (3–5 тренингов), на которой изучаются следующие материалы и темы:

- Конфликт (определение, функции). Межличностный, внутриличностный конфликт.
- Модель эскалации конфликта.
- Способы решения конфликтов. Этапы решения конфликтов. Глубинные общечеловеческие потребности как основа хорошего решения конфликта.
- Медиация, роль медиатора, медиативный подход к разрешению конфликтов.
- Определение буллинга, ролей участников буллинга.

Также организуются просмотры видеороликов и обсуждения в общей группе. Рекомендованные ролики: мини-фильмы «Молчание» и «Прачка» (антибуллинговая программа Центра толерантности «Каждый важен»), антибуллинговые ролики проекта «ТРАВЛИ.NET».

2. Техническая подготовка

- Подготовка помещения.
- Установка оборудования для демонстрации видео.
- Расстановка стульев по кругу по количеству участников.
- Печать раздаточных материалов, плана тренинга для ведущих и т. п.

3. Проведение занятия

Участники располагаются на стульях, расставленных кругом. Ведущие говорят приветственное слово, озвучивают правила поведения на тренинге. Происходит настройка на работу. Перед просмотром ролика озвучивается инструкция. После просмотра ролика участники объединяются в группы по ролям: «Пострадавший» («Жертва»), «Обидчик» («Буллер»), «Последователь», «Безразличный наблюдатель», «Защитник». Проводится обсуждение в мини-группах, затем обсуждение в общей группе, подведение итогов и рефлексия.

Инструкция перед просмотром ролика:

- Смотреть внимательно весь ролик от начала до конца.
- Обращать внимание на поведение персонажей, чувства и эмоции, на то, что происходит вокруг персонажа, как развивается конфликт (с чего началось, что было дальше, чем закончилось), на свои собственные чувства и эмоции (что вы чувствуете, глядя на героев).

Вопросы для обсуждения в мини-группах:

- Опишите ситуацию. Что происходило?
- Как себя чувствовал(и) ваш(и) персонаж(и)? Что он(и) чувствовал(и) по отношению к другим участникам ситуации?
- что делал(и) ваш(и) персонаж(и)? Что происходило в результате такого поведения?
- Что нужно сделать, какие действия предпринять, чтобы ситуация улучшилась?

Ведущие следят за процессом, при необходимости помогают участникам группы в обсуждении, задают наводящие вопросы, направляют ход обсуждения и т. п.

Вопросы для обсуждения в общей группе:

- Опишите ситуацию. Что происходило?
- Опишите видение ситуации от лица вашего персонажа.

Важно выслушать ответы одного или нескольких представителей каждой мини-группы по очереди. Последним ведущие просят выступить представителей роли «Буллера».

Дополнительная инструкция для ведущих (темы для обсуждения в группе, особенности роли «Обидчика», взаимодействие со всеми участниками тренинга):

- Знакомы ли вам такие ситуации, когда кто-то плохо себя ведет?
- Как вы себя чувствуете в этих ситуациях?
- Как вы думаете, почему обидчик (буллер) так себя ведет? Каковы причины такого поведения?

Ведущие направляют ход обсуждения в сторону от осуждения буллера к пониманию глубинных причин «плохого» поведения (люди «плохо» себя ведут не от хорошей жизни).

Ведущие обсуждают с участниками:

- социально неодобряемые, но тем не менее значимые для общества роли («роли-призраки»): роль «козла отпущения», роль протестующего, роль трусливого человека, роль маргинала, роль жертвы;
- многогранность человека и проявление различных граней личности (чувства, убеждения, ценности, качества, черты характера, потребности, мотивы, решения, поступки, мысли, роли, эмоции, физическое состояние, внешность и т. п.) как неотъемлемые части единого целого.

После этого ведущие проводят обсуждение по вопросам:

- Как вы думаете, что можно сделать, чтобы помочь буллеру?
- Как вы считаете, если в этой ситуации относиться к обидчику только с обвинительной позиции, получится ли изменить ситуацию принципиально?
- Как найти такое решение, при котором все участники ситуации будут чувствовать себя хорошо?

В завершение занятия подводятся итоги и проводится рефлексия.

После занятия производится уборка помещения.

4. Супервизия для ведущих

Обсуждение занятия с подростками-ведущими. Работа над ошибками, над повышением тренерской компетентности всех участников упражнения по модели «ресурс — критика — ресурс» («метод гамбургера»).

ИНТЕРАКТИВНАЯ ИГРА «БЫТЬ СОБОЙ»

Сапожникова Т. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов (10 человек)

Ожидаемый эффект:

А) для всех участников процесса:

- развитие позитивной коммуникации в группе одноклассников, независимо от многообразия проявлений индивидуальных особенностей каждого участника,
- формирование стремления понимать индивидуальные различия окружающих,
- формирование убеждения, что в случае необходимости можно конструктивно взаимодействовать с самыми разными людьми в самых разных ситуациях;

Б) для подростков-организаторов:

- формирование умения мотивировать аудиторию на участие в предстоящей активности,
- формирование заинтересованности в обсуждаемой проблеме;

В) для целевой аудитории:

- оптимизация взаимодействия внутри класса,
- формирование адекватного отношения к различиям между людьми, к внешним особенностям и привычкам окружающих,
- формирование доброжелательного отношения друг к другу, умения найти положительные качества в окружающих и высказать их,
- повышение самооценки и умение видеть сильные стороны одноклассников,
- закрепление представлений о важности сотрудничества, когда люди, которые отличаются по своим индивидуальным особенностям и возможностям, дополняют друг друга,
- закрепление навыков самоанализа,
- содействие самораскрытию,
- активизация процесса рефлексии.

Время, необходимое на подготовку ведущих: 2 дня (2 встречи по 45 минут для обсуждения деталей проведения занятия и сценария).

Время, необходимое на проведение: 1 час 20 минут.

Вспомогательные материалы: просторное помещение 30–45 кв. м, 10 стульев, расположенных по кругу, по количеству участников, 2 стула для ведущих круга (всего 12 в кругу), еще 10 стульев, находящихся вокруг двух отдельно стоящих столов (по 5 стульев возле каждого стола), музыкальный центр, диски с любыми веселыми музыкальными композициями, проектор, экран, ноутбук, мультфильм «Барашек» (Приложение), скотч (2 шт.), ножницы (2 шт), бумага формата А3, А4, ватманы, маркеры (2 уп.), фломастеры (2 уп.), карандаши простые (2 уп.), карандаши цветные (2 уп.), небольшой мягкий мячик для работы в кругу, мягкий мешочек среднего размера, листочки размером 3х7 см с напечатанными названиями двух групп: «Группа поддержки» (5 шт.) и «Группа самопомощи» (5 шт.), вложенные в мешочек, бейджи с именами двух ведущих и координатора, настенные часы.

Краткое описание идеи:

Учащимся 5–6 классов за короткое время предлагается принять участие в играх и заданиях, при помощи которых младшие подростки научатся противостоять нападкам и насмешкам со стороны сверстников, предложат собственные варианты решения подобных ситуаций, что в дальнейшем повысит собственную оценку личности, изменит мироощущение и придаст уверенности в себе.

План подготовки:

1. За неделю до проведения занятия координатору необходимо подобрать двух учащихся 5–6 классов — ведущих игры с одноклассниками, назначить им время для обсуждения деталей и репетиции мероприятия.
2. Ведущие должны быть активными и позитивно настроенными для общения с классом. Необходимо провести не менее двух встреч с ведущими, не менее 45 минут каждая.
3. Репетиции лучше всего провести в помещении, где будет происходить игровое занятие. Помещение рекомендуется подготовить к игре заранее, чтобы во время репетиции у ведущих возникло понимание о собственных действиях и словах во время игрового занятия. При подготовке мероприятия у каждого ведущего в руках должен быть вариант сценария, где учащийся может делать свои пометки.
4. Необходимо расставить стулья по кругу, подготовить два стола для творческой работы, расставить возле столов стулья.
5. Необходимо проверить работу мультимедийного оборудования: проектора, музыкального центра ноутбука. Скачать мультфильм лучше заранее, сохранив его в ноутбук.
6. В день проведения занятия на столах разложить скотч, ножницы, бумагу формата А3 и А4, ватманы, маркеры, фломастеры, карандаши.
7. В помещении для игры при расстановке стульев по кругу и столов для групповой работы необходимо выделить место для двигательной активности детей во время второй игры.

Подробное описание:

1. Приветствие ведущих и приглашение ребят к участию

Ведущие: «Мы все вместе учимся в одном классе не первый год, и нам кажется, что за это время мы узнали друг друга очень хорошо: привычки, характер, манеру поведения... Но так ли это на самом деле? Сегодня мы узнаем о себе и о других что-то новое, что поможет нам стать дружнее, добрее, терпимее друг к другу».

2. Упражнение «Знакомимся заново»

Цель — развитие позитивной коммуникации и самооценки личности, активизация группы на активную работу.

Участники образуют круг. В руках у ведущего мячик.

Ведущий: «Сейчас мы будем по кругу передавать друг другу мяч по следующим правилам: у кого в руках находится мяч, тот называет свое имя и характеризует себя одним словом, первая буква которого является первой буквой вашего имени. Я начну первым».

Ведущий приводит пример: «Я — Тимур, трудолюбивый».

Ведущий: «Ребята, охарактеризовать самого себя — задача непростая, поэтому давайте будем помогать друг другу, если у кого-то возникнут затруднения. Можно

отнестись к этому заданию с юмором, но нужно постараться помогать так, чтобы никого не обидеть своей шуточной подсказкой».

Ведущий передает мяч участнику, стоящему рядом. Игра продолжается до тех пор, пока мяч снова не окажется в руках у ведущего.

Важно, чтобы все дети получили позитивные характеристики от своих одноклассников, особенно те дети, которые не смогли самостоятельно справиться с этим заданием и прибегали к помощи. Цель — не только решиться вслух, публично охарактеризовать себя, но и услышать мнение одноклассников о себе.

После упражнения следует рефлексия. Ведущий делает вывод о том, что иногда бывает очень полезно и забавно самому себе и окружающим сделать акцент на определенной черте своего характера или услышать мнение других.

3. Просмотр мультфильма «Барашек»

Цель — постановка проблемной задачи для дальнейшего обсуждения.

После просмотра ведущий предлагает ребятам присесть на стулья, расставленные по кругу.

4. Обсуждение мультфильма в кругу

Ведущий предлагает несколько вопросов:

- В этом мультфильме несколько главных героев. Кто они?
- Какое настроение у героев?
- Как вам кажется, роль полевых сурков в мультфильме эпизодическая или значительная?
- Как поведение таких соседей повлияло на настроение Барашка?
- Случались ли в вашей жизни ситуация, подобная той, что произошла с Барашком?
- На ваше настроение могут влиять другие люди? Поделитесь.
- Что вы чувствовали в тот момент? Что было с вашим настроением?
- Что вы предприняли, чтобы изменить ситуацию?
- Кто был рядом с вами? Кто помог советом, поддержал вас?
- Как часто такие ситуации возникают в нашей жизни? Почему? Приведите примеры из собственного опыта.

5. Игра «Как избежать насмешек»

Цель — найти ресурс для выхода из неприятной ситуации.

Ведущий пускает по кругу мешочек, в котором лежат свернутые листочки с названиями команд: «Группа поддержки» и «Группа самопомощи». Количество листочков с названиями групп в мешочке должно быть поделено пополам: ровно столько, сколько участников в двух командах. Ребята разбирают из мешочка листочки с названиями, определяют со своей группой.

Ведущий: «Ребята, мы разделились на две группы. Послушайте, пожалуйста, правила игры. Первая группа (*потенциальные спасатели*) — группа поддержки барашка под названием "Группа поддержки спешит на помощь". Вам нужно, как и герою Кроленю, предложить как можно больше вариантов позитивного выхода из ситуации, чтобы избежать насмешек и осуждения со стороны окружающих. Что вы пожелаете барашку? Какой совет можете дать? Вы можете предложить барашку свои рекомендации, написать ему небольшое стихотворение, спеть песню,

исполнить танец, нарисовать рисунок, оформить плакат. Любой вариант поддержки приветствуется. Вторая группа (*потенциальные жертвы насмешек*) работает под лозунгом "Помоги себе сам". Необходимо придумать способы, как самому выйти из сложной ситуации с насмешками, без помощи друзей. Да, это сложно. Но нужно искать выход из любой ситуации, даже из самой невероятной. Проявите свою смекалку, находчивость, поставьте себя на место главного героя. Соберите волю в кулак и предложите несколько способов самостоятельного выхода из подобной ситуации. При этом вы можете работать в команде и вместе разрабатывать пути самопомощи для героя. Юмор и творческий подход приветствуется. Что вы пожелаете барашку? Какой совет можете дать? Это может быть сценка, рисунок, плакат, песня, танец, стих, просто универсальные фразы, которые, как вам кажется, наиболее уместны в подобной ситуации. Работаем в группах 15 минут. Когда будете готовы, договоритесь заранее, кто из вашей группы будет представителем от команды — или вы представите нам свои идеи целиком всей группой».

Для выполнения условий игры вам могут понадобиться карандаши, маркеры, листы бумаги, ватман, ножницы, скотч. Все необходимое лежит на двух столах (*ведущий показывает, где находятся столы для работы команд и все перечисленные предметы, необходимые для работы*). Итак, прошу занять места за столами команд. Время на подготовку пошло. Приступаем!»

Негромко звучит веселая музыка.

Ведущие и координатор помогают группам, поддерживают идеи помощи, помогают с оформлением идей, если есть необходимость.

6. Презентации команд

Через 15 минут обе команды занимают свои места за столами.

Ведущий: «Внимание! Начинается презентация заданий командами. Первой выступает команда "Помоги себе сам"».

Ведущие и координатор поддерживают выступающих, помогают при необходимости с оборудованием: с музыкой, оказывают помощь при демонстрации плакатов, рисунков и т. д. Обсуждение способов поддержки героя должно носить исключительно позитивный настрой. Аплодисменты и другие способы поддержки выступающих приветствуются. В особой поддержке нуждаются тихие, замкнутые ребята.

7. Обсуждение презентаций команд

Вопросы для обсуждения:

- Поделитесь вашими ощущениями. Какие чувства вы испытывали перед началом игры? Что произошло с вашими чувствами позже?
- Ребята, кто считает, что наше настроение зависит только от нас?
- Какие способы, фразы вам показались самими действенными, работающими?
- Какие слова и действия ребят можно назвать рецептом от насмешек или от других внешних факторов?
- Была ли игра полезной для вас?

8. Игра «Дадим отпор суркам!»

Ведущий: «Представьте, что вы все на несколько минут превращаетесь в Барашков и Кроленей. Ваша задача — пока звучит музыка, перемещаться по классу. Можно прыгать, скакать, как наши чудесные герои — Барашек и Кролень, а можно просто

ходить и общаться со своими друзьями. Но как только закончится мелодия, нужно быстро собраться всем вместе, прижавшись, друг к другу, пряча внутри наиболее слабых "барашков", и громко дружно прокричать: "Дадим отпор насмешливым суркам!"».

Игра начинается. Ведущий включает музыку. После нескольких секунд проигрыша ведущий уменьшает звук и наблюдает, как группа кричит: «Дадим отпор насмешливым суркам!»

Если ребята кричат не дружно или не сразу образуют плотное кольцо, чтобы дать отпор «суркам», то ведущим необходимо напомнить группе, что чем слабее они проявляют себя как дружная команда, тем более уязвимым становится каждый в этой группе. После второго объяснения инструкции игру следует повторить.

9. Рефлексия. Обсуждение в кругу

Вопросы для рефлексии:

- Ребята, поделитесь своими эмоциями после игры «Дадим отпор суркам».
- Что вы наблюдали во время игры?
- Что происходило с группой в целом?
- Что происходило внутри каждого из вас?

10. Игра «Мой одноклассник»

Ведущий: «Представьте нам своего друга или одноклассника, который сейчас находится здесь, с нами, в этом кругу. В каких-то самых важных вещах ваш друг существенно отличается от вас. Не называя имени вашего одноклассника или друга, расскажите, чем он отличается о вас, почему именно этим он так дорог вам. После вашего короткого рассказа мы попробуем угадать имя одноклассника. Это будет достаточно интересно, давайте попробуем».

Ведущий передает мячик в руки тому, кто готов начать свой рассказ. Игра начинается, мячик переходит в руки тем детям, которые готовы говорить о своих одноклассниках (по желанию). Если есть дети, которые не хотят принимать участие в данной игре, ведущий предлагает им просто послушать остальных и попытаться угадать одноклассника.

11. Окончание занятия. Рефлексия

Вопросы:

- Что для вас было наиболее сложным сегодня?
- Какие изменения произошли с вами сегодня во время игр, в которых вы принимали участие?
- Продолжите фразу: «Я очень рад, что в нашем классе учится..., потому что...»

Ведущий подводит итог игрового занятия: несмотря на внешние факторы и окружающих нас людей, мы должны научиться быть собой, управлять своими эмоциями, находить в себе ресурсы для поддержания хорошего настроения и общения с разными людьми.

Мультфильм «Барашек», студия Pixar, 2003 г.

https://yandex.ru/efir?reqid=1597062804581562-338961480898395647800190-production-app-host-sas-web-yp-50&stream_id=436e142bfc040cd1899ed4c1e772d44a

ЗАПУСК ОНЛАЙН-ЧЕЛЛЕНДЖА «МЫ ВМЕСТЕ — МЫ СИЛА!»

Сверчков С. С.

Целевая аудитория: учащиеся 8–9 класса (13–16 лет).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- актуализация ранее полученных знаний по теме «Буллинг»,
- формирование навыков самостоятельной работы,
- развитие навыков переработки информации (анализ, синтез, аргументирование, интерпретация, оценка),
- развитие критического мышления,
- развитие творческого мышления,
- развитие регулятивных умений (планировать, контролировать, анализировать и корректировать свою деятельность, умение выбирать способ действия);

Б) для целевой аудитории:

- активизация знаний по теме «Буллинг»,
- развитие уважительного отношения к окружающим людям,
- формирование сплоченного коллектива,
- развитие навыков межличностного общения,
- развитие творческого мышления.

Время, необходимое на подготовку: 1 час.

Время, необходимое на проведение: 2 дня.

Вспомогательные материалы: компьютер, ручки, карандаши, листы бумаги.

Краткое описание идеи:

В одном из исследований Google приводятся данные, что у подростков от 13 до 16 лет самым любимым приложением, в котором они готовы работать бесконечно, является TikTok, где дети и взрослые могут снимать короткие видеоролики и запускать челленджи на определенную тему. Так как сейчас большинство подростков используют данное приложение и очень его любят, использовать его на острые социальные темы — уместный метод, особенно в профилактике буллинга. Основная идея заключается в том, чтобы выбрать одного учащегося (строго по желанию), которые попробует себя в роли педагога-психолога или социального педагога и окунется в тему буллинга. Задача заключается в том, чтобы провести внеурочное занятие по теме «Стоп-буллинг» и после данного занятия запустить челлендж в TikTok. Занятие будет проводить старшеклассник. Выбор того, кто будет проводить занятие, организуется среди желающих посредством общего голосования. Социальный педагог будет служить «подмогой», «другом»: побеседует с учеником по теме урока, даст необходимые материалы, выслушает предложения, ответит на вопросы. Задача социального педагога — дать возможность ученику проявить фантазию, креативность в плане проведения урока и последующего челленджа.

Подробное описание:

1. Выбор учащегося-организатора

Выбор проводится посредством общего голосования в классе, в котором состоится мероприятие. Форма может быть как традиционной («Поднимите руку за того или иного ученика» или «Напишите анонимную бумажку с именем того, кто будет проводить следующий классный час»), так и с использованием современных информационных технологий — например, Kahoot, где можно создать голосование, вбив предварительно имена учащихся данного класса. Каждый из детей сможет зайти по ссылке или QR-коду и оставить свой голос за того или иного ученика. Голосование можно провести во время классного часа.

2. Беседа с учащимся-организатором

С выбранным учащимся проводится индивидуальная доброжелательная беседа. Нужно постараться наладить контакт с учащимся, который будет проводить урок. Для начала имеет смысл задать стандартизированные вопросы: как твое имя, сколько лет, где живешь, чем увлекаешься, какие предметы нравятся в школе и т. п. Затем нужно понять, как учащийся относится к тому, что именно он проводит урок. Исходя из этого нужно выстраивать дальнейшую беседу.

Основное содержание разговора — будущий урок. Не следует навязывать учащемуся строгий план и структуру урока. Важно, чтобы он сам попробовал данный вид деятельности на себе. Но все же не надо бросать его одного в новой ситуации; необходимо обговорить основные моменты будущего урока или классного часа и обязательно предложить свою помощь.

Нужно поговорить с ребенком о теме классного часа. В данном случае разговор будет о буллинге. Имеет смысл предложить учащемуся посмотреть видео (<https://www.youtube.com/watch?v=cO5zxqxGz1k>), а после вместе с ним осуществить рефлексия. Не следует превращать разговор о буллинге в урок. Важно говорить с учащимся в свободной форме, без конкретных формулировок, упоминания годов и имен, в котором были проведены те или иные исследования по данной теме. Необходимо добиться того, что учащийся проникся данной темой, вдохновился ее изучением для дальнейшего разговора о ней с одноклассниками. Нужно дать учащемуся столько времени на подготовку, сколько ему необходимо, учитывая дополнительные занятия учащегося и количество домашних заданий. За два дня до урока ученик показывает все приготовленные материалы. В процессе обсуждения его/ее урока можно предложить подростку идею с проведением челленджа в TikTok по теме «Стоп-буллинг!». Пусть ученики всем классом придумают концепцию челленджа.

3. Проведение урока учащимся и запуск челленджа в TikTok

Задача взрослых, работающих в школе, — максимально поддержать учащихся лайками и количеством просмотров.

4. Рефлексия проделанной работы

Для логичного завершения работы нужно дать обратную связь как ученику, который проводил урок о буллинге, так и целому классу.

Важно, понять:

- как они поняли «проблему буллинга»,
- какие методы профилактики они могут предложить,
- какие чувства и эмоции вызывает у них данная тема,

- что они думают о своей проделанной работе,
- как бы они оценили работу своего одноклассника в роли организатора

и т. п.

В конце необходимо поблагодарить класс за проделанную работу и дать возможность детям высказаться, если у них будет желание, как публично, так и индивидуально. Возможно, у кого-то данная тема найдет отклик.

ИНТЕРАКТИВНОЕ ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «ЭМПАТИЯ В ГРУППЕ КАК ПРИВИВКА ОТ БУЛЛИНГА»

Свободина Ю. В.

Целевая аудитория: учащиеся 4–5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских умений,
- закрепление умений, полученных на занятиях по программе «Каждый важен»,
- увеличение вероятности роста уверенности в себе;

Б) для целевой аудитории:

- расширение психологического кругозора,
- повышение качества межличностного общения в группе,
- развитие умений самопознания у детей.

Время, необходимое на подготовку: 1 неделя.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: интерактивная доска или мультимедийная аппаратура, 2 листа ватмана, заготовки сердечек (для самодиагностики) и листов (для рефлексии), ручки, маркеры.

Подробное описание:

1. Приветствие

Под ритмичную музыку участники ходят по классу. Когда ведущий останавливает музыку, необходимо поздороваться с тем участником, с которым ты остановился рядом, определенным способом, который предлагает ведущий: словами, за руку, мизинцами руки, локтями, коленками, улыбкой и т. д.

Итог игры — участники должны разбиться на пары при последней остановке. Если количество участников нечетное, ведущий подключается к следующему упражнению — становится в недостающую пару.

2. Упражнение «Я похож на тебя; я отличаюсь от тебя»

Упражнение выполняется в парах. Первый участник пары заканчивает предложение: «Я похож на тебя...»; второй участник пары заканчивает предложение «Я отличаюсь от тебя...». Вывод: несмотря на то, что все мы разные, с каждым можно найти общие точки соприкосновения, важно только научиться понимать другого, чувствовать его потребности. На это мы становимся способны, если обладаем эмпатией.

3. Введение в теорию вопроса

Эмпатия — это способность к пониманию эмоционального состояния другого человека. Человек может отождествлять себя с партнером по общению, принимать,

сопереживать ему. Также, кроме сопереживания, эмпатия помогает узнавать эмоциональные состояния другого человека, ориентируясь при этом на его мимику, жесты, поступки и свой жизненный опыт. То есть, как сказал известный психолог Карл Роджерс, «эмпатия — это способность встать в ботинки другого». Предполагается, что эмпатией желательнее обладать людям, которые работают с другими людьми. Например, учителя, психологи, медики. При этом ученые обратили внимание, что развитие эмпатии у многих людей заканчивается еще в детстве.

4. Вопрос — ответ

С участниками группы проводится небольшая дискуссия по двум основным вопросам:

- Нужно ли развивать у себя эмпатию? А если нужно, то для чего?
- Нужно ли, чтобы в нашей жизни проявлялась эмпатия? Для чего?

Ведущий обобщает ответы участников, делает вывод.

5. Мозговой штурм

Вместе с участниками ведущий заполняет таблицу на листе ватмана или на доске):

| Качества человека-эмпата | Плюсы обладания данным качеством | Трудности, с которыми может столкнуться человек, обладающий данными качествами |
|--------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| | | |

Ведущий делает некоторые возможные выводы и обобщения: называет обобщенный портрет эмпата и его возможные сложности.

Ведущий: «Есть плюсы и минусы при развитии эмпатии. С одной стороны, человек начинает лучше разбираться в людях, с другой стороны — становится более чувствительным, и ему тяжело противостоять собеседнику в конфликтных ситуациях».

6. Психологическая разминка. «Игра вслепую»

Группа встает, один участник (доброволец) становится в угол спиной к остальным. Группа придумывает какой-либо жест, и они все вместе его показывают. Жест обязательно должен сопровождаться звуком. Стоящий в углу должен догадаться, что показывает группа.

Ведущему необходимо быть готовым к тому, что группе может быть нелегко прийти к единому мнению — что показывать, каким звуком сопровождать выбранный жест. Особенно необходимо поддержать добровольца, ведь по звуку — «вслепую» — не так-то просто угадать, какой жест показывает группа.

Материалом для анализа являются ответы на следующие вопросы:

- Сколько звуков вы угадали?
- Сложно ли было их угадывать?

7. Самодиагностика

Пока ведущий проводит мозговой штурм, помощник вписывает на листы-сердечки названные качества человека-эмпата. Во время игры вслепую он закрепляет сердечки на доску. Участникам предлагается провести самодиагностику: отметить каждое качество на сердечке следующими значками («плюс» — обладаю; «знак вопроса» — хочу развить; «минус» — не обладаю и не считаю его для себя важным).

Вопросы и выводы:

- Какие качества эмпатии в группе развиты больше всего?
- Какие качества нужно развить? Какие у вас есть предложения, чтобы это сделать?
- Какие качества чаще всего отмечены как неважные для развития (если такие явно выявились)? Почему? Какие последствия для жизни группы это может иметь?

8. Совместный просмотр мультфильма «Подарок для самого слабого» с дальнейшим обсуждением (Приложение)

Вопросы для обсуждения:

- Почему зайца в сказке называют самым слабым?
- Назовите чувства, которые испытывает заяц в начале и в конце мультфильма.
- Почему лев захотел помочь зайцу? Можно ли сказать, что лев из мультфильма обладает эмпатией? Делает ли его это слабее?
- Какой способ поддержки «самого слабого» показан в сказке? (Лев приехал, чтобы заступиться за зайца)
- Какие способы поддержки «самого слабого» вы можете предложить?

Ведущий обобщает обсуждение: поддержать можно добрым словом, а можно и добрым поступком.

9. Итоговая рефлексия «Дерево дружбы»

На заготовке (лист ватмана) нарисован ствол дерева.

Ведущий объясняет: «Дерево — это ваш класс. Сейчас на этом дереве нет ни одного зеленого листочка. Каждый из вас может прикрепить на это дерево свой листочек с добрым пожеланием и словами поддержки всему классу или какому-то конкретному участнику».

Участники получают зеленые листики, пишут свои пожелания и прикрепляют их на дерево.

Приложение

Мультфильм «Подарок для самого слабого», Союзмультфильм, 1978 г.

<https://www.youtube.com/watch?v=TMoHSgBKw88>

ЗАНЯТИЕ В КИНОКЛУБЕ «А КАЖДЫЙ ЛИ ВАЖЕН?»

Семенова Ю. В.

Целевая аудитория: учащиеся 10–11 классов.

Организаторы: двое заранее выбранных ведущих из числа участников киноклуба.

Цель: привлечение внимания учащихся к проблеме социализации в школьных коллективах детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ); обучение старшеклассников навыкам толерантного поведения.

Ожидаемый эффект:

- формирование у учащихся уважительного отношения друг к другу,
- воспитание у школьников толерантного отношения к различиям между людьми,
- развитие у подростков нетерпимого отношения к проявлениям жестокости, травле (буллингу) в школьной среде и не только,
- развитие у учащихся эмпатии и эмпатийного поведения,
- содействие созданию атмосферы дружбы, взаимопомощи и поддержки в подростковой среде.

Время, необходимое на проведение: 2–3 часа; можно с перерывом.

Время, необходимое на подготовку: 30 минут.

Вспомогательные материалы: интерактивная доска (лучше вариант МЭШ), ноутбук, листы бумаги (лучше цветной) формата А4, карточки в виде «сердца» из цветной бумаги, листы белой (но уже использованной ранее) бумаги формата А4, ручки, цветные карандаши, фломастеры.

Краткое описание занятия:

1. Организационный момент. Сообщение темы занятия. Установление правил работы в группе.
2. Основная часть занятия. Разминка: игра «Ура! Меня любят!». Разговор о том, кто такие люди с ограниченными возможностями здоровья. Просмотр фильма «Класс коррекции» (16+). Обсуждение увиденного. Работа в группах. Использование различных активностей.
3. Заключительный этап. Рефлексия и командообразующая активность.

Подробное описание:

1. Организационный момент

Ведущий: «Занятие нашего киноклуба называется "А каждый ли важен?". Сегодня мы будем говорить о людях с ограниченными возможностями здоровья, или о людях с инвалидностью. Обсудим, с какими трудностями (помимо физических) им приходится сталкиваться практически каждый день. Решим, что мы можем сделать (что в наших силах) для того, чтобы окружающий их мир стал их другом, которому можно и нужно доверять».

Установление правил работы в группе

- Быть активными
- Говорить по одному
- Отвечать (желательно!) при поднятой руке
- Не перебивать
- Не обижать друг друга

2. Основная часть занятия

Разминка — игра «Ура! Меня любят!»

Все игроки встают в круг лицом друг к другу, «немеют», опускают головы вниз, смотрят на носки своих ботинок. По сигналу ведущего (на счет «три») все поднимают глаза и смотрят на одного из стоящих в кругу людей. Если двое встретились взглядами, они громко кричат «Ура! Меня любят!!!», протягивают друг другу руки, обнимаются и выходят из круга. Круг сужается. Игра продолжается до тех пор, пока не образуются все пары. В конце игры можно задействовать ведущего (если игроков нечетное количество).

Вводные вопросы (и ответы участников)

- Кто такие люди с инвалидностью?
- Часто ли вы встречаете таких людей (и детей, и подростков) на улицах, в театрах, в школах (в том числе и вашей школе)?
- Как вы считаете, почему?
- Как подросткам с инвалидностью живется в обычных школах, в классах, где реализуется инклюзивное обучение? И что такое инклюзивное обучение?
- Какие трудности, помимо физических, могут испытывать такие девушки и юноши?
- Как вы думаете, такие подростки могут подвергаться травле, буллингу в школе, классе за то, что они «не такие, как все»?

Список вопросов можно варьировать в зависимости от продолжительности самого занятия и количества участников.

Просмотр фильма и его обсуждение

Ведущий: «Сегодня на встрече нашего киноклуба мы будем смотреть художественный (российский) фильм "Класс коррекции" (2014) режиссера Ивана Твердовского».

Просмотр фильма занимает 85 минут.

После просмотра фильма ведущий организует обсуждение:

- Какие эмоции вы испытываете? Что вы чувствуете?
- Как вы думаете, за что одноклассники устраивают травлю Лены?

Работа в группах (активность 1): «Как я мог бы поддержать Лену, если...»

Участники объединяются в четыре группы. Каждая группа составляет алгоритм своих действий и записывает его на листе бумаги (и/или на интерактивной доске, которая делится на 4 части).

1 группа: «...если бы я учился в этом классе?»

2 группа: «...если бы я был учителем в этом классе?»

3 группа: «...если бы я был психологом, социальным педагогом в этой школе?»

4 группа: «...если бы я был директором этой школы?»

Далее идет общее обсуждение.

Работа со всеми участниками (активность 2)

Ведущий предлагает вопросы для общего обсуждения:

- У кого или где искать защиту маме Лены и самой Лене?
- Как вы считаете, участники событий фильма своим поведением/действиями нарушили какие-либо правовые нормы, принятые в обществе?
- Существуют ли какие-либо нормативно-правовые акты, которые применимы в случае травли Лены и в случае буллинга вообще?

Далее: на интерактивной доске открываются заранее подготовленные карточки (ссылки) с нормативно-правовыми актами. Например:

- Конвенция ООН о правах ребенка (20.11.1989):
 - Статья 23 — Дети-инвалиды имеют право на особую заботу и обучение.
 - Статья 28 — Право ребенка на образование на основе равных возможностей.
- Федеральный Закон № 273 «Об образовании в РФ» (21.12.2012):
 - Статья 5 — Право детей на «общедоступное и бесплатное дошкольное, начальное общее, основное общее и среднее общее образования» (П. 5: создание «необходимых условий для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья»).
 - Статья 34 — Основные права обучающихся (П. 9: право на «уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья»).
 - Статья 41 — Охрана здоровья обучающихся (П. 1.8: «обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность»).
 - Статья 48 — Обязанности и ответственность педагогических работников (П.п. 1.2, 1.3: педагогические работники обязаны «соблюдать правовые, нравственные и этические нормы»; «уважать честь и достоинство обучающихся и других участников образовательных отношений»; П. 4: «Педагогические работники несут ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение возложенных на них обязанностей»).
- Уголовный кодекс РФ:
 - Статья 112 — умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью; Статья 115 — умышленное причинение легкого вреда здоровью; Статья 125 — оставление в

опасности; Статья 131 — изнасилование; Статья 132 — насильственные действия сексуального характера; Статья 167 — умышленное уничтожение или повреждение имущества.

- Статья 20 — Возраст, с которого наступает уголовная ответственность: п. 1. «Уголовной ответственности подлежит лицо, достигшее ко времени совершения преступления шестнадцатилетнего возраста»; п. 2 «Лица, достигшие ко времени совершения преступления четырнадцатилетнего возраста, подлежат уголовной ответственности за убийство, умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью, изнасилование, кражу, умышленное уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах, хулиганство при отягчающих обстоятельствах...»
- Кроме того, Статьи 20 и 21 — Преступные деяния, совершенные в состоянии невменяемости.
- Кроме того, Статьи 97–104 — Принудительные меры медицинского характера (применяемые за преступления, совершенные в состоянии невменяемости).
- Кроме того, Статьи 87–96 — Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Участники обсуждают правовые аспекты, которые оказались нарушенными в просмотренном фильме, используя информацию на интерактивной доске. Цель — показать, что существуют законы, которые реально защищают, и их нарушение влечет за собой ответственность (порой и уголовную).

Обсуждение после анализа законов:

- Согласны ли вы с вариантом окончания фильма, которое предложил режиссер?
- Какой конец фильма придумали бы вы? Почему?
- Как, по-вашему, могут развиваться события в дальнейшем?

Работа в группах (активность 3): «Письмо Лене»

Участники работают в тех же группах, что и в активности 1. Ведущий предлагает им обсудить:

- Что бы вы сделали, если бы Лена пришла учиться в ваш класс?
- Как можно поддержать Лену?

После этого ведущий предлагает написать Лене небольшое послание. Может быть, это будут слова поддержки, или предложение дружбы, или рекомендации по дальнейшим действиям, или просто выражение понимания, принятия и сочувствия. Участники по группам пишут «Письмо Лене» и зачитывают написанное. Далее идет обмен мнениями.

3. Завершение занятия

Опрос «Что я унесу с собой с этого занятия?»

Ведущий: «Пожалуйста, ответьте на вопрос одним, двумя или несколькими словами. Свой ответ напишите на карточке-сердечке. Цвет карточки можете выбрать в соответствии со своим настроением».

Ребята выбирают карточки и пишут свои ответы. Затем зачитывают их.

Ведущий: «А теперь давайте возьмем свои карточки с ответами, встанем поближе друг к другу, улыбнемся и сделаем общую фотографию на память. Чтобы помнить: важен каждый!»

Командообразующее упражнение «На льдине»

Цель — развитие межличностных отношений, группового сплочения, взаимной поддержки.

Используются листы белой бумаги формата А4 (естественно, макулатура — заботимся об экологии!). Можно использовать стулья, но это травмоопасно и важен контроль взрослых.

Ведущий кладет листы бумаги на пол (чтобы получилась «льдина») и начинает рассказ: «Вы, друзья, отправились в путешествие по Северному Ледовитому океану. Начался шторм, ваш корабль затонул, и вы оказались на льдине». Участники встают на «льдину».

Ведущий: «Беда не приходит одна: кусочек льдины откололся, но вам нужно спастись всем и продержаться на льдине до тех пор, пока к вам не придет помощь».

Ведущий постепенно убирает листы бумаги, тем самым «откалывая» кусочек за кусочком от «льдины». Так продолжается, пока на полу не останется 1–3 листа бумаги (это зависит от числа участников).

Задача участников — как можно дольше и в большем количестве остаться на «льдине». Кто оступился — выбывает.

В конце игры идет обсуждение: кто предпринял больше усилий для «спасения» других, кто «спасал» лишь себя, как вообще нужно было построить действие всей команды, чтобы «спаслись» все и т. п.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ БУЛЛИНГА

Сидоренко Ю. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- применение на практике полученных знаний,
- укрепление гуманистических ценностей, нетерпимости к проявлениям травли и насилия,
- опыт организации работы с учащимися 5 класса;

Б) для целевой аудитории:

- участие в разработке, репетициях, постановке спектакля,
- проявление творческих способностей,
- взаимодействие друг с другом,
- понимание, что в коллективе каждый важен, что все разные, что нельзя заниматься травлей непохожего на тебя.

Время, необходимое на подготовку: 1 месяц.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: декорации к спектаклю, костюмы, музыка, пригласительные билеты для родителей.

Краткое описание идеи:

Старшеклассникам предлагается поучаствовать в программе антибуллинговой профилактики для учащихся 5 класса, опираясь при этом на собственный опыт, организационные умения и творческие способности. Форма реализации — проект, продуктом которого станет постановка спектакля.

Паспорт педагогического проекта

| | |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование проекта | Старая сказка на новый лад |
| Актуальность проекта | Актуальность проекта определяется его значимостью для профилактики буллинга в классе. В творческой нестандартной форме на основе использования современных образовательных технологий (проектной деятельности, элементов ТРИЗ-технологии) решается задача создания благоприятного климата в классе, творческой обстановки, установки на сотрудничество и взаимодействие как внутри класса, так и со старшеклассниками, создаются возможности для самореализации каждого ребенка, что в итоге приводит к выводу, что каждый важен. |
| Адресация проекта | Ученики 5 класса |

| | |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Участники проекта | Ученики 10 класса, ученики 5 класса, классные руководители 5 и 10 классов, родители учеников 5 класса |
| Цель проекта | Создание условий для профилактики буллинга в классе через подготовку и постановку спектакля «Старая сказка на новый лад» (по мотивам сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок») |
| Задачи проекта | <p>Задачи для учеников 5 класса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • придумать новый вариант развития событий в сказке «Гадкий утенок», • подготовить костюмы, декорации, • распределить и выучить роли, • поучаствовать в репетициях, • показать спектакль родителям, • принять участие в обсуждении итогов проекта. <p>Задачи для учеников 10 класса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • применить на практике полученные знания и укрепить гуманистические ценности, нетерпимость к проявлениям травли и насилия, • принять участие в разработке проекта, • организовать с учениками 5 класса работу по подготовке спектакля, • помочь ученикам 5 класса в изготовлении декораций, костюмов, • принять участие в обсуждении итогов проекта. <p>Задачи для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принять участие в проекте в качестве зрителей, • поучаствовать в подведении итогов проекта. <p>Задачи для педагогов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • помочь учащимся 10 класса в разработке и реализации проекта, • помочь учащимся в формулировке выводов на этапе подведения итогов проекта. |
| Сроки реализации | 1 месяц |
| Вид проекта | Среднесрочный, творческий, игровой |
| Продукт проекта | Постановка спектакля «Старая сказка на новый лад» |
| Особенности проекта | Предполагается, что учащиеся 10 класса совместно с классным руководителем разрабатывают данный проект после прохождения профилактической антибуллинговой программы «Каждый важен». Классный руководитель оказывает |

| | |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>методическую помощь при разработке проекта, подборе творческих заданий из ТРИЗ-технологии, подведении итогов проекта.</p> <p>Предполагается, что учащиеся 10 класса имеют опыт организации коллективных творческих дел, у них развиты организаторские умения.</p> |
| Итоги проекта | <p>Учащиеся 5 класса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приняли участие в разработке, репетициях, постановке спектакля, • проявили творческие способности, • взаимодействовали друг с другом, • сделали вывод о том, что в коллективе каждый важен, что все разные, что нельзя заниматься травлей непохожего на тебя. <p>Учащиеся 10 класса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • получили опыт организации работы с учащимися 5 класса. <p>Педагоги:</p> <ul style="list-style-type: none"> • создали условия для профилактики буллинга в классе, для приобретения учениками нового опыта, организаторских умений, творческих способностей. <p>Родители:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приняли участие в проекте в качестве зрителей спектакля, • убедились, что их дети талантливы, а школа проводит качественную целенаправленную работу по воспитанию детей. |

План подготовки:

Старшеклассники с помощью классного руководителя разрабатывают проект, с которым выходят на классный час в 5 класс.

Подробное описание:

1. Подготовительный этап

| Деятельность педагогов | Деятельность учащихся 10 класса | Деятельность учащихся 5 класса |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Проведение профилактической программы «Каждый важен» | Участие в профилактической программе «Каждый важен» | |
| Создание проблемной ситуации «Как показать другим (младшим по | Принятие решения о разработке и реализации творческого проекта | |

| | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| возрасту школьникам) те ценности и выводы, к которым мы пришли в ходе участия в программе «Каждый важен»? | | |
| Оказание методической помощи в разработке проекта «Старая сказка на новый лад» | Разработка проекта | |
| | Участие в классном часе учеников 5 класса, доведение до них цели проекта: поставить спектакль, показать его к Новому году для родителей | Обсуждение идеи с учащимися 10 класса, принятие цели |

2. Основной этап

| Деятельность педагогов | Деятельность учащихся 10 класса | Деятельность учащихся 5 класса |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Организация классного часа «Сочиняем сказку», помощь подросткам-организаторам в решении организационных вопросов | Проводят с участниками приветствие «Круг радости» | Встают в круг и приветствуют друг друга от имени персонажа, которого вытаскивают из «волшебного мешочка» (утенок, мама-утка, знатная утка, гусь, старушка, кот, курица, охотник, крестьянин, лебедь) |
| | Проводят с участниками беседу: <ul style="list-style-type: none"> • В какой сказке встречались эти герои? • Давайте вспомним содержание сказки. • В чем основная мысль сказки? • Как окружение может влиять на человека? Как человек реагирует на негативные воздействия окружающих? | Узнают сказку Г. Х Андерсена «Гадкий утенок». Рассказывают сказку (можно использовать иллюстрации для припоминания). Делают вывод, что нельзя судить человека по внешности. |
| | Предлагают участникам на основе сказки «Гадкий утенок» придумать свою сказку и разыграть разные способы поведения главного героя и его | Создают главного героя из комбинации частей других героев. Коллективно сочиняют по алгоритму. |

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| | <p>окружения.</p> <p>Вспомогательные инструменты для сочинения сказки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прием «фоторобот», • предъявление алгоритма сочинения сказки: где будут разворачиваться события? кто будет взаимодействовать с главным героем? какие у них будут характеры? как герои живут в этом месте? • выбор случая: это может быть: новый (в том числе необычный) объект, явление природы; активное проявление одним из персонажей своих качеств, • составление монологического текста от имени каждого персонажа по отношению к случаю, • выведение жизненного правила (морали), которое вкладывается в уста мудрого объекта. | |
| <p>Написание сценария, распределение ролей, подготовка, декораций, костюмов, музыки, оформление класса, подготовка пригласительных билетов для родителей, организация репетиций.</p> | | |

3. Заключительный этап

| Деятельность педагогов | Деятельность учащихся 5 класса | Деятельность учащихся 10 класса | Деятельность родителей |
|--------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------|
| Решают организационные вопросы | Показывают спектакль | Помогают в организации, поддерживают | Смотрят спектакль |
| Организуют | Отвечают на | Отвечают на | Отвечают на |

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|----------------|
| <p>беседу:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Что нового в себе, в других людях вы смогли открыть при подготовке и постановке спектакля? • Что нам удалось? Благодаря чему? Кому? • Что не удалось? Почему? • Какие жизненные уроки вы получили в ходе нашего проекта? | <p>вопросы</p> | <p>вопросы</p> | <p>вопросы</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|----------------|

ЧИТКА-ПИКНИК С ОПОРОЙ НА ЛИТЕРАТУРНОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ (ПОВЕСТЬ Л. А. ЧАРСКОЙ «ЗАПИСКИ МАЛЕНЬКОЙ ГИМНАЗИСТКИ»)

Соколова О. В.

Целевая аудитория: учащиеся 6 класса.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- формирование и развитие навыков толерантного поведения,
- развитие организаторских способностей,
- развитие навыков эффективного общения,
- развитие навыков разрешения конфликтов;

Б) для целевой аудитории:

- формирование общих знаний о проблеме буллинга,
- принятие ответственности за свои поступки,
- рост мотивации к конструктивному и эффективному взаимодействию с людьми,
- неприятие буллинга в любых формах.

Время, необходимое на подготовку: 2 недели.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: повесть Л. А. Чарской «Записки маленькой гимназистки», презентация, дистанционная образовательная платформа и оборудование для ее использования.

Краткое описание идеи:

Предполагается серьезный разговор о проблеме травли в школьной среде на основе обсуждения фрагментов литературного произведения. Разговор происходит в неформальной атмосфере (за чашкой чая) в дистанционном формате. Школьникам заранее предлагается прочитать повесть Л. А. Чарской «Записки маленькой гимназистки». Студенты-организаторы заранее готовят проект читки-пикника. Проект готовят несколько команд под руководством наставника-преподавателя. Команды вместе обсуждают готовые проекты. Команда-победитель реализует свой проект. Участвуют в проведении мероприятия все команды, готовящие проект, учителя школы, преподаватель-наставник, готовящий проектные команды.

План подготовки:

1. Привлечение внимания студентов к проблеме школьного буллинга и формирование из заинтересованных и мотивированных студентов проектных команд.
2. Обсуждение проблемы школьного буллинга и идеи подготовки профилактического мероприятия для школьников с проектными командами в формате вебинара. Постановка задач.
3. Встреча с руководством школы и учителями для обсуждения вопросов проведения мероприятия.
4. Обсуждение учителя с классом предстоящего занятия и предложение прочитать повесть Л. А. Чарской «Записки маленькой гимназистки».

5. Подготовка студенческими командами проектов читки-пикника под руководством наставника.
6. Проведение презентации проектов студенческими командами и их обсуждение. Выбор команды-победителя.
7. Подготовка команды-победителя к проведению читки-пикника со школьниками под руководством наставника-педагога.

Подробное описание:

В назначенное время все участники читки-пикника подключаются к конференции с использованием дистанционной образовательной платформы. Ведущие-студенты (команда-победитель) проводят читку-пикник.

1. Знакомство

Упражнения «Великолепная Валерия» и «Я люблю...»

Каждый участник называет свое имя и качество своей личности, которое характеризует его и начинается с той же буквы.

Ведущий: «У каждого из нас есть свои любимые занятия. Чтобы познакомиться, я предлагаю вам назвать свое имя, на первую букву своего имени назвать качество, которое, по вашему мнению, характеризует вас, и рассказать немного о себе, продолжив фразу: "Я люблю...". Я начну».

2. Введение в проблему буллинга

Разбираются понятие, мотивы, виды, участники и последствия буллинга.

3. Работа с литературными произведениями

Работа по сказке «Гадкий утенок»

- Что происходило на птичьем дворе?
- Как можно назвать сложившуюся ситуацию? Чем вызвал недовольство окружающих бедный утенок?
- Можно ли встретить подобную ситуацию среди людей?

Ведущий: «А сейчас мне нужна ваша обратная реакция. В программе Zoom есть реакции. Нам понадобятся смайлы "палец вверх" и "хлопок".

Случалось ли вам встречаться с таким явлением, как буллинг? Может быть, кто-то был свидетелем, как кого-то обижают? Если да, ставьте реакцию "палец вверх", если нет, то "хлопок"».

Проводится краткое обсуждение.

Работа по отрывку из повести Лидии Чарской «Записки маленькой гимназистки»

Ведущий: «"Записки маленькой гимназистки" — трогательное и очень поучительное произведение. Каждый, кто прочел его, не останется равнодушным, каждого затронет история осиротевшей девочки. Главной героиней повести является Лена Иконина. Ей пришлось пережить смерть матери и остаться совсем одной. Дети, оставшиеся без родителей, чувствуют себя беззащитными и одинокими. Подобные чувства испытывала Лена. Ей совсем не хотелось отправляться в дом дяди. Она не знала, какой прием ее ждет, и встретили ее совсем без теплоты. Повесть преподает очень важный урок. Она учит понимать людей, сочувствовать их горю.

Только те люди могут быть счастливы, кто способен проявить доброту и сострадание. Те же, в чьем сердце живет только зло, часто испытывают негативные чувства. Нужно учиться проявлять сострадание. Нельзя быть равнодушными людьми».

Обсуждение:

- Почему к столь положительному человеку, как Лена, разные люди относятся по-разному?
- За что девочку невзлюбили в классе?
- Оправдано ли дети издевались над девочкой? Можно было так поступать?

4. Заключительный этап (осмысление проблемы, подведение итогов)

Ведущий: «Как вы думаете, а кто может стать жертвой буллинга?»

Собрав ответы участников, ведущий говорит, что жертвой может стать кто угодно. Это не зависит от социального статуса семьи, национальности, религиозных предпочтений, внешности или наличия проблем со здоровьем. Поводом для начала травли может стать все, что угодно: внешний вид, физические особенности, какая-то «не такая» одежда, необычные имя или фамилия, увлечения и т. д.

Далее ведущие обсуждают с участниками правила борьбы с буллингом:

- Признайте проблему, называйте вещи своими именами.
- Обратитесь к человеку, с которым сложились доверительные отношения. Расскажите о проблеме.
- Не позволяйте агрессору управлять вашими чувствами. Определите, каких реакций он от вас ожидает, и не давайте ему этих реакций. Не реагируйте, не будьте уязвимыми. Как только агрессор осознает, что вас никак не зацепить, он найдет более податливую и простую цель.
- Научитесь говорить «нет».
- Озвучивайте проблему, обзаведитесь группой поддержки. Осознайте совместную силу.
- Уделите особое внимание работе над уверенностью в себе и противостоянию манипуляциям.
- Прекратите винить себя за свою индивидуальность. Осознайте, что это проблемы агрессоров. Вы не можете все контролировать.
- Если вы стали свидетелем травли, не позволяйте агрессору обижать человека, не бойтесь заступиться за жертву. Помните, что следующей жертвой можете стать Вы.

В завершение встречи формулируются правила класса.

У нас:

- не выясняют отношения с кулаками,
 - не оскорбляют друг друга,
 - не смотрят равнодушно, когда двое дерутся, а разнимают их,
 - не смеются над чужими недостатками,
 - не портят чужие вещи.
- Дети добавляют свои правила.

В ходе обсуждения студенты подводят школьников к мысли о том, что каждый отдельный человек важен, он имеет свои интересы, свои желания — и они очень важны. Но в то же время рядом с нами находятся люди, у которых тоже есть свои взгляды на окружающий мир, у них есть свои интересы и свои потребности.

КЛАССНЫЙ ЧАС «ДОБРО НАЧИНАЕТСЯ С ТЕБЯ»

Солина Е. С.

Целевая аудитория: учащиеся 6 класса

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- получение необходимых знаний, умений и навыков для проведения классного часа по данной теме,
- более подробное знакомство с темой буллинга и травли как проявления давления,
- осознание и оценка необходимости профилактики буллинга,
- умение более эффективно взаимодействовать со школьниками;

Б) для целевой аудитории:

- осмысление темы буллинга и травли как проявления давления,
- снижение уровня конфликтности, умение конструктивно разрешать конфликтные ситуации,
- осознание, что каждый человек по-своему прекрасен,
- умение посмотреть на себя и на свое поведение со стороны, прийти к выводу, что все начинается с тебя самого.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 40 минут (1 урок).

Вспомогательные материалы: компьютер; проектор, листы с ситуациями, разноцветные фигурки-человечки, вырезанные из цветного картона (красный, синий, зеленый), коробочка, в которой лежат фигурки-человечки, листы бумаги формата А3.

Краткое описание идеи:

Совместный просмотр видео. Обсуждение. Ознакомление с понятиями «буллинг» и «травля». Работа в группах с предложенными заданиями. Обсуждение. Игра про распределение по группам, где один ребенок остается вне группы. Рефлексия игрового опыта. Формирование благоприятной психологической атмосферы в классе.

План подготовки занятия:

Найти двух или трех ребят из 10–11 классов, которым интересно попрактиковаться в проведении занятия по теме давления и профилактики буллинга и травли. Ребята изучают план занятия, задают вопросы, более подробно разбираются в теме, подготавливают раздаточный материал.

Распределение времени:

40 минут — изучение плана занятия

30 минут — вопросы по структуре и технологии проведения

20 минут — распределение ролей

30 минут — подготовка раздаточного материала

10 минут — расстановка стульев полукругом перед самим занятием

Также необходимо договориться с классным руководителем о времени и месте проведения занятия.

Подробное описание:

1. Вводная часть

Ведущие: «Добрый день, ребята, нас зовут [Света] и [Максим], мы из 10 класса/ Сегодня мы проведем для вас очень интересное занятие. Тему занятия мы пока не скажем, но это точно про людей и общение между ними. Надеемся, что вы не против провести с нами эти 40 минут. Сейчас мы покажем вам видео. Пожалуйста, смотрите его внимательно и отмечайте про себя, что вы испытываете в тех или иных ситуациях. Происходило ли с вами что-то подобное?»

Ведущие включают видеоролик «Мы разные» (Приложение 1), а затем просят ребят поделиться своими впечатлениями и рассказать, сталкивался ли кто-нибудь из них с такими ситуациями. Учащиеся делятся в течение 5–10 минут.

Ведущие: «Мы рады, что вы поделились с нами. Возможно многие из нас сталкивались с чем-то похожим либо наблюдали за похожими ситуациями. Поговорим о том, что же такое давление, буллинг, травля. Если не замечают человека нарочно — это травля? А если портят или прячут его вещи? А если ученик пришел домой и на него не обращают никакого внимания?»

Ведущие и ребята обсуждают ответы. Затем ведущие объясняют, что такое травля, какая она бывает и почему она происходит.

2. Обсуждение ситуаций

Ведущие: «Ребята, сейчас мы предлагаем вам выполнить задание по группам. Групп будет две. Вы получите задание-ситуацию. Обсудите ее за 10 минут: какие у вас впечатления и как можно было бы поступить по-другому».

Каждая получает свое задание-ситуацию. В каждом тексте описывается ситуация буллинга.

Ситуация для первой группы: из одной школы в другую в 6 класс перевелась новенькая девочка Лиза. Девочка живет только с бабушкой. Ребята из ее нового класса начинают над ней подшучивать, обзывать обидными словами, прятать ее личные вещи.

Ситуация для второй группы: в 7 классе мальчик Илья, который раньше учился в одном классе, перевелся в другой класс той же школы. Новые одноклассники отказываются общаться с Ильей, садиться с ним за одну парту, не пытаются с ним заговорить и общаться, позволяют себе насмеяться над ним. Поведение Ильи отличается от поведения других подростков: он двигается угловато, «как робот», и общается с ребятами младшего возраста.

Ведущие: «Как, по вашему мнению, можно было поступить по-другому в данных ситуациях?»

Представители от каждой группы выступают в течение 10 минут.

3. Упражнение «Человечки»

Ведущий: «Сейчас мы с вами поиграем в одну игру. Предлагаем вам коробочку, в которой есть фигурки-человечки разных цветов. Возьмите каждый по одному,

только не подглядывайте! Потом объединитесь в группы по цветам, которые вам попались».

Фигурки-человечки заготовлены так, что среди них остается один бесцветный. Вытащивший его участник не попадает ни в какую группу. Ведущие спрашивают, как он себя чувствовал, когда понял, что не найдет свою группу, потому что он один с бесцветным листочком, и выслушивают ответ.

Затем ведущие задают вопросы всем ребятам:

- Были ли у вас в жизни похожие ситуации, где вы чувствовали себя одинокими или не такими, как все?
- Что вы делали в этой ситуации?
- Кто-нибудь вам помог?

После упражнения ведущие благодарят участников за честность.

4. Ассоциации

Ведущие: «Ребята, давайте запишем слова-ассоциации, благодаря которым можно создать благоприятную психологическую атмосферу. Какие у вас предложения?» Ребята предлагают свои ответы, ведущие записывают их на листе формата А3.

5. Завершение

Ведущие: «Ребята, спасибо за активное участие. С вами было интересно. Если у кого-то остались вопросы или кто-то просто хочет поговорить, то можно остаться после классного часа. И в заключение предлагаем вам еще один социальный ролик».

Ведущие включают видео «ТРАВЛИ.NET» (Приложение 2).

Приложение 1

Видеоролик «Мы разные»

<https://www.youtube.com/watch?v=y1raMqBM2Nc>

Приложение 2

ТРАВЛИ.NET — Социальный ролик о травле в школе

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=dnllkQP8c8>

ТРЕНИНГ «МОЙ ВЫБОР»

Сорокина Л. С.

Целевая аудитория: старшие подростки (учащиеся 7–8 классов).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- разработка тренингового занятия для группы сверстников,
- командное взаимодействие,
- опыт проведения занятия и формирование умения действовать «здесь и сейчас»,
- развитие коммуникативных и организаторских навыков,
- укрепление ценностных установок в отношении ненасильственных действий;

Б) для целевой аудитории:

- формирование ценностных установок в отношении ненасильственных действий,
- развитие коммуникативных навыков,
- развитие умения формулировать собственную точку зрения и высказывать, аргументировать ее.

Время, необходимое на подготовку: 9 часов.

Время, необходимое на проведение: 2 часа 30 минут (с перерывом в 15 минут).

Вспомогательные материалы: напечатанные цветные карточки с изображением картинок с сюжетами травли; три «плаката» формата А4 (или больше, при желании), на которых написано: «ДА», «НЕТ», «МОЖЕТ БЫТЬ» (плакаты делят пространство на три зоны), напечатанные утверждения для ведущего; карточки с фразами, ватман, клей, маркеры разных цветов, доска с магнитами, шляпа; сценарий тренингового занятия.

Краткое описание идеи:

Занятие на профилактику буллинга и формирование ценностей ненасильственного характера представлено в виде тренинга для детей подросткового возраста. Тренинг включает в себя три упражнения. Первое упражнение («Человеческий или нечеловеческий выбор?») представляет собой обсуждение с детьми картинок, содержащих идею буллинга, и присутствует здесь для актуализации темы буллинга в школе. Основой тренинга является модификация упражнения Джеффа, в рамках которого участники группы высказывают свое мнение в отношении различных утверждений на тему травли. Утверждения носят провокационный характер, предполагая различные мнения участников. В рамках данного упражнения ведущим поднимается тема буллинга, его сущности, героев данного явления, поднимается тема предотвращения буллинга в коллективе. Завершается тренинг упражнением «Шляпа мыслей», где участники продолжают незаконченные предложения. Данные предложения нацелены на осознание и озвучивание личностных качеств, которые станут для подростков опорой и защитой перед насилием.

План подготовки:

1. Разработка идеи (работа класса в микрогруппах, мозговой штурм, обсуждение возникших идей, их плюсов и минусов, разработка итоговой идеи занятия).
2. Составление плана подготовки и разбивка класса на группы, отвечающие за разные блоки подготовки:
 - разработка упражнения «Человеческий или нечеловеческий выбор?» — 1,5 часа
 - разработка высказываний к упражнению Джеффа — 1,5 часа
 - разработка незаконченных предложений к «Шляпе мыслей» — 1,5 часа
 - подготовка реквизита и оформление кабинета — 1,5 часа
 - подготовка сценария мероприятия и текста ведущих — 3 часа
3. Репетиция тренинга.

Подробное описание:

1. Упражнение «Человеческий или нечеловеческий выбор?»

Цель — актуализация проблемы буллинга в школе, в социуме.

Необходимый инвентарь: напечатанные цветные карточки с изображением картинок сюжетов травли.

Время проведения: 30 минут.

Во время данного упражнения происходит работа группы с картинками (плакаты, зарисовки, фотографии и др.) на тему буллинга. Группа обсуждает картинки, затрагивая суть проблемы буллинга, эмоции участников буллинга, степень серьезности данной проблемы. Упражнение используется для актуализации темы и перехода к более глубокому разбору сути проблемы.

Ведущий: «Сейчас нам предстоит сложная и интересная работа. Но для начала давайте разомнем наш мозг».

Ведущий предлагает группе творческие разминки. Они нужны для того, чтобы актуализировать фантазию, воображение и свободное ассоциативное мышление у подростков.

Творческие разминки:

- «Друзья, я сейчас буду называть цвет, а вы по очереди назовите что-то, что может быть такого цвета».
- «Теперь давайте назовем все предметы вокруг нас на букву "К"».
- «Сейчас я буду называть ситуацию, а вам нужно придумать ответ, почему это хорошо или плохо. Ситуации: "Больше не нужно ходить в школу, всем можно целыми днями сидеть дома", "У человека стали настолько крепкие и сильные руки, что он может ими забивать гвозди", "Круглый год лето", "Каждый человек при рождении может выбрать себе талант"».

Ведущий: «Отлично, теперь давайте поработаем с картинками. Я вам буду показывать картинку и задавать вопрос, над которым мы вместе подумаем и ответим».

Ведущий по очереди показывает картинки, задает группе вопросы. Происходит совместное обсуждение. Примерные вопросы, которые можно задавать к картинкам с изображением сюжетов, имеющих отношение к травле:

- Что изображено на этой картинке?
- О каком состоянии человека она рассказывает?
- Какие эмоции изображены на этой картинке?
- О чем говорит эта картинка?
- О какой опасности нам рассказывает эта картинка?
- Как вы думаете, возможно ли такое поведение в жизни?
- О каком качестве человека рассказывает картинка?

Ведущий: «Спасибо. Как вы думаете, что было изображено на картинках?»
Ведущий подводит группу к понятию «буллинг».

2. Упражнение Джеффа (тематика «буллинг»)

Цель — развитие ценностной сферы в отношении ненасилия, развитие коммуникативных навыков, умения вести дискуссию, аргументировать и формировать свою точку зрения.

Необходимый инвентарь: три «плаката» формата А4 (или больше, при желании), на которых написано: «ДА», «НЕТ», «МОЖЕТ БЫТЬ» (плакаты делят пространство на три зоны), напечатанные утверждения для ведущего.

Время проведения: 1 час 30 минут.

Ведущий готовит три плаката с надписями: "ДА", "МОЖЕТ БЫТЬ", "НЕТ". Крайние плакаты вывешиваются по двум концам помещения, а средний — в центре. Таким образом, пространство делится на три соответствующие зоны. Ведущий располагается в середине помещения. Группа располагается изначально перед ведущим на стульях. Ведущий зачитывает утверждение, после чего участники переходят под тот плакат, который соответствует их ответу. Желающий ответить поднимает руку. Ведущий спрашивает этих участников, почему они встали именно под этот плакат.

Запрет: участники упражнения не имеют права на кого-либо «нападать», критиковать, спорить. Они высказывают только свое мнение. Ведущему необходимо обозначить участникам данное правило и настроить их на возможность услышать различные точки зрения. Во время упражнения необходимо создать доверительную атмосферу, где каждый может безопасно высказывать свое мнение.

Количество и порядок вопросов может регулироваться ведущим в процессе выполнения упражнения.

Возможно, стоит обращать особое внимание на конкретные реакции детей на конкретные темы и тогда углубляться в них больше, равно как и в анализе делать упор на данные вопросы.

Ведущий: «Мы с вами только что подняли тему буллинга. Давайте посмотрим на нее с разных сторон. Вы видите, что наша комната разделена на три зоны. Каждая из них имеет свое название: "ДА", "МОЖЕТ БЫТЬ", "НЕТ". Я буду зачитывать разные утверждения. Сразу говорю, что они будут противоречивые. Каждый человек может иметь собственное мнение в отношении этого высказывания. После каждого утверждения я попрошу вас встать в соответствующую зону. Важно: вы можете иметь абсолютно любое мнение. Я прошу вас не критиковать выбор кого-

либо из вашего класса, не пытаться осуждать или переманивать на свою сторону. Если вы готовы, мы начинаем».

Утверждения (можно выбрать несколько):

- Я бы смог дружить и любить человека другой национальности и расы.
- Я бы смог вы прожить в одиночестве.
- Фильмы, в которых показывают насилие, наркотики, негативно влияют на молодежь.
- Каждый в нашем классе — уникальная и неповторимая личность.
- Каждый вправе выбирать, с кем и как ему общаться.
- Если я увижу на улице, что старшие парни избивают мальчишку, я пройду мимо.
- Травят всегда только тех, кто как-то выделяется: человека другой национальности, с другим цветом кожи, носящего очки, «ботаника» и так далее.
- Буллинг — это проблема того, кого травят. Он должен справиться с этой ситуацией самостоятельно, чтобы стать сильной личностью.
- Девочки сделали обидную картинку из фотографии одноклассницы, написали на ней «Тупая корова» и сделали пост в социальной сети. Они говорят, что это шутка. Я согласен.
- Если в классе есть буллинг, дети в нем хуже учатся.
- Травлю начинают не от хорошей жизни.

Вопросы для рефлексии:

- Было ли вам интересно? Если да, то почему?
- Как вы думаете, какую цель преследовали заданные вопросы?
- Были ли вопросы, над которыми вы раньше не задумывались?
- Были ли вопросы, над которыми вам хотелось бы подумать или поговорить подольше?
- Что вы чувствовали по отношению к тем, кто давал ответ, противоположный вашему?
- Менялось ли при этом ваше мнение?
- Открыли ли вы что-нибудь новое для себя? Что?
- Какое у вас сейчас отношение к такому понятию, как буллинг? Что вы можете сделать для его предотвращения?

3. Упражнение «Шляпа мыслей»

Цель — закрепление ценностных установок в отношении ненасильственных действий, закрепление сильных сторон каждого участника и группы в целом

Необходимый инвентарь: карточки с фразами, ватман, клей, маркеры разных цветов, доска с магнитами, шляпа.

Время проведения: 30 минут.

Ведущий складывает в шляпу карточки с различными незаконченными предложениями. Предлагает всем участникам сесть в круг (можно на пол), после чего каждый человек по очереди вытаскивает фразу и продолжает ее. После этого каждая карточка с кратким продолжением мысли наклеивается на ватман. Таким образом, из фраз формируются сильные стороны, качества участников группы и класса в целом. Ватман с этими качествами становится опорой для всей команды.

Ведущий достает шляпу мыслей, в которой лежат карточки с незаконченными предложениями: «Я прошу вас по очереди доставать карточку. На ней будет написано начало фразы. Я прошу вас продолжить ее так, как вы считаете верным. После этого мы наклеим полную фразу вот на этот ватман» (ведущий показывает на заранее подготовленный ватман).

Ведущий просит участников не перебивать друг друга, не дополнять. У каждого может быть время, чтобы подумать, прежде чем озвучить свои мысли.

Фразы для карточек:

- Моя самая большая опора...
- Успокоиться мне помогает...
- Команда для меня — это...
- Сильный человек — это...
- Больше всего я боюсь...
- Я не люблю, когда делают...
- Мое самое лучшее качество...
- Больше всего мне нравится в человеке...
- Моя слабая сторона — это...
- Мой жизненный принцип...
- Я не готов(а) простить...
- Я всегда хвалю себя за...
- Я чувствую, что не хуже других могу...
- Самая большая в жизни поддержка для меня — это...
- Если бы я был(а) героем книги, я бы был(а)..., потому что...
- Герой нашего времени для меня — это...
- Самые важные качества в человеке — это...

4. Завершение

Заключительные слова ведущего: «Спасибо вам, дорогие друзья. Каждый из нас обладает различными качествами, которые могут быть поддержкой, опорой, защитой, которые могут противостоять любой агрессии и травле. Сегодня у каждого из вас была возможность задуматься о том, что такое буллинг, как он влияет на человека, как каждый из нас может противостоять ему. Мы искренне верим, что у нас с вами достаточно сил, чтобы не допускать буллинг в нашу жизнь».

ИНТЕРАКТИВНАЯ АНТИБУЛЛИНГОВАЯ ИГРА «КАЖДЫЙ ВАЖЕН. РАЗГОВОР ПО ДУШАМ»

Степина Ю. А.

Целевая аудитория: учащиеся 8–11 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- умение рефлексировать и вести обсуждение к определенному выводу (дискутировать, поддерживать разговор),
- развитие организаторских навыков и навыков коммуникации;

Б) для целевой аудитории:

- развитие командного духа,
- развитие умения анализировать и выражать свои мысли и эмоции,
- развитие умения ценить качества других,
- развитие навыков самоанализа,
- развитие эмпатии,
- развитие нетерпимости к буллингу.

Время, необходимое на подготовку: 2 дня.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: 5 листов А3 (А4), 25 шариков бумаги (5 цветов), 5 бумажных медалей.

Краткое описание идеи:

Каждая команда учащихся представляет «идеального человека», собранного из качеств участников команды. Противоположные команды становятся буллерами и кидают шарики бумаги в изображение этого «идеального человека», проговаривая причины. Во время рефлексии проговариваются те чувства, которые испытывали буллер и жертва, обсуждаются вопросы по теме. В итоге команда «жертвы» пишет свои негативные чувства на медали и вручает ее своему буллеру.

План подготовки:

За день до проведения мероприятия должны быть подготовлены 5 листов А3 (допустимо А4), 25 цветных шариков бумаги, 5 бумажных медалей (оформленные изображением быка или рогов), планшет с необходимыми вопросами для рефлексии. К началу проведения мероприятия парты/стулья ставятся на 5 групп и раскладывается весь необходимый материал на каждую группу.

Подробное описание:

Подростками-организаторами являются учащиеся 11 класса (2–3 человека). Целевая аудитория (участники) — учащиеся 8–10 классов (25–30 человек).

1. До начала мероприятия организаторами подготовлен весь необходимый материал.

Каждый учащийся берет любой цветной шарик бумаги из пакета, затем организаторы делят участников на команды и рассказывают за столы в соответствии с выбранным цветом.

2. *Организатор обращается к учащимся:* «Перед вами лежит белый лист бумаги. Задача каждой команды — изобразить "идеального человека". Этот человек должен иметь лучшие качества/интересы/увлечения каждого участника вашей команды. Запишите их». Учащиеся выполняют задание в течение 5 минут.
3. *Организатор:* «Теперь вам необходимо представить вашего "идеального человека". Какой он, чем увлекается?» Первая команда выходит и представляет своего «идеального человека» в течение 1 минуты.
4. *Организатор обращается к оставшимся командам:* «Перед вами лежат шарики бумаги. Представьте себя буллерами, агрессорами. Постарайтесь найти то, за что вам не нравится этот "идеальный человек". Возьмите шар и бросьте в него, озвучив это качество. Не стесняйтесь, можете использовать все шары». Команды-буллеры кидают шары и озвучивают негативные стороны. Организатор их подбадривает, чтобы данный этап получился весьма эмоциональным.
5. Организатор просит выступающую команду сесть за стол, взять медали и записать те чувства, которые они испытали, находясь «под обстрелом» других команд. (например, злость, обида, грусть). Таким же образом выступают оставшиеся 4 команды.

6. Обсуждение

Вопросы:

- Какие чувства испытывали буллеры?
- Какие чувства испытывали жертвы?
- Было ли вам легче выступить командой, чем одному?
- Удалось ли вам найти интересные/положительные качества у каждого участника команды?
- Может ли человек быть идеальным?
- Была ли агрессия буллера обоснована?
- Стал ли ваш «идеальный человек» хуже для вас после буллинга?
- Сталкивались ли вы когда-либо с буллингом (травлей)? Кем вы были: жертвой, агрессором? А может быть, свидетелем?
- Буллинг — это норма?
- Что необходимо делать, если вы стали жертвой агрессора?

Организатор фиксирует себе выводы, к которым прошли во время обсуждения каждого вопроса.

7. *Организатор:* «Выполняя определенные действия по отношению к человеку, говоря ему определенные слова, мы получаем от него определенные эмоции и чувства, обратную реакцию. Поэтому прошу каждую команду-жертву "наградить" медалью самого активного буллера. Агрессоры, эмоции, которые

написаны на ваших медалях, — это то, что вы заслужили и получили сегодня. Теперь это ваши чувства. Озвучьте их. Это то, что на самом деле получает каждый агрессор».

8. Подведение итогов. Рефлексия. Выводы участников после тренинга.

ТРЕНИНГ «ДРУЖИТЬ ЛЕГКО!»

Татьянченко Н. П.

Целевая аудитория: учащиеся 5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- формирование психологической грамотности в области межличностного взаимодействия;

Б) для целевой аудитории:

- воспитание у учащихся доброжелательного отношения друг к другу,
- развитие уважения к различиям других.

Время, необходимое на подготовку: 2 дня.

Время, необходимое на проведение: неделя.

Вспомогательные материалы: проектор для просмотра мультфильма «Гадкий утенок», клубок шерстяных ниток, бумага, ручки.

Краткое описание идеи:

Реализация предлагаемой активности подразумевает разработку и организацию тренингового занятия с учениками пятых классов, направленного на развитие толерантности и понимания того, что каждый человек индивидуален.

План подготовки:

1. На первом этапе подготовки необходимо выбрать подростков-организаторов, желающих принять участие в школьном мероприятии.
2. На втором этапе — объяснить цель тренинга и познакомить с методами его проведения.
3. Третий этап — реализация тренингового занятия.

Подробное описание:

1. Просмотр мультфильма «Гадкий утенок»

Обсуждение:

- Почему Г. Х. Андерсен назвал это произведение «Гадкий утенок»?
- Как можно по-другому назвать эту сказку?
- Кто главные герои?
- Справедливо ли утенка назвали «уродом» только потому, что он не был похож на других птенцов?
- Какой на самом деле «гадкий утенок»? Дайте характеристику.
- Есть в этой сказке герои, которых можно назвать «гадкими»? Если да, то по какой причине?

2. Упражнение «Паутина предрассудков»

Цель — осознание наличия у себя негативных социальных стереотипов и их коррекция.

Участники группы выбирают по одной из нескольких карточек, на каждой из которых указано название одной из социальных групп, о которых в обществе существуют негативные представления. Например, «Новый ученик в классе», «Отличник», «Тихоня», «Одиночка», «Любимчик учителей», «Ученик другой веры», «Ребенок с физическими недостатками» и т. д.

Один участник выходит в круг, другие «опутывают» его теми представлениями, которые сложились в обществе относительно человека представленной социальной группы. Каждое высказывание сопровождается закручиванием вокруг участника одного витка нити.

Члены группы могут развенчивать предрассудки. В этом случае один виток снимается.

Обсуждение:

- Какие чувства вы испытывали, когда находились в роли «изгоя»?
- Что чувствовали, будучи в роли того, кто говорил об отрицательных качествах ученика, принадлежащего к определенной социальной группе?
- Определите, каковы причины возникновения в классе неприятия одного ребенка другими?
- Действительно ли названные причины неприятия являются веским аргументом для того, чтобы не общаться с одноклассниками?
- Кто виноват в непохожести одного ребенка на других?
- На самом ли деле так плохо быть непохожим на остальных?
- А есть ли то, что объединяет «изгоев» и «обидчиков»?

3. Упражнение «Встаньте те, кто...»

Цель — осознание наличия похожих качеств между всеми людьми.

Ведущий предлагает встать тем участникам тренинга, у кого карие глаза; кто слушает музыку одной группы; ждет каникулы; любит футбол; ходит в одну секцию; считает себя добрым и пр.

В конце упражнения нужно объединить всех ребят, назвав то, что характерно для всех. Например, кто любит мороженое, кто учится в этом классе, в школе и т. п.

Обсуждение:

- Как вы думаете, насколько значимо искать различия между людьми?
- Часто ли каждый из вас делает это в жизни?
- Какая польза от поиска различий?
- А есть ли вред?
- А может быть, гораздо полезнее искать то, чем мы друг на друга похожи? Почему?

4. Упражнение «Новый конец для сказки»

Ведущий предлагает детям переписать сказку «Гадкий утенок» и придумать всем вместе новую концовку.

5. Озвучивание рекомендаций для учащихся «Как наладить хорошие взаимоотношения с одноклассниками»

- Найти себе друга или нескольких друзей из числа одноклассников.
- Регулярно приглашать ребят в гости.
- Обязательно уважать мнение всех одноклассников, каким бы оно вам ни казалось.
- Не пытаться всегда побеждать в спорах с ровесниками, научиться проигрывать и уступать. Очень важно научиться признавать свою неправоту!
- Не задираться.
- Не зазнаваться.
- Не демонстрировать свое превосходство над другими.

БЕСЕДА «ЧТО ПРОИСХОДИТ»

Тихомирова Н. А.

Целевая аудитория: учащиеся 1–5 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских способностей,
- приобретение опыта подготовки и проведения мероприятий,
- повышение психологической грамотности,
- развитие эмоционального интеллекта,
- профилактика травли среди учащихся;

Б) для целевой аудитории:

- профилактика травли среди учащихся,
- развитие коммуникативных навыков,
- развитие эмоционального интеллекта,
- развитие навыков рефлексии.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: тематические фотографии или картинки из интернета (сцена травли ребенка «агрессоры — жертва», сцена нападения охотничьих собак на свою жертву, сцена травли ребенка в школе в присутствии свидетелей), компьютер, проектор, экран.

Краткое описание идеи:

Работа с учащимися строится в форме беседы. Опорой темы являются проблемные фотографии. Под руководством подростков-организаторов целевая аудитория обсуждает предлагаемые ситуации.

План подготовки:

1. Подготовка подростков-организаторов к мероприятию.
2. Подбор фотографий по теме.
3. Проверка работы оборудования.

Подробное описание:

1. Часть 1. Приветственное слово

Ребятам предлагается ответить на вопросы «Да» или «Нет»:

- Тебя никогда не обижали другие дети?
- Ты никогда не обижал других ребят?
- Ты никогда не видел, что бы одни дети обижали других?

2. Часть 2. Обсуждение картинок

Ребятам предлагается поочередно познакомиться и обсудить сюжеты травли, представленные на картинках. На первой картинке — сцена травли ребенка в школе, на второй — сцена нападения охотничьих собак на свою жертву.

Примерные вопросы для обсуждения:

- Какие эмоции у вас вызывает это фото? (Участники отвечают по кругу)
- Такая или похожая ситуация случалась у вас в школе? (Отвечают желающие)
- Как вы думаете, что происходит на фото? (Отвечают желающие)
- Сколько участников в этой ситуации? (Отвечают желающие)
- Какие эмоции испытывают участники ситуации? (Участники отвечают по кругу)
- Как вы считаете, зачем это делает агрессор? (Отвечают желающие)
- Случалось ли вам наблюдать такую ситуацию? (Отвечают желающие)
- Что можно сделать в этой ситуации? (Участники отвечают по кругу)

3. Часть 3. Информация о травле

На экран выводятся фото 1 и 2.

Вопросы для обсуждения:

- Есть ли что-то общее у этих фото? (Отвечают желающие, ведущий приводит к ответу, что на обоих фото нападают)
- Как можно одним словом назвать оба фото? (Отвечают желающие)

Ведущий: «Это травля. На первой фотографии дети травят ребенка, а на второй фотографии звери травят зверя. Раньше слово "травля" было охотничьим термином, под которым подразумевалось и подразумевается преследование жертвы сворой. К сожалению, сейчас этот термин имеет еще одно значение. Травля, или буллинг — это агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц. Только вдумайтесь, в какой мере это страшно, когда один человек преследует другого!»

4. Часть 4. Роли в процессе буллинга

Ребятам предлагается посмотреть на фото 3 (картинку из интернета, где травля ребенка в школе осуществляется в присутствии свидетелей).

Вопросы для обсуждения:

- Какие эмоции у вас вызывает это фото? (Участники по кругу отвечают.)
- Что происходит на фото? (Отвечают желающие, ведущий подтверждает, что это тоже травля.)
- Кто участники этой травли? (Отвечают желающие, ведущий приводит учащихся к ответу, что участниками этой ситуации являются жертва, буллер, одобряющий, свидетели.)

- Что можно сделать в этой ситуации? (Отвечают желающие, ведущий приводит к тому, что нужно позвать учителя, позвать старшеклассников, попросить прекратить и т. п.)

5. Часть 5. Формы буллинга

Вопросы для обсуждения:

- Ребята, как вы думаете, в какой форме может быть буллинг? (Отвечают желающие, ведущий приводит учащихся к ответам: физическое насилие, игнорирование, оскорбления, унижение, наговоры на других и т. д.)
- Будет ли вам приятно, если про вас станут говорить гадости?
- Понравится ли вам, если специально испачкают вашу одежду?
- Будет ли вам хорошо, если кто-то будет подговаривать одноклассников не разговаривать с вами?

Ведущий: «Конечно нет! Это тоже травля, потому что человеку от этого плохо. Так быть не должно!»

6. Часть 6. Подведение итогов

Вопросы для обсуждения:

- Если вы узнали, что кого-то травят в школе, как можно помочь человеку?
- Поднимите руки, кто узнал сегодня на занятии что-то новое.
- Поднимите руки, кто считает, что это занятие было полезно.
- Поднимите руки, кто знает, как помочь в ситуации буллинга.
- Поднимите руки, кому понравилось занятие.

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ «ВЕКТОР ДОБРОТЫ»

Томилина Е. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 5 классов.

Организаторы: учащиеся 8–10 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организационных и лидерских личностных качеств,
- повышение уверенности в себе,
- отработка и развитие коммуникативных навыков,
- развитие эмоционального интеллекта и эмпатии,
- развитие умения оказывать поддержку и проявлять сочувствие,
- повышение персональной грамотности в вопросах профилактики буллинга,
- закрепление личностной антибуллинговой позиции,
- сплочение команды ведущих;

Б) для целевой аудитории:

- сплочение подросткового коллектива,
- осознание как личной значимости, так и значимости каждого для продуктивной жизнедеятельности школьного коллектива,
- развитие навыков эффективного взаимодействия,
- коррекция, формирование и развитие антибуллинговых представлений,
- осознание норм взаимодействия в школе и за ее пределами,
- формирование толерантного (уважительного) отношения к каждому в школьном коллективе (ко всем участникам образовательного процесса),
- повышение уверенности в себе,
- осознание важности умения оказывать поддержку и проявлять сочувствие.

Время, необходимое на подготовку: 3 встречи по 45 минут.

Время, необходимое на проведение: 1 встреча на 45 минут.

Вспомогательные материалы: свободное пространство, стулья по количеству участников и ведущих (стоят по кругу), бейджи для ведущих, фломастеры/маркеры (по количеству ведущих), бумага А4, А5, А6, магнитная доска и магниты (30–40 шт.), музыкальное сопровождение (колонка), ручки по числу участников.

Краткое описание идеи:

Интерактивное занятие «Вектор доброты», построенное на основе игры «Атомы-молекулы» (или «Броуновское движение») и техники мозгового штурма, позволяет учащимся 5 класса лучше познакомиться с одноклассниками через игровое поле и создать основу для сплочения подросткового коллектива, сформировать предпосылки антибуллингового поведения, толерантного (уважительного) отношения к каждому в школьном коллективе, помогает осмыслить правила взаимодействия в школе со всеми участниками образовательного процесса (учащиеся, учителя, сотрудники школы).

Также в игровой деятельности и в безопасной психологической среде, организованной старшими школьниками, младшие подростки смогут лучше понять себя и своих одноклассников, осознать важность каждого ученика в создании

атмосферы доверия, доброжелательности, поддержки и уважения в отдельном классе и в школе в целом, проявить свои коммуникативные навыки. Пятиклассники смогут увидеть старших подростков в качестве образцов для подражания (авторитет) в антибуллинговом поведении, что будет способствовать преемственности ценности уважения друг друга. В последующем подростки-организаторы смогут выступать доверенными лицами для младших ребят: к ним можно будет обратиться за адекватной конструктивной поддержкой.

Занятие может использоваться как стартовое для последующих тематических встреч (коммуникация, барьеры общения, конфликты, дружба, эмоции, эмпатия и т. д.).

Все решения, принятые классом на занятии, сохраняются и являются частью классного уголка или оформляются в электронном виде и находятся в открытом доступе для ребят. Могут по необходимости выводиться на электронную доску (в первый месяц после занятия — постоянно, в последующем — эпизодически).

План подготовки:

1. В начале сентября (первая-вторая неделя) учащиеся 8–10 классов (желательно — ранее прошедшие цикл антибуллинговых занятий) приглашаются для участия в организации и проведении интерактивного занятия «Вектор доброты» с учащимися 5 классов.
2. На второй неделе сентября учащиеся 8–10 классов проходят активность сами как участники интерактивного занятия «Вектор доброты» и предварительно выбирают этапы, которые они хотели бы проводить.
3. На третьей неделе сентября проходит распределение этапов занятия среди ведущих (ответственных за инструктаж и организацию каждого этапа), а также обсуждение актуальных вопросов, возможных ситуаций и подготовка необходимых для проведения занятия материалов.
4. На четвертой неделе сентября проводится обсуждение дополнительных актуальных вопросов и возможных ситуаций, проигрывание инструктажа и ролей каждым участником активности, подготовка необходимых для проведения встречи материалов.
5. На первой-второй неделе октября с учащимися 5 классов школы проводится интерактивное занятие.
6. По окончании интерактивного занятия «Вектор доброты» проводится обсуждение-рефлексия с подростками-ведущими: обсуждается самочувствие, что понравилось, что надо доработать, взгляд со стороны.

Подробное описание:

1. Вступительная часть

Подростки-ведущие представляются пятиклассникам: «Здравствуйте, мы тоже учимся в нашей школе в 8, 9, 10 классах (*ведущие делают шаг вперед, когда называют их класс*), а когда-то мы тоже были пятиклассниками. В нашей школе есть традиция в начале каждого учебного года передавать идеи добрососедства и уважения друг друга от старшеклассников пятиклассникам. И сегодня мы хотим с вами познакомиться, поиграть и помочь вам присоединиться к Вектору доброты. Давно известный факт, что людей сближают музыка, игра, смех и совместное успешное преодоление препятствия. И сегодня нас ждет все это на пути Вектора доброты».

2. Игра «Атомы-молекулы»

Ведущий: «Когда вы будете слышать музыку, то вы можете, как хотите, передвигаться по залу: беспорядочно, как атомы, но бережно по отношению к себе и своим одноклассникам. Когда музыка остановится, я назову число и часть тела, например, "3 — пятка" или "2 — спина к спине".

Внимание! Ваши задачи:

- 1) быстро собраться в команду-молекулу, в которой число человек-атомов равно названному мной числу;
- 2) образовать соединение названными мною частями тела (*соведущие в это время без слов демонстрируют, что должны сделать ребята*);
- 3) обсудить в своей команде-молекуле, чем вы похожи: это может быть то, что вы любите, чем дорожите, что цените, какими хотите быть и к чему стремитесь, или то, как вы хотите чувствовать себя в вашем классе и что для этого вам надо сделать».

Ведущий вывешивает на магнитную доску темы для обсуждения. Бланки-темы готовятся ведущими заранее на листе А4. Также эти записи служат подсказкой при обсуждении в молекулах.

| <i>Мы похожи тем, что:</i> | |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <i>мы дорожим...</i> | <i>мы ценим...</i> |
| <i>мы хотим быть...</i> | <i>мы стремимся...</i> |
| <i>в нашем классе мы хотим себя чувствовать...</i> | <i>для хорошего самочувствия в нашем классе нам надо сделать...</i> |

Ведущий: «Вашей задачей будет представить ответ команды-молекулы всему классу-организму. Потом снова зазвучит музыка — и будет движение атомов, и новое объединение в молекулы с другими атомами, и новый поиск того, что еще не называли».

Варианты объединения: 3, 4, 5, 6 (лучше, когда кратно числу участников).

Варианты частей тела: правая/левая ладонь, локоть, стопа, плечо (т. е. те части тела, к которым существует нейтральное отношение или которые относятся к зонам социального взаимодействия).

Соведущие при необходимости присоединяются к командам. К каждой команде-молекуле соведущий должен подойти хотя бы один раз для направления и помощи в обсуждении. Также соведущие записывают фломастером на листе А5 окончательный вариант решения команды.

Во время звучания музыки соведущие обеспечивают безопасность и регулируют движения, а ведущий игры собирает записи и вывешивает их на магнитную доску в соответствии с темой ответа.

Делается 3–4 смены молекул-атомов. На последнем круге (четвертом или пятом) ведущий называет число, равное количеству участников + соведущих, и команду «руки на спине соседа». Соведущие равномерно распределяются среди пятиклассников, образуя круг. После этого ведущий предлагает ребятам постоять в кругу, слегка пораскачиваться, почувствовать поддержку со стороны тех, кто рядом. А потом предлагает всем присесть на стулья, в круг друзей.

Ведущий предлагает рассказать, как участники себя сейчас чувствуют, какое у них настроение. Ведущий может отметить, что он заметил, что очень часто молекулы соединялись по-своему, уникально, как неповторимые снежинки.

Далее ведущий предлагает посмотреть на стену записей, обсудить и резюмировать:

- Что, на ваш взгляд, надо или хочется еще добавить? Может, что-то забыли, упустили?
- Может, что-то надо изменить, подправить?
- От кого зависит, какая будет атмосфера в вашем классе?
- Что каждый из вас может для этого сделать?

3. Буллинг

Ведущий: «Так живет здоровый дружный класс. Но иногда случается, что на класс может напасть такая коллективная зараза-болезнь, как буллинг».

Ведущий объясняет, что это за болезнь коллектива, в чем она проявляется. Рекомендуются спросить у самих ребят, что они слышали или знают о буллинге.

Ведущий: «Как же вы можете защитить свой класс от болезни, не допустить в вашем классе и нашем школе, такой беды, как буллинг? Кто вам может в этом помочь? Где искать поддержку?»

Заранее готовятся листы А4 с надписями:

| | |
|-----------------------|------------------|
| БУЛЛИНГ: ПРОФИЛАКТИКА | БУЛЛИНГ: ЛЕЧЕНИЕ |
|-----------------------|------------------|

Далее используется метод мозгового штурма.

Вариант 1. Соведущие крупно и разборчиво записывают предложения ребят на листах А5 и вешают в соответствующую графу: «ПРОФИЛАКТИКА», «ЛЕЧЕНИЕ».

Вариант 2. Пятиклассникам предлагается самим написать на листах А6 свои варианты профилактики и лечения и положить их в стопки текстом вниз на соответствующие бланки: «ПРОФИЛАКТИКА», «ЛЕЧЕНИЕ».

Когда все мысли и предложения по заданию написаны, ведущий их зачитывает. Предложенные варианты профилактики и лечения буллинга обсуждаются.

Соведущие выступают в качестве экспертов, при этом используют в своих комментариях позитивное подкрепление и благодарят за творческий подход и разумные варианты решений.

4. Заключение

Ведущие: «Нам очень важно передать вам традиции доброты и уважения, чтобы всем было хорошо, уютно, радостно, интересно, надежно в нашей школе. Это и есть наш Вектор доброты, когда мы ценим и уважаем каждого, когда мы понимаем, что мы во многом похожи, но мы все разные, именно это делает нас сильными, интересными, успешными. Мы рядом с вами и готовы вам помогать следовать Вектором доброты, а когда вы будете учиться в 8, 9 или 10 классе, то вы сможете передать эстафету доброты и уважения следующим пятиклассникам. Мы рады, что смогли с вами познакомиться и поделиться традициями нашей школы. Теперь вы тоже наши ростки Вектора доброты».

В завершение можно устроить взаимные объятия и рукопожатия.

ДИСКУССИОННАЯ ПЛОЩАДКА «МНЕ ВАЖНО»

Хаймина А. Г.

Целевая аудитория: подростки, старшеклассники (учащиеся школы).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- опыт организации мероприятий,
- расширение кругозора в вопросах толерантности, межэтнического, межнационального взаимодействия, профилактики дисгармоничных отношений с окружающими,
- ориентировка в вопросах профилактики и защиты от травли в школе,
- развитие навыков публичного выступления, аргументации и конфронтации,
- повышение уверенности в себе,
- расширение спектра навыков помощи другим людям в защите от травли и насилия,
- опыт общения с разными людьми, расширение круга общения в школе;

Б) для целевой аудитории:

- расширение кругозора в вопросах толерантности, межэтнического, межнационального взаимодействия, бесконфликтного поведения,
- профилактика травли и неуважительных отношений в классе, школе,
- содействие благоприятному психологическому климату в классе, школе,
- создание условий для развития у подростков навыков защиты и противодействия травле в школе, травле и насилию в межличностных отношениях.

Время, необходимое на подготовку: 3 недели.

Время, необходимое на проведение: от 1 часа до 1 часа 30 минут.

Вспомогательные материалы: ноутбук, проектор, экран, свободное помещение для дискуссионной площадки с возможностью различной организации пространства, Wi-Fi в помещении.

Краткое описание идеи:

Создание в школе дискуссионной площадки, на которой подростки и старшеклассники могут обсуждать актуальные для них вопросы, темы, в том числе и вопросы толерантности, взаимоуважения, норм и ценностей человеческого общения.

План подготовки:

Участники и роли:

- Педагог (завуч, классный руководитель) выступает в роли эксперта, наставника, курирует активность подростков на протяжении всего процесса планирования и проведения дискуссий.
- Подростки отбирают тему для дискуссии, определяют ведущего дискуссии, спикеров и помогают им подготовиться к дискуссии, ищут экспертов по рассматриваемой теме (если они нужны), пишут план

дискуссии, информируют учащихся школы о теме, времени и месте дискуссии.

Ориентировочные время и сроки:

1. Первая-вторая недели — выбор темы для дискуссии, разработка плана дискуссии, подготовка необходимых материалов (факты, презентации, фильмы, видеоролики и т. п.), определение спикеров, приглашение экспертов по теме дискуссии.
2. Третья неделя — решение организационных вопросов, подготовка ведущего дискуссии.
3. Четвертая неделя — проведение дискуссии.

Подробное описание:

Активность предполагает создание в школе силами подростков дискуссионной площадки, которая функционирует в течение всего учебного года. Предположительно 1 раз в месяц организуется дискуссия на тему, интересную для учащихся, которая касается вопросов толерантности и уважительных отношений в коллективе и работает на решение задачи профилактики травли в школе. Спектр тем может быть различным, темы предлагают сами учащиеся, чтобы они были им интересны и актуальны. Они могут отбирать темы либо исходя из собственных представлений и мнений, либо по результатам опроса, проведенного в школе среди учащихся средних и старших классов, чтобы выявить наиболее интересные темы для обсуждения. Также можно разграничить темы сообразно возрасту участников дискуссий — более простые темы для организации дискуссий в 7–8 классах, более сложные и неоднозначные — для обсуждения с учащимися 9–10 классов.

Возможный перечень тем для дискуссий:

- Стереотипы в нашем общении
- Моя активная позиция: в чем?
- Смелость и уважение в общении
- Я — участник общения в классе
- Что такое личные границы и как их не нарушать?
- Разнообразие и непохожесть культур
- Национальные особенности: красота и смысл

Дискуссия может быть проведена либо в одном конкретном классе, либо среди параллели, либо в свободном формате, когда на дискуссию может прийти любой учащийся средних и старших классов школы. Выбор формата зависит:

- от темы дискуссии (например, если в одном классе назрела какая-то тема для обсуждения, учащиеся готовы о ней поговорить, и это положительно скажется на психологическом климате в классе и снимет напряжение, связанное с ситуацией травли),
- от желания и смелости организаторов-подростков (проще начинать с проведения дискуссии в одном классе),
- от организационных условий школы.

Формат дискуссий может меняться в течение учебного года.

В большинстве тем дискуссия требует от участников подготовки, чтобы они могли ориентироваться в вопросе и умели вести дискуссию на обозначенную тему.

Предполагается, что организаторы дискуссии выдвигают нескольких спикеров, которые заранее готовят свои сообщения-выступления (лучше, если они будут отражать противоположные взгляды на тему дискуссии или раскрывать неоднозначность обсуждаемой темы). С подростками-организаторами можно продумать линию обсуждения темы, заранее придумать вопросы к спикерам или вопросы для свободного обсуждения. Важно оставить время для свободной дискуссии, чтобы участники могли высказать свои мнения, примеры из жизни, предложения по организации школьной жизни.

Дискуссию полезно разнообразить отрывками из фильмов, видеороликами, где поднимается сходная проблематика, визуализировать презентацией, использованием современных онлайн-технологий. Так, например, с помощью программы Focus можно провести мгновенный онлайн-опрос и узнать мнение большинства участников дискуссии на тот или иной вопрос, а сайт mentimeter.com позволяет собрать различную обратную связь от аудитории в режиме реального времени. Такие приемы создают новую грань обсуждения, позволяют оживить дискуссию, повышают включенность и причастность ее участников к обсуждаемой теме. Эти технологии полезно освоить с подростками заранее. Также полезно будет заранее потренировать с ведущими и спикерами дискуссии умение подводить итоги, резюмировать, обобщать и кратко формулировать основную мысль, тезисно обозначать свою позицию для итогов дискуссии.

В зависимости от обсуждаемой темы и активности участников итогом дискуссии может стать программа конкретных действий, договор в классе, план классного или общешкольного мероприятия и т. п. Важно, чтобы эти договоренности были поддержаны педагогами школы и реализованы. При этом важно помнить, что однозначного итога у дискуссии может не быть, однако результатом может стать расширение понимания участниками тематики дискуссии, осознание плюрализма мнений и взглядов. Поэтому в конце предполагается рефлексия всех участников независимо от их активной или пассивной роли в ходе дискуссии. Рефлексия может проводиться в свободной форме «открытого микрофона» или с применением специальных технологий групповой рефлексии.

Отдельно педагогу обязательно провести рефлексию и анализ проведенной дискуссии с активными организаторами: что получилось, что было недоработано, что учесть в организации проведения следующей дискуссии, как усовершенствовать технологию дискуссионной площадки в школе.

Поскольку активность реализуют сами подростки, содержательные и организационные моменты создания дискуссионной площадки в школе «Мне важно» могут меняться, трансформироваться под конкретные условия и под влиянием конкретной инициативы.

АКЦИЯ «СТАНЬ ГЕРОЕМ КОМИКСОВ»

Цыс А. М.

Целевая аудитория: учащиеся 5–9 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- изучение проблемы буллинга и понимание принципов борьбы с ним,
- осознание уровня ответственности за младшие классы,
- сплочение коллектива в противостоянии с травлей в школе,
- возможность стать примером для подражания,
- осознание возможности что-то менять не только в своей жизни;

Б) для целевой аудитории:

- возможность проявить себя и заявить о себе,
- профилактика травли,
- знакомство с созданием комиксов,
- понимание, как поступать в случае травли.

Время, необходимое на подготовку: несколько часов.

Время, необходимое на проведение: несколько часов.

Вспомогательные материалы: бумага, ватман, маркеры, цветной принтер.

Краткое описание идеи:

Ученик, который стал жертвой буллинга, имеет возможность поделиться своей ситуацией, обсудить ее с психологом и учениками старших классов и вместе с ними проработать пути решения данной ситуации. Ученику предлагается создать комикс с возможным решением ситуации буллинга. В его распоряжение предоставляется библиотека с различными кейсами и возможными решениями.

План подготовки:

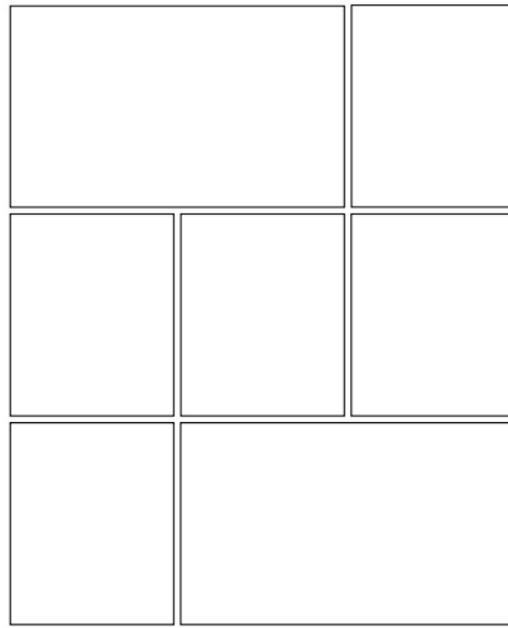
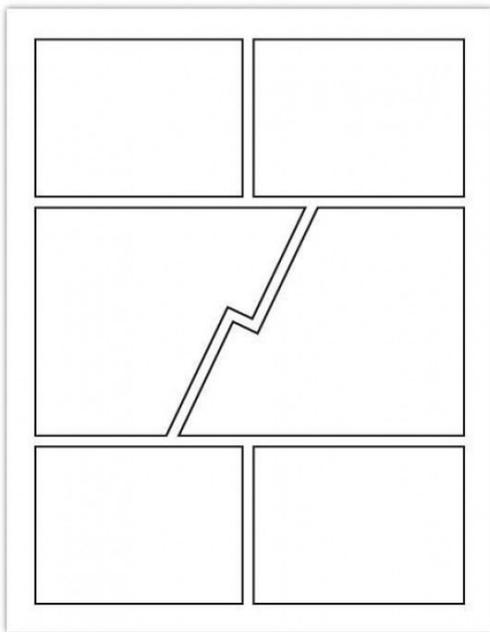
Инициативной группе и психологу ознакомиться с методикой создания комиксов, подобрать подходящее ПО, найти инициативного и ответственного художника.

Подробное описание:

1. Собрать инициативную группу и рассказать про проект.
2. Обсудить с группой тему буллинга, его причины и виды, а также способы с ним справиться.
3. Опробовать формат на случаях из жизни инициативной группы (когда и как они сталкивались с буллингом).
4. Найти способы разрешения конфликта, прекращения травли вместе с психологом.
5. Воплотить это в комикс: сначала зарисовка на бумаге, затем создание комикса.
6. Показывать комикс команды младшим классам как кейс для решения.
7. Подвести итоги.

Приложение

Шаблон для создания комикса
(сохранить как рисунок)



ДИСКУССИОННЫЙ ЧИТАТЕЛЬСКИЙ КЛУБ «КАЛЕЧИНА-МАЛЕЧИНА» (ПО РОМАНУ ЕВГЕНИИ НЕКРАСОВОЙ)

Чазова С. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–6 классов.

Организаторы: учащиеся 8–9 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- развитие организаторских способностей,
- формирование критического мышления на основе оценки литературного текста,
- проектирование ценностей семьи и позитивных воспитательных методик;

Б) для целевой аудитории:

- осознание ценности каждого в команде,
- оценка качеств настоящих друзей,
- формирование командного единения класса,
- мотивация к чтению.

Время, необходимое на подготовку: 2 недели для прочтения произведения и распределения ролей при проведении мероприятия.

Время, необходимое на проведение: 1 час.

Вспомогательные материалы: стулья по количеству участников мероприятия, экран для трансляции видеороликов — творческих работ участников, флипчарт, набор стикеров разных цветов с письменными принадлежностями, распечатанные изображения главных действующих лиц произведения, памятные призы для создателей роликов и активных участников мероприятия.

Для мероприятия готовится книжная экспозиция: во главе — обсуждаемое произведение Е. Некрасовой «Калечина-Малечина» и еще около десяти книг на тему буллинга, взаимоотношений в школе, подростковых проблемах. Книги должны быть физически доступны участникам, чтобы их можно было полистать, оценить.

Место проведения: информационно-библиотечный центр с небольшим пространством для активностей, рассадкой на стульях (ВАЖНО: не за столами).

Краткое описание идеи:

Обсуждение персонажей и сюжетов книги Е. Некрасовой «Калечина-Малечина». Проведение аналогий из книги с существующей реальностью. Подведение к идее, что каждый из нас уникален и обладает особенностями и талантами, важно их видеть и уважать.

План подготовки:

1. За 15–20 дней до мероприятия организаторы знакомятся с произведением Е. Некрасовой «Калечина-Малечина». Встречаются с классами участников мероприятия: приглашают и показывают книгу для обсуждения, предлагают заранее прочитать, при желании сделать буктрейлер (индивидуальное либо групповое творчество).

2. За 7–10 дней до мероприятия организаторы распределяют роли для проведения, ищут портреты персонажей для итогового обсуждения (можно нарисовать самостоятельно при наличии художника), распечатывают их на листах А4.
3. За день до мероприятия в помещении информационно-библиотечного центра распределяют зоны обсуждения и активности. Приносят флипчарт, необходимое количество стульев и другие материалы.

Подробное описание:

Организаторы делятся на ведущих (юноша и девушка), помощников (работа с реквизитом, контроль за временем — 1–2 человека) и «инсайдеров», которые находятся рядом с участниками (помощь участникам при работе с заданиями, подают пример в активностях и т. д. — 2–3 человека).

1. Введение

Ведущие: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы продолжаем знакомство с современными произведениями отечественных авторов. И произведение, а главное, тема, о которой нам важно поговорить сейчас с вами по душам, — книга молодого автора Евгении Некрасовой "Калечина-Малечина". Приглашаем вас подумать, может ли такое произойти в нашей школе и, если это возможно, как каждому из нас действовать в похожей ситуации. Мы предлагали прочесть эту замечательную книгу. Кто это сделал, поднимите, пожалуйста, руки. Молодцы! Давайте начнем с небольшой разминки».

2. Игра «Стулья»

Класс встает лицом в круг. Перед каждым стоит стул. Стулья наклоняются на игроков так, чтобы опора оставалась только на две задние ножки, каждый держит стул за спинку. Ведущий произвольно проговаривает текст (о замечательной погоде, о том, как он собирался в школу, о любви к чтению, о том, как он занимается хобби — неважно. Это должен быть связный текст). По хлопку ведущего все игроки должны сделать шаг влево, но так чтобы успеть поддержать спинку стула соседа слева, чтобы стул не приземлился на все четыре ножки. Если стул встал, игрок, не успевший подхватить спинку, выходит из игры, а стул убирается. Помощники в кругу следят за падением стульев и называют выбывающих. Постепенно круг сужается, но расстояние между стульями становится больше. Игра продолжается, пока не останется несколько играющих, у которых стулья не падают на протяжении 3–4 хлопков. Цель игры — дать понять, как важна команда и чувство соседа.

После проводится обсуждение, что было самое важное в игре.

3. Сценка из книги

Ведущие представляют своих героев и читают отрывок из второй главы «У доски» (учительница, Катя, Лара).

Ведущие: «Ребята, мы послушали отрывок. У нас есть вопросы, и нам важно ваше мнение».

Вопросы для коллективного обсуждения:

- Как вы считаете, могло бы это происходить в вашем классе?
- Если бы учительница вашего класса так же поступила с кем-нибудь, как с Катей, что бы вы чувствовали?
- Почему учительница так поступила?
- Как можно оценить поступок Лары?

4. Продолжение чтения

Ведущие: «Продолжим обсуждение книги. В классе жизнь у Кати не налаживалась. И тогда судьба познакомила Катю с очень необычным персонажем». Зачитывается окончание пятой главы, где Катя встречает кикимору.

5. Игра «Калечина!»

Ведущие: «Предлагаем поиграть в игру "Калечина!"».

Участники закрывают глаза и начинают ходить по комнате, выставив перед собой руки в защитной позе. Ведущий прикасается к плечу одного из участников, который становится Калечиной. Калечина открывает глаза, но с этого момента не имеет права разговаривать. Все остальные ходят по комнате с закрытыми глазами. При встрече они спрашивают друг друга: «Ты — Калечина?». Если кто-то не получает ответа, это значит, что ему выпало неслыханное счастье — встретить на своем пути Калечину. Он кладет руки на плечи Калечины и идет за ним, открыв глаза. С этого момента он тоже должен молчать. Если встречаются два «обычных» игрока, на вопрос: «Ты — Калечина?» оба отвечают: «Малечина!» — и оба продолжают дальнейшие поиски. Игра заканчивается, когда все игроки нашли Калечину и выстроились за ней цепочкой.

6. Хобби

Ведущие: «Ребята, кто помнит, как помогла кикимора Кате?» Дети отвечают. Если нет ответа, зачитывается отрывок о вязании.

Ведущие: «Ребята, кто умеет вязать? Кто вас этому учил? Что уже связали? Какие хобби еще помогают сделать интересные красивые вещи? А в классе вы обсуждаете то, чем занимаетесь вне школы?»

Участники отвечают.

Ведущие: «Вы рассказали нам об очень интересных хобби. Именно они помогают стать уникальными, проявить свой талант, сделать нужные вещи своими руками. Мы все такие разные, у нас разные хобби, но тем мы и интересны друг другу».

7. Счастливый конец

Ведущие: «Среди нас есть те, кто читал, и те, кто пока не читал книгу. Кстати, вы хотите узнать, что произошло дальше? (*Дети отвечают.*) Давайте и сейчас проявим свой талант и попробуем самостоятельно сочинить самый лучший конец романа. Для этого мы разделимся на команды (*три или четыре — зависит от количества участников. В каждой команде должно быть по 5–6 человек. Важно, чтобы в каждую команду попал тот, кто уже прочитал книгу*) по цвету самоклеящихся бумажных блоков (желтые/розовые/зеленые/голубые). На нашей доске представлены портреты главных персонажей романа: Катя, Лара (подруга), мама Кати, папа Кати, учительница, кикимора (*если проводить обсуждение без*

прочитавших, то можно оставить персонажей, о которых читали и говорили в ходе мероприятия). Для каждого персонажа возьмите по два листочка. На одном листке опишите прилагательными личные качества, какими представлен каждый персонаж (2–3 слова), на другом листке напишите прилагательные — личные характеристики, какими станут персонажи, если вы придумаете роману самый счастливый конец».

Время работы по группам — 5–7 минут.

Ведущие: «А сейчас давайте представим на доске ваши варианты».

Работа с флипчартом в формате канбан-доски. Каждый персонаж имеет свой столбец, где вверху приклеивается портрет. Подписанные листочки «было — стало» будут размещаться в столбцах под портретами слева направо, между листочками можно нарисовать стрелку («→») для наглядности.

Происходит представление от каждой команды с итоговым обсуждением:

- Что совпало у многих?
- В чем есть разница и почему?
- Какие качества человека важны для счастливого конца этой книги?

Ведущие: «Нам кажется вы все замечательно поработали и теперь точно представляете, как должны относиться к своим близким, учителям и одноклассникам. Давайте друг другу похлопаем!»

8. Завершение

Ведущие: «Ребята, мы провели встречу по замечательной книге Евгении Некрасовой "Калечина-Малечина". Мы награждаем ребят за проделанную работу по созданию буктрейлеров. И надеемся, что вы и дальше будете делиться с нами своими мыслями о прочитанном. (*Награждение, аплодисменты.*). Также мы награждаем самых активных участников мероприятия. (*Награждение, аплодисменты.*). Мы предлагаем вам выбрать книги с выставки и почитать их. Спасибо всем за внимание и неравнодушие!»

ОТКРЫТАЯ СТУДИЯ «СТОП, ТРАВЛЯ!»

Чертолыс В. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 10–11 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- формирование и развитие ораторского искусства,
- умение эффективно коммуницировать с группой сверстников,
- развитие навыков удерживания внимания малой аудитории;

Б) для целевой аудитории:

- индивидуализация,
- формирование доверительных отношений с группой сверстников,
- развитие навыков эмпатии,
- преодоление своих страхов через позитивное взаимодействие со сверстниками.

Время, необходимое для подготовки: 7 дней.

Время, необходимое для проведения: 1 час (оптимально), 1 час 20 минут (максимально).

Вспомогательный материал: цветные флаеры, компьютер, проектор, стулья, парты, аудиосистемы.

Краткое описание идеи:

Форма проведения активности — конференция-дискуссия: эксперты, зрители, слушатели конференции участвуют в совместном обсуждении проблемы буллинга в подростковой среде с помощью интерактивного голосования, высказывают свое мнение по данной проблеме на примере ситуаций.

План подготовки:

1. Определить двух ведущих конференции.
2. В интеграции с психологом сформулировать обсуждаемые ситуации.
3. Определить экспертный состав (учителя — до 4 человек) и участников конференции (учащиеся 10–11 класса — до 4 человек).
4. Пригласить активную публику (учащихся 9 классов).
5. Подготовить раздаточный материал.

Подробное описание:

1. Просмотр социального ролика «ТРАВЛИ.NET» (<https://youtu.be/dnllkQPa8c8>)
2. Активное обсуждение ролика с участниками конференции

Ведущие предлагают обсудить:

- Знакома ли участникам такая ситуация?
- Как распознать травлю?
- Всегда ли можно распознать ситуацию травли?

Участники приводят примеры.

3. Проработка ситуаций

Приглашенные гости открытой студии, находящиеся за столами, получают формуляр с ситуацией и варианты решения (Приложение).

Гости выбирают вариант ответа, обсуждая в группах, слушатели в зале голосуют за номер ответа разноцветными флаерами. Ситуация и варианты ответов имеют разный цвет и демонстрируются на экране.

Помощники собирают флаеры и фиксируют результаты на экране монитора.

Эксперты комментируют приемлемый вариант ответов после озвучивания участниками своих вариантов с аргументами.

4. Итоги, закрепление

Ведущие предлагают вопросы для обсуждения:

- Что такое буллинг?
- Какие участники присутствуют в буллинге?
- Всегда ли можно распознать травлю это или нет?
- Что можно сделать?

Приложение

Ситуации для анализа

Ситуация № 1

Саша в возрасте 7 лет переехала с родителями из Казахстана в Россию. Сейчас она учится в 9 классе, но уже с детского сада она постоянно попадала в ситуации социального ограничения. Раньше ее притесняли прежде всего несколько девочек, сидящих за соседними партами, но она при этом всегда находила общий язык с мальчиками. Но сейчас уже никто в классе не хочет иметь с ней дела. Часто она чувствует, что с ней обращаются как с пустым местом. Недавно прошло спортивное мероприятие, в котором участвовали все ребята и о котором ничего не знала только Саша. Она хорошо играет в волейбол, но никто не предлагает ей принимать участие в турнирах.

Вы считаете, что...

1. Проблема Александры заключается в том, что она не умеет находить общий язык с одноклассниками. Пусть меняется.
2. В классе происходит травля, и Александре самой не справиться, нужна помощь взрослых.
3. Не следует обращать внимание на ситуацию: самодостаточность и умение не поддаваться на провокации — это путь сильных.

Ситуация № 2

Дима перевелся в школу с углубленным изучением отдельных предметов из школы по месту жительства, где с ним училось много детей его национальности, поэтому ему трудно. Несмотря на то, что он подружился со всеми, новые одноклассники рассказывают анекдоты про его народ, прибегают к оскорбительным прозвищам,

допускают некорректные высказывания, не задумываясь, что Дима — тоже представитель этого народа.

Вы считаете, что...

1. Дмитрию нужно вернуться в старую школу.
2. Не стоит обращать внимание, поскольку это не влияет на положение Дмитрия в классе.
3. Дмитрию стоит открыто заявить о том, что он требует уважительного отношения к народу, к которому принадлежит и он.

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ «ВЗГЛЯД СО ВСЕХ СТОРОН»

Чистова В. К.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса (10–11 лет).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- закрепление практического навыка работы в коллективе школьников,
- формирование продуктивных способов общения с учащимися,
- развитие коммуникативных навыков,

Б) для целевой аудитории:

- формирование положительного восприятия окружающих,
- осознание, что все люди разные, у каждого свой взгляд, свое мнение,
- развитие готовности понимать, принимать и учитывать мнение одноклассников.

Время, необходимое на подготовку: 1-2 дня.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: пространство (учебный кабинет), простые и цветные карандаши, карточки «Каракули», магниты (по количеству участников).

Краткое описание идеи:

Стимуляция учащихся к осознанию, что все люди разные, у каждого свой взгляд, свое мнение. Выполнение упражнения «Каракули», направленного на формирование положительного восприятия окружающих и готовности понимать, принимать мнение одноклассников.

План подготовки:

1. Совместно со службой школьной медиации организовать анкетирование учащихся 5 классов «Конфликтный ли вы человек?» (профилактика конфликтного поведения).
2. Совместно с подростками обозначить одну из причин возникновения конфликтов в классе (неумение принимать и учитывать интересы, мнение других).
3. Провести мозговой штурм на определение упражнений, способствующих формированию положительного восприятия окружающих и готовности понимать, принимать мнение других.
4. Подготовить необходимые материалы и инструменты, распечатать карточки «Каракули» по количеству учащихся в 5 классе и четыре дополнительных для демонстрации на доске.

Подробное описание:

1. Приветствие (5 минут)

Знакомство с ведущим (участником службы школьной медиации)

2. Создание проблемной ситуации — 5 минут

На школьной доске подросток-ведущий размещает четыре карточки «Каракули». Картинки повернуты в разные стороны: вверх, вниз, влево, вправо (Приложение).

Ведущий: «Посмотрите внимательно на эти карточки. Как вы думаете, как правильно расположить карточку, чтобы увидеть какой-то образ, найти что-то знакомое?»

Учащиеся предлагают свои варианты. Ведущий акцентирует внимание школьников на том, что сейчас ребята не могут уверенно сказать, есть ли здесь один единственный верный вариант ответа.

Ведущий: «Давайте подумаем, какой образ можно здесь увидеть?»

Учащиеся предлагают свои варианты. Ведущий опять акцентирует внимание школьников на том, что единого вариант ответа нет.

3. Выполнение упражнения «Каракули» — 10 минут

Ведущий: «Предлагаю сейчас каждому расположить карточку, так как вы считаете правильным, и дорисовать в ней то, что считаете нужным. Добавьте рисунку цвета карандашами. Попробуйте дать ему название».

Учащиеся прорисовывают детали образов и раскрашивают картинки.

4. Обсуждение рисунков — 15 минут

Ведущий: «Предлагаю посмотреть, что же у нас получилось. Каждый будет выходить к доске и рассказывать про свой рисунок».

Учащиеся презентуют свои работы.

Ведущий: «Давайте устроим выставку ваших работ».

Учащиеся с помощью магнитов закрепляют свои работы на доске.

Ведущий: «Обратите внимание, какие образы в рисунке нашел ваш сосед по парте, одноклассники? Как они расположили рисунок, чтобы увидеть в нем образ? Какой вывод мы можем сделать?»

Учащиеся предлагают свои варианты.

5. Вывод — 5 минут

Ведущий: «Действительно, все мы разные, у каждого свой взгляд, свое мнение. Необходимо принимать и учитывать мнение одноклассников. Тогда мы можем посмотреть на ситуацию с разных сторон, предложить различные варианты ее решения, придумать больше креативных идей. Ведь как было бы скучно, если бы все думали одинаково».

6. Рефлексия — 5 минут

Приложение

Карточка «Каракули»

ТРЕНИНГ «МЫ ВМЕСТЕ»

Чубарова В. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- понимание проблем людей с ограниченными возможностями здоровья,
- формирование активной социальной позиции,
- формирование жизненных ценностей и приоритетов,
- становление личности подростков;

Б) для целевой аудитории:

- понимание, что такое инвалидность,
- понимание проблем людей, имеющих инвалидность,
- формирование навыков общения с людьми с ограниченными возможностями здоровья и помощи им.

Время, необходимое на подготовку: 1–2 часа.

Время, необходимое на проведение: 1 час 30 минут.

Вспомогательные материалы: электронная доска, видеоматериал или фотографии на заданную тему, шарфы или платки (10–15 шт.), непрозрачные мешочки и предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры, пластмассовые буквы и цифры, канцелярские товары, пуговицы и др. — 10–15 шт.), звукоизолирующие наушники (строительные, компьютерные и др. — 5–10 шт.), строительные конусы (3–4 шт.), веревка, нарезанная по 60 см (10–15 шт.), кожаные перчатки (2–3 пары), инвалидная коляска, материал из Приложения по одному листу каждой темы на участника.

Краткое описание идеи:

Обучающимся предлагается поучаствовать в игре-тренинге. В проведении мероприятия помогают старшеклассники.

Можно использовать материал для трех занятий по 45 минут, а также можно объединить весь материал в одно занятие на полтора часа (выбрать некоторые упражнения из предложенных вариантов).

На данном занятии дети приобретают знания о препятствиях, встречающихся на пути человека с ограниченными возможностями здоровья. В процессе занятия у детей формируются навыки общения с людьми с ограниченными возможностями здоровья.

Для проведения мероприятия используется класс, а также прилегающий к нему холл или коридор. Учащиеся обсуждают предложенные темы и выполняют упражнения-задания, сидя в кругу, разбиваясь на пары, а также сидя за столами. После участия в играх и выполнения всех заданий ребята выполняют заключительное задание, на котором принимают решение, что в жизни человека с ограниченными возможностями здоровья каждый важен.

План подготовки:

1. За неделю до мероприятия классный руководитель проводит тематический классный час.

2. За день до игры-тренинга организаторы прорабатывают все этапы, подготавливают необходимый стимульный материал.
3. В день проведения игры организаторы готовят класс (сдвигают парты, в центр ставят стулья), а также подготавливают холлы школы или коридор, если решено их использовать.

Подробное описание:

1. Начало занятия

Все учащиеся собираются в классе. Стулья расставлены по кругу. Дети садятся лицом друг к другу. Ведущий и учащиеся старших классов представляются и задают вопросы.

Ведущие: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы поговорим об особенных людях. Эти люди стали особенными вследствие заболеваний, несчастных случаев, а кто-то из них имеет особенности развития с рождения. Вы догадались, что это за люди? Да, это люди, которые имеют инвалидность, люди с ограниченными возможностями здоровья».

На слайде — фотографии взрослых, а затем и детей в инвалидных колясках.

Ведущие: «Люди с инвалидностью не могут самостоятельно передвигаться, кто-то из них не видит, кто-то не слышит и не может говорить. Они не могут самостоятельно позаботиться о себе и часто нуждаются в нашей помощи и защите. Скажите, пожалуйста, вы когда-нибудь встречали особенных людей? Расскажите нам о таких встречах».

Дети рассказывают о своем опыте встречи с людьми с ограничениями в здоровье.

Вопросы ведущих:

- Ребята, какие чувства вы испытывали при встрече с такими людьми?
- Чем вы пытались им помочь?
- Какие ограничения в здоровье вы знаете? (Ограничение движения, слуха, зрения, мелкой моторики, отсутствие конечностей)

Ведущие: «Очень часто окружающие не замечают людей с инвалидностью или не хотят их замечать, боятся подойти и улыбнуться, боятся даже посмотреть на них. Сегодня мы с вами попробуем понять трудности, с которыми сталкивается человек с инвалидностью: каково это, когда ты не можешь самостоятельно встать, не можешь взять в руки нужный тебе предмет, не видишь солнца, голубого неба, не слышишь, не можешь читать и писать».

2. Тема № 1. Люди с нарушением зрения

Цель — предоставить детям возможность пережить опыт зрительной депривации.

Во время выполнения упражнений учащиеся осознают, какое значение имеет зрение для человека; как тяжело слепым и слабовидящим людям выполнять простые задачи, которые для зрячего человека не вызывают особых трудностей. Упражнения из этого раздела формируют умение выстраивать пути взаимодействия со слепыми и слабовидящими людьми.

Ведущие: «Ребята, нам часто встречаются люди, у которых нарушено зрение: они носят очки. Но есть и полностью слепые люди, которым очки уже не помогают».

Ведущий задает вопросы:

- Что чувствуют эти люди?
- Как они могут понять, что за предметы их окружают, в какую сторону им надо идти?
- Кто им помогает? (Собака-поводырь, окружающие люди)

Для проведения первых двух упражнений — «Слепой и поводырь» и «Что это за предмет?» — класс можно разделить на две группы.

Упражнение «Слепой и поводырь»

Дети делятся на пары. Одному из детей завязывают глаза. Далее возможно два варианта.

Вариант 1: ученика с завязанными глазами раскручивают, что бы он потерял ориентир, а затем предлагают самостоятельно найти выход из класса (старшеклассникам необходимо страховать учеников с завязанными глазами).

Вариант 2: ученик, выполняющий роль поводыря, должен провести первого через расставленные препятствия.

Упражнение «Что это за предмет?»

Ребенку с завязанными глазами предлагается мешочек с предметами, фигурками. Ученик должен на ощупь определить, что это за предмет.

«Таблица Брайля»

На листе бумаги распечатан алфавит Брайля.

Ведущие: «Ребята, в 1824 году француз Луи Брайль придумал специальный рельефно-точечный шрифт, чтобы слепые люди могли читать. Давайте узнаем, как невидящие люди могут читать».

Детям показывают алфавит Брайля (Приложение 1), кратко рассказывают, что каждой букве соответствует свой шифр из точек.

Ведущий предлагает, используя таблицу Брайля, составить послание всем невидящим людям. Ученики составляют (рисуют точки, в соответствии с алфавитом) послание «Мы вместе!».

Рефлексия блока

- Что вы чувствовали, когда двигались с завязанными глазами?
- Трудно ли было вести товарища?
- Трудно ли было передвигаться в полной темноте?
- Трудно ли было узнавать предметы на ощупь?
- Справились ли вы с задачей написать послание?

2. Тема № 2. Люди с нарушением слуха

Цель — предоставить детям возможность пережить опыт слуховой депривации.

Во время выполнения упражнений учащиеся осознают, какое значение имеет слух для человека; как тяжело глухим и слабослышащим людям. Упражнения из этого раздела формируют понимание значения слуха в жизни человека и умение выстраивать пути взаимодействия с глухими и слабослышащими людьми.

Ведущие: «Ребята, нам часто встречаются люди, у которых нарушен слух — они носят специальные слуховые аппараты. Но есть и полностью глухие люди».

Ведущий задает вопросы:

- Что чувствуют эти люди?
- Как они могут жить и не слышать звуков?
- Как они учатся говорить?

Упражнение «Что вы слышите?»

В течение 1 минуты учащиеся должны слушать и запоминать окружающие звуки, а затем рассказать, что они услышали.

После этого ведущий проводит обсуждение, как прекрасно слышать звуки: пение птиц, шелест листьев, звук падающего водопада или журчание ручья.

Упражнение «В полной тишине»

Детям предлагают надеть строительные звукоизолирующие наушники и попытаться по губам отгадать, что им говорят (можно использовать наушники, беруши; можно просто прикрыть слуховые проходы руками и по губам ведущего определить фразу).

«Жестовый язык»

Ведущие: «Ребята, когда человек с рождения глухой, то научиться говорить — это большой труд. Ведь ребенок не слышит звуки, которым надо подражать и которые надо повторять за мамой. Существует жестовый язык, он очень сложный. Жестовый язык — это самостоятельный язык, который люди с нарушением слуха используют для общения.

Детям предлагается ознакомиться с дактильной азбукой (Приложение 2), с помощью таблиц поздороваться, попрощаться, сказать спасибо, показать слова «мама», «папа», «бабушка», «дедушка», составить фразу: «Мы вместе!».

Рефлексия блока

- Какое место занимают в жизни человека звуки окружающего мира?
- Для чего они нам нужны?
- Какие звуки любите вы?
- Что вы чувствовали, когда не слышали обращенной к вам речи?
- Трудно ли было узнавать слова по губам?
- Трудно ли было показывать буквы и слова с помощью дактильной азбуки?

3. Тема № 3. Люди с нарушением движения

Цель — предоставить детям возможность пережить опыт двигательной депривации.

Во время выполнения упражнений учащиеся осознают, какое значение имеет движение в жизни человека, как тяжело приходится людям, которые не имеют одной из конечностей, и людям, которые имеют проблемы с движением или

используют инвалидные коляски. Упражнения из этого раздела помогают учащимся осознать проблемы людей, испытывающих трудности при передвижении, и формируют умение выстраивать пути взаимодействия с такими людьми.

Ведущие: «Ребята, сегодня мы можем увидеть на улице или в магазине человека, который передвигается на инвалидной коляске. Такие люди не могут самостоятельно ходить. Некоторые также не могут брать и передавать предметы. У некоторых может отсутствовать от одной до всех четырех конечностей».

Для проведения первых двух упражнений — «Узелок» и «Перчатки» — класс можно разделить на две группы.

Упражнение «Узелок»

Учащимся предлагается завязать узелок одной рукой (вторая рука привязывается шарфом или платком к туловищу, можно использовать зубы и ноги для удержания веревки).

Упражнение «Перчатки»

Ведущие: «Многие люди имеют проблемы с мелкой моторикой рук. Я предлагаю вам ощутить, что чувствуют люди с такими проблемами».

Детям предлагают надеть кожаные перчатки и в этих перчатках:

- застегнуть пуговицы на пиджаке,
- взять швейные нитки, отмотать нить, отрезать, взять иголку в другую руку и вставить в ушко иглы нить.

Упражнение «Инвалидная коляска»

Упражнение может быть выполнено, если у организаторов мероприятия есть возможность принести в учреждение инвалидную коляску.

Детям предлагается ознакомиться с проблемами человека, использующего инвалидную коляску:

- сидя на коляске, необходимо проехать по коридору, не задевая заранее расставленные конусы;
- сидя на коляске, необходимо самостоятельно заехать на импровизированный бордюр.

Рефлексия блока

- Ребята, расскажите, что вы чувствовали, когда вы могли работать только одной рукой? Кто смог справиться с поставленной задачей, легко ли вам было?
- Ребята, расскажите, что вы чувствовали, когда вам надо было в перчатках отмотать нитку и вставить ее в иголку? Кто смог справиться с поставленной задачей легко ли вам было?

4. Завершение

Ведущие: «Сегодня мы с вами познакомились с проблемами людей и детей с ограниченными возможностями здоровья. Как вы считаете:

- Ребята с проблемами в здоровье чем-то отличаются от вас, они по-другому думают, чувствуют?
- Легко ли им живется?
- Как они могут самостоятельно ухаживать за собой?
- Трудно ли оказывать помощь нуждающемуся?
- Чем мы можем помочь людям с инвалидностью? (*Взять за руку, проводить, проявить заботу и понимание*)
- Кто может прийти на помощь людям с проблемами в здоровье?
- Кто важен в жизни человека с инвалидностью?

Заключительное упражнение

Учащимся раздаются листы бумаги А4. Ведущий предлагает всем присутствующим обвести ладонь.

Вариант 1. «Рука помощи»

Ведущие: «Ребята, сейчас каждый из вас протянет руку помощи человеку с проблемами в здоровье. На изображении своей ладони напишите, чем вы можете помочь людям с инвалидностью».

Вариант 2. «Пять моих положительных качеств»

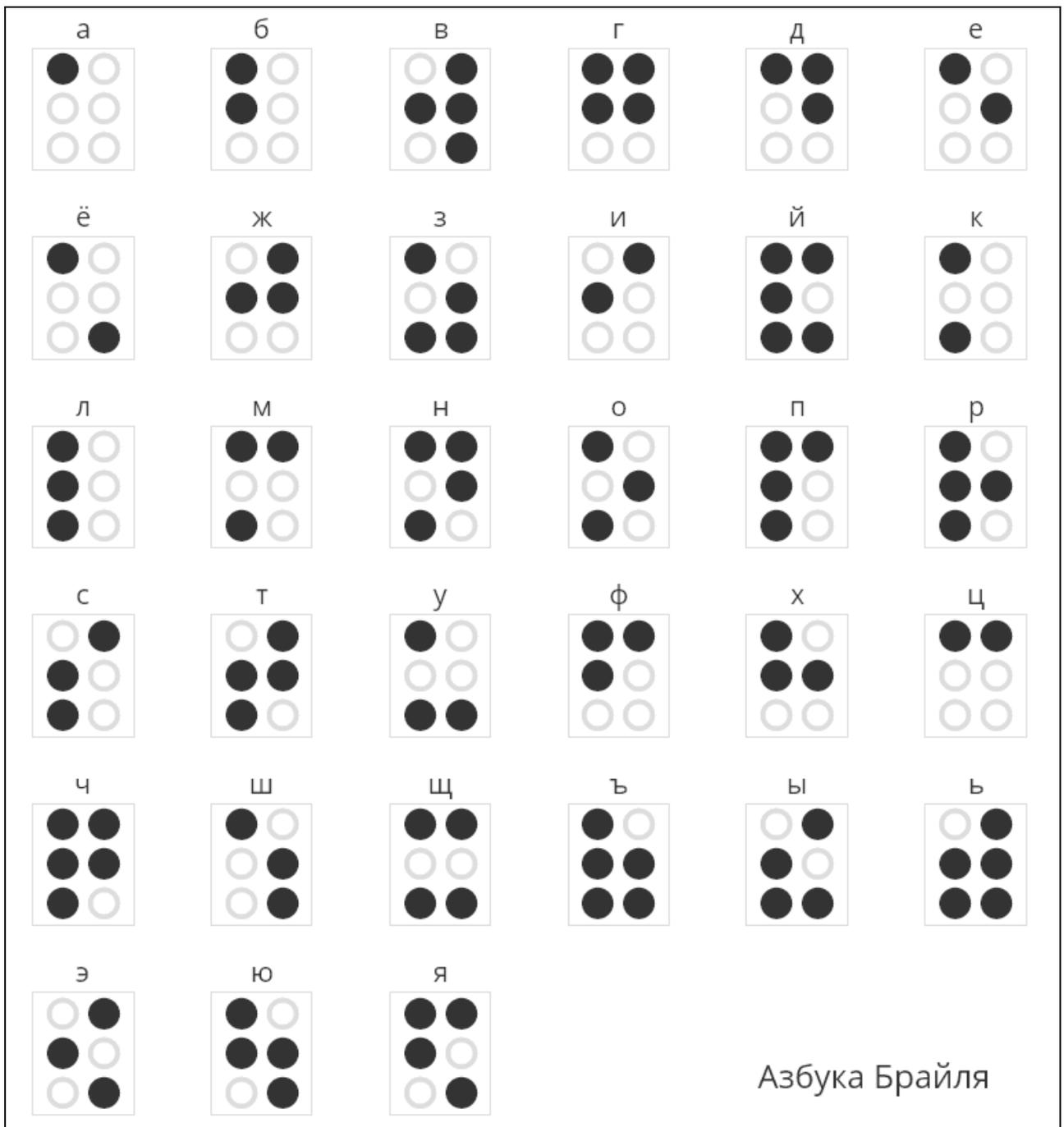
Ведущие: «Ребята, сейчас на изображении своей ладони, на каждом из пяти пальцев напишите качества, которые помогают нам при общении с особенными людьми».

Ладони вырезаются и наклеиваются на листок ватмана по кругу (в виде солнца).

Заключительные слова ведущего

Ведущие: «Ребята, необходимо помнить о трех составляющих при общении с особенными людьми: понимание, уважение, помощь! Относитесь человеку с инвалидностью как к самому себе, уважайте его как своего родного человека, будьте вежливы, спокойны и доброжелательны. Дайте особенному человеку почувствовать, что вы его понимаете, что вы его принимаете, что вы вместе с ним!»

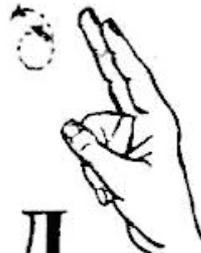
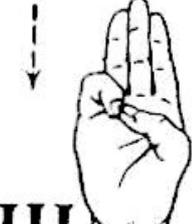
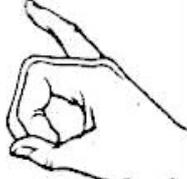
Приложение 1



Приложение 2

Дактильная азбука

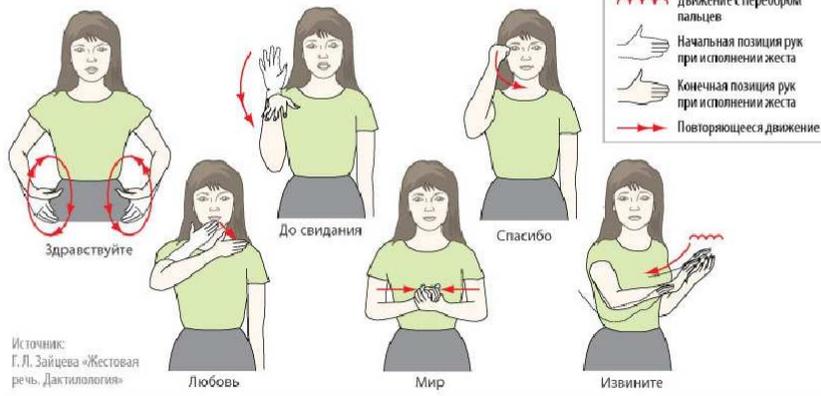
В русской дактильной азбуке 33 знака (дактиля), как и в алфавите.

| | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  А |  Б |  В |  Г |  Д |  Е |
|  Ж |  З |  И |  Й |  К |  Л |
|  М |  Н |  О |  П |  Р |  С |
|  Т |  У |  Ф |  Х |  Ц |  Ч |
|  Ш |  Щ |  Ъ |  Ы |  Ь |  Э |
|  Ю |  Я | | | | |

Жестовый язык

Глухие и слабослышащие люди общаются с помощью жестов

Всего насчитывается около 2 000 жестов. Ниже показаны некоторые из них, часто используемые в общении



Источник:
Г. Л. Зайцева «Жестовая
речь. Дактилология»

РИАНОВОСТИ © 2010

www.rian.ru

| 8 СЕМЬЯ | | | |
|----------|----------|----------|-----------|
| | | | |
| мужчина | женщина | мальчик | девочка |
| | | | |
| отец | мать | сын | дочь |
| | | | |
| дедушка | бабушка | брат | сестра |
| | | | |
| близнецы | муж-жена | тетя | дядя |
| | | | |
| семья | ребенок | родители | наследник |

ИГРА НА СПЛОЧЕНИЕ «ДОРОГОЮ ДОБРА»

Шамшура А. М.

Целевая аудитория: учащиеся 5–7 классов.

Ожидаемый эффект:

- сплочение учащихся,
- получение подростками-организаторами опыта наставничества.

Время, необходимое на подготовку: 4 дня.

Время, необходимое на проведение: 2 урока по 45 минут.

Вспомогательные материалы: проектор/электронная доска, шарфы/платки/повязки, прочий реквизит.

Краткое описание идеи:

Данная активность разработана для учащихся 5 классов с целью сплочения коллектива. Формат активности — квест-игра. Задания и кейсы разрабатываются и тестируются учащимися старших классов (8–10 классы).

План подготовки:

1. Организуется занятие с учащимися 8–10 классов.
2. Совместно разрабатывается идея по организации антибуллинг-активности для учащихся 5 классов (цель, задачи, форма проведения).
3. Разрабатывается план подготовки и реализации проекта.
4. Распределяются роли (подготовка заданий, реквизитов, прочих материалов для реализации).
5. Осуществляется групповая разработка проекта.
6. Проводятся занятия с учащимися 5 классов (по одному занятию на один класс).

Подробное описание:

1. Подготовка к занятию

Перед началом занятия один ведущий и два тьютора (учащиеся старших классов) надевают бейжи со своими именами, чтобы учащимся младших классов было удобно и просто к ним обращаться, подготавливают необходимый реквизит, настраивают технику.

2. Приветствие

Ведущие: «Здравствуйте, наши дорогие пятиклассники, мы приветствуем вас на мероприятии "Дорогою добра". Сейчас мы вместе с вами отправимся в небольшое путешествие в замок добра, где вы познакомитесь с самыми добрыми и отзывчивыми людьми на планете. Но чтобы добраться в это волшебное место, вам нужно преодолеть различные препятствия. Вам предстоит пересечь на плотках беспокойную реку, победить капризную погоду, пройти через густой лес, перейти через обрыв. Я и мои товарищи обязательно поможем вам, если возникнут трудности. Готовы? Тогда самое время поприветствовать друг друга!»

На экране появляется слайд с надписью «Привет, я рад тебя видеть».

Ведущий: «Ребята, встаньте все, пожалуйста, в круг. Каждый из вас за то время, пока играет музыка, должен успеть поздороваться за руку с максимальным количеством одноклассников. Обязательно нужно это сделать доброжелательно, глядя друг другу в глаза, назвать имя товарища и пожелать что-то приятное или вдохновляющее».

Включается позитивная музыка, ребята выполняют задание.

Ведущий: «Какие же вы молодцы, вы такие дружные и вежливые! А вы всегда так приветствуете друг друга? Надеемся, что теперь будете, ведь вам же было приятно здороваться и получать комплименты?»

3. Упражнение «Я в поход с собой беру»

Ведущий: «Теперь нужно собрать все самое необходимое для путешествия». На экране появляется слайд с надписью «Я в поход с собой беру».

Ведущие: «Ребята, давайте снова все встанем в круг. Человек, которого я совсем скоро возьму за руку, сообщит всем свое имя и назовет предмет, который начинается на первую букву его имени и который он или она берет собой в поход. Например, "Меня зовут Степан, я в поход с собой беру спички". Тогда товарищ, стоящий по правую руку, произносит: "Меня зовут Петя, я в поход с собой беру палатку, а еще Степу со спичками" — и так далее по цепочке. Готовы?» Включается позитивная музыка, ребята выполняют задание.

4. Упражнение «Дружный счет»

Ведущий: «Ничего себе, сколько вещей и друзей! Мы можем взять с собой только 10 предметов!»

На экране появляется слайд с надписью «Дружный счет».

Ведущий: «Сейчас вам предстоит непростая задача — посчитать до десяти. Вы считаете, что это просто? Для начала возьмите стулья и сядьте в круг. Когда я скажу "начали", вы закроете глаза и опустите головы. После этого кто-то из вас скажет слово "один", другой человек скажет "два" и так далее. Но нельзя допустить ситуацию, когда счет сбился или одновременно сказали два и более человека. Если такое случилось, придется начать сначала. Ну что, вам по-прежнему кажется, что задание простое? Давайте приступим».

Ребята садятся в круг и выполняют задание.

Ведущие: «Как здорово, что у вас получилось! Иногда очень важно, чтобы кто-то иногда понимал тебя без слов, правда?»

5. Упражнение «Камни и плоты»

Ведущий: «Ну что, нам пора выдвигаться. Давайте дружно, в ногу, помаршируем». Участники маршируют. На экране появляется слайд с надписью «Камни и плоты».

Ведущий: «Ребята, смотрите, мы с вами добрались до беспокойной реки. У нас же есть собой плоты? Разделитесь, пожалуйста на две команды. Одна команда — это "камни", вторая команда — "плоты". "Камни" в произвольном порядке садятся на

стулья, а "плоты" закрывают глаза (*лучше завязать шарфом или повязкой*) и передвигаются по классу. Когда "плот" приближается к "камню", "камень" должен зашипеть. Главная задача "камней" — не допустить столкновения».

Включается тихая музыка (журчание ручейка или реки), ребята выполняют задание.

Ведущий: «Какое счастье, все целы! Ребята, будьте всегда внимательны друг к другу, берегайте и защищайте, ведь это так важно для каждого, верно?»

6. Упражнение «Кажется, дождь начинается»

Ведущий: «Продолжим наш путь. Ой, на меня что-то капнуло! Кажется, дождь начинается».

На экране появляется слайд с надписью «Кажется, дождь начинается».

Ведущий: «Садимся снова в круг. Сейчас я разделю вас на 3 команды. Первая команда 1 — "ветерок", вторая команда — "дождик", третья команда — "гром". Когда я произнесу слово "ветерок", первая команда должна потереть ладони. Когда произнесу слово "дождик", вторая команда начинает щелкать пальцами. Когда произнесу слово "гром", третья команда несильно хлопает по коленям. А когда я скажу "солнышко", вы все сделаете круг над головой, договорились? Готовы?»

Ведущий рассказывает сказку, а ребята выполняют необходимые действия:
«Отважная команда путешественников держала свой путь в прекрасный замок — замок добра. Но неожиданно подул легкий ветерок. Стало немного прохладно. Затем ветерок усилился, он стал собирать облака в тучи. Начался редкий-редкий, едва слышный дождик, и ветерок продолжался. Затем дождик усилился, начал капать все чаще и все сильнее. Затем грянул гром. И затих. Ветерок и дождик все усиливались и усиливались. Снова грянул гром. Ветерок начал успокаиваться, дождик тоже начал капать реже. Все реже и реже — и вовсе стихло. Стало тихо и свежо. Тучи рассеялись, и выглянуло солнышко».

Ведущий: «Мы справились, ребята. Было непросто, но ничто не может помешать дружной и сплоченной команде — ни плохая погода, ни другие обстоятельства. Поддерживайте друг друга, не оставляйте одних мокнуть под дождем или со своими проблемами».

7. Упражнение «Я поделюсь с тобой»

Ведущий: «Нам пора отдохнуть и перекусить».

На экране появляется слайд с надписью «Я поделюсь с тобой».

Ведущий: «Сейчас наш помощник передаст мячик одному из вас. Человек, у которого мяч, называет что-то съедобное на первую букву своего имени и аккуратно передает или бросает мяч в руки любого одноклассника со словами: "Я поделюсь [перси́ком] с [Маше́й] (человеком, которому передается мяч)". Выбранный человек передает мяч еще кому-нибудь. Главная задача — чтобы с каждым кто-то поделился».

Включается позитивная музыка, ребята выполняют задание.

8. Упражнение «Густой лес»

Ведущий: «Отлично! Все перекусили? Ребята, а вы всегда угощаете друг друга чем-то вкусненьким? Нужно продолжать двигаться, осталось совсем немного. Впереди густой лес».

На экране появляется слайд с надписью «Густой лес».

Ведущий: «Сейчас я перечислю персонажей и то, что они делают. Задача каждого из вас — молча выбрать себе роль. Не нужно никому говорить, что вы выбрали».

Ведущий перечисляет роли и действия:

- Спокойные ели образуют круг.
- Веселая березка танцует.
- Лесные зверушки быстро передвигаются между остальными.
- Птицы поют, чирикают, кукуют.

Также называется еще несколько действий:

- При слове «охотники» все поднимают руки вверх.
- При словах «лесной пожар» деревья потрескивают, животные и птицы беспокойно передвигаются.
- При слове «ветер» деревья покачиваются в одном направлении.
- При слове «ливень» все делают «крышу над головой».
- При слове «потоп» деревья покачиваются в одном направлении, а лесные звери плывут по-собачьи.

Ведущий рассказывает сказку, а ребята выполняют необходимые действия: «Отважная команда путешественников держала свой путь в прекрасный замок — замок добра. Наконец, они добрались до густого леса. Перед ними стояли спокойные и молчаливые ели. В центре танцевала одинокая березка. Ну, или не совсем одинокая. Между елей бегали лесные зверушки. Активно шумели лесные птицы. Стало стихать. Зверушки и птицы затихли. Прозвучал выстрел! Это охотники! Один из них не потушил костер, и начался лесной пожар. Подул сильный ветер. Он собрал тучи и начался ливень. Из-за этого ливня вышла из берегов река, находящаяся неподалеку от густого леса. Она начала затапливать лес, но потушила лесной пожар».

Ведущий: «Какие же вы дружные, ребята, всегда бы так — и на уроке, и на перемене, и на улице! Молодцы!»

9. Упражнение «Обрыв»

Ведущий: «Осталось совсем немного, а впереди обрыв. Нужно всем пройти по хрупкому мосту на другую сторону».

На экране появляется слайд с надписью «Обрыв».

Ведущий: «Сейчас я выберу человека — он будет ответственным за переправу. У второго человека, которого я выберу, будут завязаны глаза. Первый станет "глазами" второго. Все остальные не могут говорить. Они встают в любом месте после того, как "незрячему" завяжут глаза. Задача ответственного — направлять "незрячего" голосом, чтобы тот подходил к остальным. Первого он берет за руку, второй берет за руку третьего, и так до последнего путешественника. Получается, ведет всех путешественник с завязанными глазами, но направляет ответственный. Все остальные не могут подсказывать. Когда все возьмутся за руки, задача путешественника с завязанными глазами — провести их по ровной линии (*скотч на полу*) с помощью ответственного».

Включается музыка, ребята выполняют задание.

Ведущий: «Отлично, всех собрали. Понимаете, что в коллективе каждый важен? Пожмите друг другу руки: вы справились».

10. Завершение занятия

Ведущий: «Ребята, замок за теми густыми кустами! Вам интересно, как он выглядит?»

На экране появляется слайд с фотографией фасада школы.

Ведущий: «Вы удивлены? Да, ребята. Ваша школа — это замок добра. Если каждый из вас будет постоянно проявлять доброту, сочувствие, милосердие, заботу и оказывать поддержку, этот замок будет становиться все лучше и добрее. А теперь хотите познакомиться с самыми добрыми людьми в мире?»

На экране появляется слайд с фотографией класса.

Ведущий: «Да-да, ребята, это вы. Дарите друг другу добро! Надеюсь, что за это путешествие мы с вами подружались. Мы не прощаемся. Каждый из вас может надеяться на нашу поддержку. До новых встреч!»

КВЕСТ-ИГРА «Я ВИЖУ ОРИЕНТИР»

Шестерова М. Н.

Целевая аудитория: студенты колледжа 1–3 курсов (15–19 лет).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- повышение самооценки,
- проявление себя творчески,
- формирование ответственного отношения к собственной жизни,
- понимание жизни как ценности,
- получение знаний по планированию времени,
- освоение навыков логического мышления и работы в команде,
- развитие коммуникативных навыков,
- озвучивание и закрепление социальных норм поведения в обществе,
- умение управлять своим поведением в различных ситуациях, избегать конфликтов с окружающими;

Б) для целевой аудитории:

- сплочение учебного коллектива,
- знакомство с пространством колледжа (для первокурсников);
- получение знаний по планированию времени,
- освоение навыков логического мышления и работы в команде,
- развитие коммуникативных навыков,
- озвучивание и закрепление социальных норм поведения в обществе.

Время, необходимое на подготовку: 1 час (проведение квеста педагогом для студентов-организаторов) + 1 час (организационное собрание по обсуждению квеста, распределению ролей, постановке задач) + 2–3 дня (методическая работа по подготовке упражнений и раздаточного материала).

Время, необходимое на проведение: 1 час 20 минут.

Вспомогательные материалы: бумага, ручки, раздаточный материал, музыка для фона, колонка.

Краткое описание идеи:

Квест — современная, интерактивная форма работы, которая позволяет поставить и реализовать образовательные цели, увлечь каждого участника.

Студенты взаимодействуют внутри команды, передвигаясь по маршрутному листу: из одного контрольного пункта в другой. На пунктах дежурит либо педагог, либо волонтер. Участники выполняют интересные творческие задания, направленные как на развитие умений и навыков, так и на самоанализ.

Для реализации квест-игры мы предлагаем разбить учебную группу на 2 команды по 10 или по 12–13 человек (в зависимости от количества участников), выдать им маршрутные листы со станциями, где их будут ждать организаторы с заданиями. Все задания имеют психологическую или социальную направленность. Маршрут может начинаться и заканчиваться в классе или актовом зале, контрольные пункты маршрута могут находиться в учебной части, конференц-зале, рекреациях, библиотеке, музее.

Механизм реализации квеста заключается в последовательном выполнении следующих шагов:

- организационно-методический этап, в который входит подготовка методических и используемых участниками материалов, а также подготовка организаторов станций, участвующих в сопровождении команд на этапах квеста, логистов,
- организация команд, проведение квеста,
- подведение итогов, общая рефлексия.

План подготовки:

1. Педагог организует и проводит квест (Приложение) для группы, прошедшей курс занятий «Каждый важен», чтобы продемонстрировать форму организации мероприятия и чтобы студенты прожили свой уникальный опыт, который смогли бы внести в собственное мероприятие.
2. Проходит обсуждение итогов квеста (какие упражнения они могли бы использовать в своем квесте, что добавить, какие нюансы организации квеста важно знать, какие выбрать локации).
3. Происходит деление команды по ролям:
 - организаторы станций (2–3 человека на станцию). Их задача — подготовить и организовать задание и инвентарь для станции, следить за выполнением задания и техникой безопасности, на маршрутном листе (карте) фиксировать время выполнения задания;
 - кураторы команд первокурсников (2 человека на команду). Их задача — сопровождать команду участников, решать конфликтные ситуации, направлять команду, помогать в случае организационных вопросов, но не выполнять задание вместе с ними, наблюдать;
 - логисты (2–3 человека). Их задача — рассчитать время прохождения всего пути и каждого задания, составить маршрутный лист (карту), оригинально его оформить, перемещаться между станциями во время квеста, чтобы следить за его организацией, решать организационные вопросы;
 - фотографы (2 человека). Их задача — оформить фотоотчет о прохождении квеста, поделиться материалом со старостой группы участников, написать статью о мероприятии для социальных сетей и сайта колледжа.
4. Педагог оказывает методическую и консультативную помощь студентам-организаторам станций при подготовке. Сначала студентам предлагается самостоятельно найти или придумать задания для станций квеста, подходящие по заявленным темам; если это вызывает трудности, педагог рекомендует ресурсы, где можно посмотреть активности, как крайний вариант — предлагает на выбор из нескольких заданий реализовать одно). Также педагог оказывает необходимую помощь студентам — кураторам команд (подготовить упражнение, игру или любой другой способ разбить учебную группу на 2 команды, вступительное слово для открытия квеста) и фотографам (в оформлении итоговой статьи).
5. Организуется группа первокурсников, дата, время проведения квеста.
6. Проводится инструктаж организаторов квеста.
7. Логисты оформляют маршрут (карту), временные рамки для команд-участников, во время квеста курируют время выполнения заданий на

- станциях, решают организационные вопросы, перемещаясь между станциями.
8. Студенты-организаторы станций занимают соответствующие карте места, приносят инвентарь.
 9. Фотографы сопровождают команды, готовят фотоотчет.

Подробное описание:

1. Начало квеста

Студенты-кураторы приводят группу первокурсников приводят в актовЫй зал, где играет музыка. Кураторы представляются, делят учебную группу первокурсников на две команды, говорят о том, что будут сопровождать их в течение игры, знакомят с целями и порядком прохождения квеста.

Инструктаж по правилам поведения перед началом проводит педагог.

Команды получают маршрутные листы.

2. Старт квеста

Капитаны ведут команды по маршрутному листу.

Квест предлагается провести по темам, в соответствии с которыми придумываются и подбираются задания:

- сплоченность группы (упражнения на взаимодействие, тактильный контакт, умение слышать и слушать друг друга),
- жизненные ситуации (проблемные ситуации и пути их решения, сценки, диалоги),
- совместное творчество (создание командой арт-объекта, башни или костюма из бумаги, коллажа и т. д.),
- СИНКВЕЙНЫ (темы выбирают студенты-организаторы),
- кроссворд (тема, слова, форма кроссворда разработана студентами-организаторами).

3. Итоги квеста

Играет музыка. Все команды собираются в актовом зале, где кураторы сообщают студентам, что все успешно прошли задания квеста и им остается самое важное — итоговое задание на объединение группы (например, все встают в круг, вытягивают правую руку в центр и показывают «отлично», большой палец поворачивают параллельно к полу и в кулак этой руки захватывают палец соседа справа, так объединяясь в круг. Затем раскачивают руки и кричат заранее придуманную кричалку, например, «Быть в одной группе нам повезло!»).

Аплодисменты участникам. Аплодисменты организаторам.

Фотографы пересылают фотографии с мероприятия старосте учебной группы первокурсников, оформляют статью на сайт и в социальные сети колледжа.

Приложение

Квест «Я вижу ориентир», организованный педагогом для группы студентов, прошедших программу «Каждый важен»

Для организации квеста необходима помощь коллег или волонтеров — 6 человек. Заранее готовится маршрутный лист и раздаточный материал, жеребьевка, ручки и бумага для каждой станции.

Студенты взаимодействуют внутри команды, передвигаясь по маршрутному листу из одного контрольного пункта в другой. На пунктах дежурит педагог. Участники выполняют интересные творческие задания, направленные как на развитие умений и навыков, так и на самоанализ.

Для реализации квест-игры предлагаю разбить учебную группу на 2 команды по 10 или по 12–13 человек (в зависимости от количества участников), выдать им маршрутный лист со станциями, где их будут ждать педагоги (волонтеры) с заданиями. Все задания имеют психологическую или социальную направленность. Маршрут может начинаться и заканчиваться в классе или актовом зале, контрольные пункты маршрута могут находиться в учебной части, конференц-зале, рекреациях, библиотеке, музее.

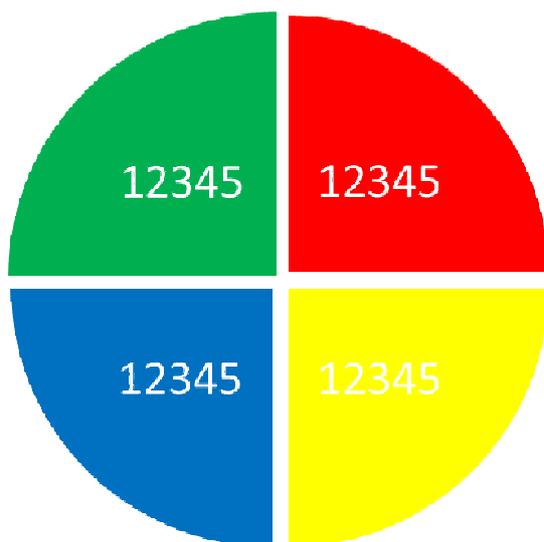
Старт квеста — в актовом зале. Группа делится на две команды с помощью жеребьевки (цветные бумажки), каждую команду сопровождает один педагог (не вмешивается в процесс выполнения заданий на станциях, но следит за ситуацией в команде, помогает в разрешении конфликтных ситуаций). Команды получают маршрутный лист, начинают движение по нему.

План мероприятий:

| № | Этап квеста | Время | Место проведения |
|----|------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------|
| 1. | Задание 1. Сферы жизни | 10 минут | Рекреация 5 этажа 3 корпуса |
| 2. | Задание 2. Игра в манипуляцию | 10 минут | Конференц-зал |
| 3. | Задание 3. Правило 20 минут, или Как победить лень, не прикладывая усилий... | 10 минут | Кабинет 3209 |
| 4. | Задание 4. Стихи на страже мысли | 10 минут | Библиотека |
| 5. | Задание 5. На перекрестке слов | 10 минут | Кабинет психологов |
| 6. | Подведение итогов, общая рефлексия участников | 10 минут | Актовый зал |
| | | Общее время: 1 час | |

1. Станция «Сферы жизни»

Ведущий: «Посмотрите на этот разноцветный круг. Вам необходимо соотнести каждый его разноцветный сектор со сферой жизни, которую я буду называть, подписать, а также отметить на шкале от 1 до 5, насколько вы удовлетворены ею, где 1 — недоволен, а 5 — полностью доволен. Сферы следующие: семья, дружба, учеба, здоровье».



После выполнения задания студентам разъясняется значение цветов, анализируется то, как они проранжировали свою удовлетворенность той или иной стороной своей жизни.

Синий цвет имеет значение спокойствия, свободы от раздражения, представляет собой привязанность ко всему окружающему вокруг: единение, тесную связь, потребность в удовлетворении, спокойствии.

Зеленый цвет обозначает потребность в самоутверждении. Символизирует процветание и новые начинания. Зеленый в психологии является символом мягкости и спокойствия.

2. Станция «Игра в манипуляцию»

Ведущий: «В общении, сами того не осознавая, люди часто используют манипулятивные методы, особенно когда они хотят чего-то добиться от другого человека. Иногда манипуляции приводят к совершению правонарушений, как то: курение в общественном месте, хулиганство и т. д. Поскольку понятие "манипуляция" все понимают по-разному, рассмотрим вначале, что же это такое.

Манипуляция — это скрытое психологическое воздействие на партнера по общению с целью добиться от него выгодного поведения. Часто мы поддаемся такому воздействию, потому что боимся отличаться от других, проявляем конформность. Конформность — это изменение в поведении или мнении человека под влиянием реального или воображаемого давления со стороны другого человека или группы людей.

Пример манипуляции в торговле: в магазине покупатель выбирает товар, нерешительно рассматривая то более дешевые, то более дорогие вещи.

Продавец:

— Эта модель лучше, но она, пожалуй, дороговата для вас.

Покупатель:

— Вот ее-то я и возьму.

На внешнем уровне продавец констатировал некоторые правдивые факты: высокое качество вещи и невысокие финансовые возможности покупателя. Скрытый смысл этой манипуляции — расчет на желание покупателя хотя бы перед продавцом (и значит, в какой-то мере перед собой) выглядеть респектабельно. Покупатель взял дорогую вещь, погладив свое самолюбие и утерев (как ему кажется) нос продавцу.

Задание для вашей команды: вы делитесь на пары, берете по листочку бумаги, на котором написана тема, и, используя свой житейский опыт, придумываете диалог на тему, а также находите способ корректно сказать нет манипулятору».

Ситуации:

- Однорупник предлагает прогулять пару, на которой будет контрольная.
- На улице навязчиво предлагают незнакомую жвачку и обещают заплатить деньги, если ты приведешь друзей ее попробовать.
- Друзья решили отпраздновать день рождения, купили пиво, чтобы выпить его на автобусной остановке, и предлагают тебе присоединиться.
- Любимая девушка/парень предлагает погулять по ночной Москве.
- Бывший одноклассник предлагает прокатиться до дома на крыше электрички.

Затем происходит презентация диалогов.

Рефлексия упражнения:

- Были подобные ситуации в вашей жизни?
- Как вы поступали?
- Что самое сложное в общении с манипулятором?
- Проявляете ли вы конформность в обычной жизни?
- Всегда ли это плохо?

3. Станция «Правило 20 минут, или Как победить лень, не прикладывая усилий...»

Ведущий: «Достижение желаемой цели часто видится нам как нечто сложное и даже невозможное. Хотя это не всегда правда. Воплотить мечту в жизнь может быть проще, чем нам кажется. Для успешной деятельности нужно овладеть Искусством Маленьких Шагов. Эта стратегия предполагает достижение цели в несколько небольших этапов, которые выполняются ежедневно. Не нужно сразу нагружать себя по максимуму, можно уделять одному делу всего 20 минут в день. Каждый может потратить такой небольшой промежуток времени даже на выполнение самых нелюбимых дел. Правило 20 минут — это прекрасный способ борьбы с ленью, ведь мы любим откладывать все на потом.

Вам необходимо заполнить пропуски в предложениях, указав, что нужно делать 20 минут в день, чтобы достичь цели».

После выполнения задания проводится рефлексия:

- Сложно ли было выполнять задание?
- Эффективно ли правило 20 минут?
- Что из задания вы сможете применить в своей жизни?
- Чем пользуетесь уже сейчас?

Вариант для студентов

За 20 минут можно вытерпеть любое действие, которые вы совсем не хотите делать. Это хороший способ начать что-то делать, бороться с ленью и повысить свою мотивацию.

Кто уделяет 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о своем здоровье.

Кто уделяет 20 минут в день, тому не стоит переживать о беспорядке.

Кто выделяет 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о творческом кризисе.

Кто находит 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о проблемах в отношениях.

Кто выделяет 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о недостатке идей.

Кто выделяет 20 минут в день, тому не следует опасаться переутомления и усталости.

Кто выделяет 20 минут в день, тому не стоит переживать о том, как стать экспертом.

Исходный вариант:

За 20 минут можно вытерпеть любое действие, которые вы совсем не хотите делать. Это хороший способ начать что-то делать, бороться с ленью и повысить свою мотивацию.

Кто занимается спортом 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о своем здоровье.

Кто уделяет 20 минут в день уборке своего дома, тому не стоит переживать о беспорядке.

Кто выделяет 20 минут в день на улучшение концентрации, тому не стоит беспокоиться о творческом кризисе.

Кто находит 20 минут в день, чтобы выслушать близких людей, тому не стоит беспокоиться о проблемах в отношениях.

Кто выделяет 20 минут в день на самопознание и ведение личных записей, тому не стоит беспокоиться о недостатке идей.

Кто выделяет 20 минут в день на отдых, не следует опасаться переутомления и усталости.

Кто читает полезную книгу 20 минут в день, тому не стоит переживать о том, как стать экспертом.

4. Станция «Стихи на страже мысли»

Ведущий: «Вам предстоит придумать синквейн. Синквейн (от фр. *cinquains*, англ. *cinquain*) — это творческая работа, которая имеет короткую форму стихотворения, состоящего из пяти нерифмованных строк.

Синквейн — это не простое стихотворение, а стихотворение, написанное по следующим правилам:

1 строка — одно существительное, выражающее главную тему синквейна.

2 строка — два прилагательных, выражающих главную мысль.

3 строка — три глагола, описывающих действия в рамках темы.

4 строка — фраза, несущая определенный смысл, добавляющая определение к первому слову.

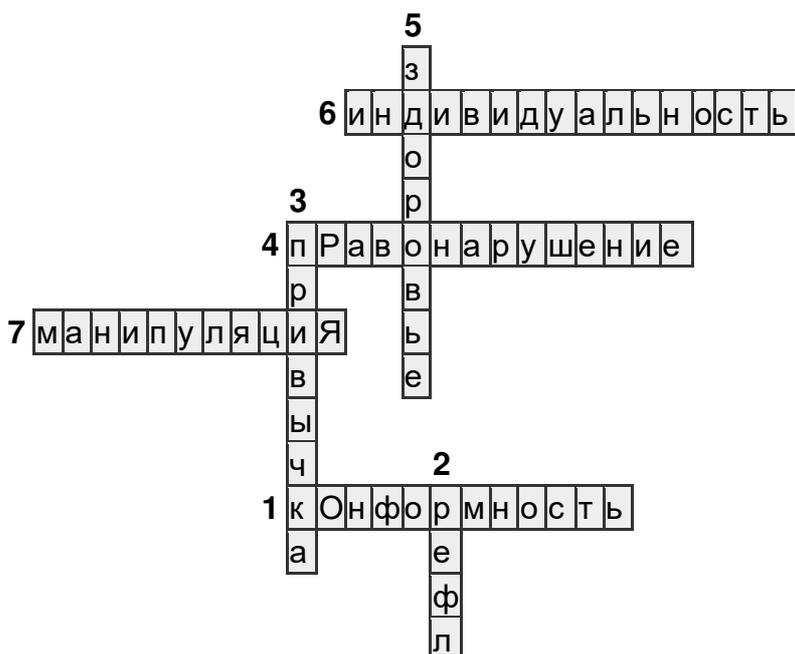
5 строка — заключение в форме существительного (ассоциация с первым словом).

Составлять синквейн очень просто и интересно. К тому же работа над созданием синквейна развивает образное мышление. Поэтому вам предлагаются слова, на которые вы в группах по 3 человека придумаете синквейн: здоровье, семья, достижение, взаимопомощь, патриотизм, привычка».

5. Станция «На перекрестке слов»

Необходимо разгадать кроссворд и из букв, выделенных красным, составить слово.

- 1) Податливость человека реальному или воображаемому давлению группы, проявляющаяся в изменении его поведения и установок в соответствии с первоначально не разделявшей им позицией большинства.
- 2) Самоанализ по-другому.
- 3) Она — вторая натура.
- 4) Бывает уголовным, административным, гражданским.
- 5) Это нормальная функция организма на всех уровнях его организации, нормальный ход биологических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству.
- 6) Уникальность, которая проявляется в чертах темперамента, характера, в одежде (внешнем виде), в специфике интересов.
- 7) Скрытое управление людьми в общении.



| |
|---|
| е |
| к |
| с |
| и |
| я |

Ключевое слово — ЛИЧНОСТЬ.

6. Рефлексия мероприятия (проходит в актовом зале при полном сборе группы)

- Удалось ли пройти квест и за какое время какой команде?
(Сравниваются маршрутные листы с указаниями времени.) Что помогло успешно справиться с заданиями?
- Что было легко, что сложно?
- Какое задание запомнилось больше всех?
- Как вы чувствовали себя в команде?

ИГРА ПО КОМИКСУ «ТАКОЙ ЖЕ, КАК И ВСЕ»

Шипицына Е. Н.

Целевая аудитория: учащиеся 7–8 классов (13–14 лет) по 20–30 человек в одной группе (один класс).

Организаторы: учащиеся 10–11 классов (16–18 лет).

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- профилактика буллинга среди школьников,
- приобретение организаторских навыков (умения работать с группами),
- проявление инициативы;

Б) для целевой аудитории:

- профилактика буллинга среди школьников,
- приобретение коммуникативных навыков,
- разрушение стереотипов и предрассудков.

Время, необходимое на подготовку: 3 часа.

Время, необходимое на проведение: 1 час 20 минут.

Вспомогательные материалы: проектор, компьютер, комикс без фраз (подготовить заранее) либо распечатанный комикс без фраз по количеству микрогрупп (в группе от 5 до 10 человек), распечатанный комикс с фразами по количеству групп, бумага, карандаши, фломастеры, ручки, красные и синие стикеры по количеству человек (могут быть других цветов).

Краткое описание идеи:

Учащиеся 7–8 классов под руководством старшеклассников разбирают комикс «Такой же, как и все», ломают стереотипы, выявляют проблемы, скрытые в комиксе, предполагают пути решения.

План подготовки:

Выбрать инициативную группу из числа старшеклассников, проиграть с ними книгоигру, распределить роли. Обязательно разобрать каждый вопрос рефлексии с подростками-организаторами.

Подробное описание:

1. Этап 1. Установление контакта и правил

Время на выполнение этапа — максимум 5 минут.

Подросток-организатор (далее — ПО № 1): «Привет, ребята! Мы... (представление)».

ПО № 2: «Сегодня мы хотим обсудить с вами важную и очень интересную тему. Но чтобы понять, о чем пойдет разговор, необходимо активно принимать участие в наших упражнениях, слушать, слышать других и не перебивать».

В пошаговом плане используются 2 подростка-организатора. При желании можно развести на большее количество детей.

2. Этап 2. Введение в тему

Время на выполнение этапа — 15 минут на одно из упражнений вместе с рефлексией.

ПО № 1: «Для начала мы попросим вас встать в круг/линию».

Выбор упражнения зависит от восприятия и работы класса. Упражнения похожи, поэтому проводить их подряд не рекомендуется.

Упражнение № 1а «Признак»

Целевая аудитория (далее — ЦА) встает в круг. ПО № 1 рассказывает правила, ПО № 2 начинает игру (галящий) и встает в центр круга.

Правила: галящий называет признак, который относится к нему и может относиться к любому учащемуся (например, «я люблю есть мороженое», «у меня есть домашнее животное», «я люблю папу и маму» и другие). После того как признак назван, дети должны изменить свое место (поменяться с другими). Галящий должен занять свободное место. Ребенок, который остался в кругу последним, становится галящим и называет новый признак. Количество признаков неограничено. Главное — уложиться по времени.

Вопросы для рефлексии:

- Как вы думаете, про что это упражнение?
- Сложно ли вам было отвечать на вопросы?

Предполагаемые ответы ЦА:

- *Узнавание интересов.*
- *Мы разные, но мы похожи; большинство признаков про каждого из нас.*

Упражнение № 1б «Сделай шаг»

ЦА встает в одну линию. ПО № 1 рассказывает правила, ПО № 2 называет признаки.

Правила: ПО № 2 называет признак из списка (Приложение 1). Если участник понимает, что признак относится к нему, он делает шаг вперед.

Вопросы для рефлексии:

- Как вы думаете, про что это упражнение?
- Сложно ли вам было отвечать на вопросы?

Предполагаемые ответы ЦА:

- *Узнавание интересов.*
- *Мы разные, но мы похожи; большинство признаков про каждого из нас; у каждого есть свои особенности, признаки; каждый индивидуален.*

Неправильных ответов нет, каждый понимает по-разному, важно донести это до ЦА.

ПО № 1: «Да, вы правы. Но главное — это то, что каждый из нас похож на друга друга, несмотря на то, что мы индивидуальности».

3. Этап 3. Основная часть

Время на выполнение этапа — 40 минут.

ПО № 1: «Отлично! Давайте поделимся на 3 группы».

ПО № 2: «Итак, сейчас мы предлагаем вам ознакомиться с комиксом».

Комикс должен быть без первой и последней страниц, а также со стертыми фразами. Комикс можно показать на проекторе или выдать распечатанный комикс с учетом поправки, указанной выше, по количеству групп.

Вопросы для промежуточной рефлексии:

- Как вы думаете, о чем этот комикс?
- Кто главный герой этого комикса?
- Что с ним происходит на протяжении всей истории?
- Как вы думаете, этот мальчик — положительный или отрицательный герой?
- Предположите, о чем разговаривают герои на протяжении всего комикса.
- Как бы вы озаглавили этот комикс?
- Что происходит в самом конце?

Участники обсуждают вопросы в группе и дают ответы. Могут записать ответы себе на бумажку.

ПО № 2: «А теперь ознакомимся с текстом комикса».

Комикс дается без первой и последней страницы. На 14 странице пропущены слова. Комикс также можно показать на проекторе либо с учетом вышеназванных поправок выдать в распечатанном виде по количеству микрогрупп. Желательно, чтобы комикс читался вслух — либо кем-то из ЦА, либо ПО.

Вопросы для промежуточной рефлексии:

- Поменялось ли ваше отношение к главному герою?
- Что с ним происходит на протяжении всей истории?
- Как вы теперь думаете, этот мальчик — положительный или отрицательный герой?

ПО № 1: «А теперь вам в ваших группах необходимо выполнить следующее задание: придумать обложку с названием для комикса, вставить недостающие, по вашему мнению, слова на 14 странице, предположить окончание комикса — нарисовать последнюю страницу».

Важно не забыть выдать канцелярию — бумагу, карандаши, фломастеры, ручки. На выполнение задания отводится 10 минут.

ПО № 2: «Итак, время подошло к концу. Теперь команды должны представить название комикса и рассказать окончание. Если возникают вопросы или вы готовы высказать свое мнение, после представления команды у вас будет на это время».

На представление, вопросы и обсуждение выступления каждой команды отводится по 5 минут, итого — 15 минут.

Вопрос для промежуточной рефлексии:

- Как вы думаете, ответ какой команды больше всего похож на правду?

ПО № 2: «Готовы увидеть комикс с самого начала и до конца?»

Происходит показ и читка комикса от начала и до конца.

4. Этап 4. Рефлексия

Время на выполнение этапа — 15 минут.

Вопросы для обсуждения:

- Что хотели донести авторы комикса до каждого из нас?
- Считаете ли вы тему, затронутую на этом занятии, важной? Почему?
- Как часто вы встречали людей «по одежке»?
- Менялось ли ваше мнение после общения с человеком?
- Можете ли вы поставить себя на место какого-либо героя?
- Подумайте, встречались ли вы с таким поведением на улице, в школе, дома, на секции?
- Какие проблемы могут возникнуть в обществе, если вести себя подобно героям этого комикса? (Предполагаемые ответы: травля, появление стереотипов и др.)
- Что может сделать каждый из нас, чтобы прекратить такое отношение друг к другу? Чтобы такое не повторялось?

После ответов ребят на последний вопрос можно составить правила, под которыми каждый ребенок поставит свою подпись в качестве знака принятия их в коллективе. Вопросы для промежуточной и конечной рефлексии можно варьировать.

5. Этап 5. Обратная связь

Время на выполнение этапа — 5 минут.

ПО № 1: «Итак, главный вывод нашего занятия — мы все такие разные, но во многом похожи. Мы как книги. Нас выбирают по обложке, но пока не прочтут, не узнают, какие мы на самом деле. И если у каждого из нас поменяется отношение, тогда и мир вокруг нас поменяется».

ПО № 2: «А сейчас попрошу каждого написать на синем стикере "Сегодня я понял" и продолжить фразу, а на красном — "Эта тема для меня" и тоже продолжить фразу. Когда напишете, приклейте стикеры на нашу доску. Вы можете подписать свое имя, если захотите».

ПО № 1: «Спасибо за занятие, до скорых встреч!»

6. Рефлексия с организаторами после занятия

Вопросы для рефлексии с ПО:

- Что получилось?
- Что не получилось?
- Трудно ли проводить такое мероприятие?
- Считаете ли вы тему, затронутую на этом занятии, важной?
- Как вы думаете, вникли ли учащиеся в проблему? Понятна ли им тема?

Педагог не забывает поблагодарить старшеклассников за проведение занятия.

Приложение

Общие признаки:

- Я хожу в школу.
- Я люблю сладкое.
- У меня есть домашнее животное.
- У меня есть увлечение/хобби.
- Я занимаюсь спортом.

Признаки-утверждения для ввода в тему:

- Пирсинг — это нормально.
- Мой/моя друг/подруга покрасил(а) волосы в другой цвет, в наших отношениях ничего не изменилось.
- В класс пришел новенький, который одевается во все черное, это мне не мешает с ним познакомиться.
- Моя одноклассница слушает музыку, которая мне не нравится. Мое отношение к ней не поменяется.
- Мой друг решил, что теперь он — панк. Сменил стиль одежды. Я поддерживаю его в любом начинании.

Используемый комикс <http://www.respect.com.mx/ru/comics/7/>

АНТИБУЛЛИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «ШКОЛА ДРУЖБЫ»

Шишов А. В.

Целевая аудитория: учащиеся 3–4 классов.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- закрепление коммуникативных компетенций и толерантного отношения к другому;

Б) для целевой аудитории:

- развитие коммуникативных компетенций и толерантного отношения к другому,
- налаживание отношений внутри коллектива.

Время, необходимое на подготовку: 45 минут.

Время, необходимое на проведение: 45 минут.

Вспомогательные материалы: просторное помещение (актовый зал, рекреация и т. п. в случае работы с большим коллективом), стулья по числу участников и организаторов, демонстрационные материалы (при необходимости и по желанию организаторов).

Краткое описание идеи:

Участники мероприятия получают возможность смоделировать ситуацию буллинга (или конфликта), разработать и апробировать модели ее конструктивного разрешения. Организаторы закрепляют свои знания и навыки через обучение других, а также могут получить опыт модерирования разрешения ситуации буллинга и конфликта среди участников.

План подготовки:

1. На подготовительном этапе подростки, прошедшие программу «Каждый важен», знакомятся с этапами мероприятия:
 - 1) деление на группы (при необходимости) и «разогрев»,
 - 2) доверительная беседа,
 - 3) работа с моделью ситуации буллинга или конфликта,
 - 4) подведение итогов, обмен опытом и впечатлениями.
2. Далее в ходе подготовительного занятия педагог предлагает участникам вспомнить опыт переживания различных эмоций и чувств в виде доверительной беседы: обсуждает чувства и эмоции, предварительно говоря о собственном опыте их переживания.
Например: «Вспомните, пожалуйста, в какой ситуации вы радовались. Вот я очень сильно радуюсь, когда меня дома встречает собака и весело виляет хвостом. Кто бы хотел поделиться своей радостью?»
Необходимо обсудить как приятные, положительные чувства и эмоции (радость, интерес, гордость и т. д.), так и неприятные, негативные (страх, злость, скука и т. д.).
3. Организаторы на своем опыте пробуют разработать сценку, изображающую конфликт или буллинг, в котором представлены роли «агрессора», «жертвы» и «наблюдателя» (длительность сценки — в пределах 3–4 минут).

Примечание: педагогу необходимо следить за безопасностью выбранного сюжета.

4. Далее участники совместно анализируют ситуацию по следующим параметрам:
 - чувства и мысли «жертвы», почему персонаж поступает так, а не иначе;
 - чувства и мысли «агрессора», почему персонаж поступает так, а не иначе;
 - чувства и мысли «наблюдателя», почему персонаж поступает так, а не иначе;
 - возможные способы помощи каждому персонажу на основе знаний из программы «Каждый важен».
5. В процессе работы над ситуацией педагог обращает внимание организаторов на то, что им предстоит выполнять его роль перед участниками. Также, помимо анализа самой ситуации, необходимо уделять внимание анализу разработки сценария и обсуждения, подготавливая подростков к тому, что может возникнуть потребность применить знания для помощи участникам в разрешении конфликтов и противоречий.
6. Совместно с организаторами подбирается упражнение для распределения по группам и «разогрева» участников. Определяется необходимость использования вспомогательных и демонстрационных материалов и их подготовка.

Подробное описание:

1. Деление на группы и «разогрев»

Если мероприятие проводится с большим количеством участников (целый класс или более), тогда занятие начинается с деления на группы (по 4–5 человек). Один из возможных способов — упражнение «Зоопарк».

Потребуются карточки с изображениями или названиями животных. Число одинаковых изображений и количество животных должно соответствовать предполагаемому числу групп и участников в них (например, если нужно разделить 20 человек на 4 группы, то потребуется 4 вида животных по 5 одинаковых карточек с ними).

Ведущий: «Ребята! Сейчас мы сыграем в интересную игру, которая называется "Зоопарк". Мы раздадим вам карточки с животными. Аккуратно посмотрите, какое изображено на вашей карточке, но никому не показывайте его. У кого-то животные на карточках одинаковые, а у кого-то — нет. Вам нужно найти ребят с такими же животными, как и у вас на карточках. Внимание! Это упражнение нужно выполнять молча. Переговариваться нельзя, как и показывать свою карточку. Приступаем!»

Когда участники закончат выполнять упражнение, то получатся группы, в которых будет вестись дальнейшая работа. За каждой группой закрепляются свои организаторы (2–3 человека).

2. Доверительная беседа

Проводится по аналогии с той, которая проводилась на подготовительном занятии, но с подростками в роли ведущих. Организаторы предлагают участникам

вспомнить опыт переживания различных эмоций и чувств в виде доверительной беседы: обсуждают чувства и эмоции, предварительно говоря о собственном опыте их переживания.

Далее организаторы подводят беседу к следующему этапу: «Ребята! Как видите, мы с вами можем радоваться, чему-то удивляться, грустить, обижаться, даже злиться. Иногда случается и ругаться, обижаться. Такое может происходить и рядом, с нашими друзьями и одноклассниками».

3. Работа с моделью ситуации буллинга или конфликта

На этом этапе организаторы предлагают ребятам придумать и разыграть сценку конфликта или буллинга.

Примечание: педагогу важно следить за безопасностью выбранных тем и процесса.

Далее участники совместно анализируют ситуацию по следующим параметрам:

- чувства и мысли участников ситуации, почему персонаж поступает так, а не иначе;
- возможные способы помощи каждому персонажу.

Когда совместными усилиями организаторов и участников выработана стратегия конструктивного разрешения ситуации, ее тоже необходимо обыграть в сценке.

Примечание: педагог может оказывать помощь в случае затруднений в выработке конструктивного поведения в рамках отдельных сюжетов.

4. Подведение итогов, обмен опытом и впечатлениями

Организаторы собирают все группы вместе и говорят участникам: «Наше занятие подходит к концу. Нам было с вами очень интересно. Расскажите, что полезного и интересного было для вас сегодня».

Желающие участники делятся своими впечатлениями и мыслями. Организаторы прощаются с участниками.

После мероприятия педагогу нужно поговорить об опыте и впечатлениях, полученных организаторами.

ТЕХНОЛОГИИ «ИДЕНТИФИКАЦИЯ», «КРУГ СООБЩЕСТВА», «ПРОЩЕНИЕ»

Яковлева М. А.

Целевая аудитория: учащиеся средней школы.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- практика проведения восстановительных программ и занятий с элементами тренинга,
- восстановление отношений между несовершеннолетними,
- сохранение комфортной обстановки в школьном ученическом сообществе,
- способность подбирать оптимальные активности под конкретный случай;

Б) для целевой аудитории:

- разрешение проблем взаимоотношений между ровесниками, одноклассниками, учениками школы,
- способность планировать свое (бесконфликтное) поведение,
- способность признать ошибку и извиниться,
- сформированность эмпатии, уважения к другим,
- навыки участия в занятиях с элементами тренинга.

Время, необходимое на подготовку: 1–2 недели (для подбора активностей под случай).

Время, необходимое на проведение: 1 неделя (можно в 3 дня) + контроль ситуации через месяц.

Вспомогательные материалы: флипчарт/доска, ватманы, маркеры, таблички из картона, стулья; аудитория (желательно, не учебный кабинет).

Краткое описание идеи:

В школе работает Служба школьной медиации «ШАНС», в которую поступают обращения от разных участников образовательного процесса. Медиаторы-ровесники, обученные в разные годы по программе «Школьная медиация» (36 часов), в школьном профильном пятидневном лагере по программам «Восстановительная медиация», «Круг сообщества», имеющие опыт проведения Кругов сообщества с младшими школьниками, знакомятся с обращениями в Службу и принимают решение о работе со случаем.

План подготовки:

1. Ознакомление с обращением в Службу (1 день).
2. Собеседование с координатором Службы (взрослым) и классным руководителем — инициатором обращения (1 день).
3. Принятие решения о работе со случаем.
4. Подготовка Круга сообщества (1 неделя).
5. Подготовка активностей (кроме Круга сообщества) (1 неделя).
6. Планирование активностей (по количеству и срокам).
7. Подготовка реквизита.
8. Подготовка контролирующих активностей (через месяц).

Подробное описание:

Активности и программу «Круг сообщества» проводят медиаторы-ровесники — члены Службы школьной медиации «ШАНС» («Школа альтернативы, надежды, сотрудничества»), прошедшие модуль по программе «Каждый важен», в присутствии координатора Службы.

Круг сообщества — восстановительная программа, позволяющая восстановить отношения между «обидчиками» и «жертвами», когда в конфликте/буллинге участвуют более двух человек.

1. Предыстория

В Службу школьной медиации «ШАНС» поступило обращение от классного руководителя 8 класса о том, что 4 несовершеннолетних учащихся 8 класса травят других учеников класса/школы.

Медиаторы-ровесники (2 учащихся из 11 класса) изучили обращение и разработали активности и восстановительную программу «Круг сообщества».

2. День 1. Активность № 1 «Идентификация»

Проводится только с учениками 8 класса — инициаторами и участниками буллинга.

Медиаторы-ровесники расставляют стулья в круг. На каждом стуле стоит табличка с качеством обидчиков: «Агрессия», «Недоверие», «Цинизм», «Конформизм (действия за компанию)».

Все участники активности стоят, войдя в аудиторию. Медиаторы-ровесники приветствуют всех и говорят о том, что присутствующие здесь ученики создали ситуацию, которую стало невозможно терпеть некоторым ученикам школы, что сподвигло классного руководителя 8 класса на обращение в Службу школьной медиации. Другие методы остановки буллинга оказались неэффективны. Ведущие благодарят участников активности за готовность принять добровольное участие в восстановительных мероприятиях.

Медиаторы-ровесники предлагают каждому из четырех учеников 8 класса взять табличку с тем проявлением поведения, которая кажется ему подходящей именно к его поведению, и сесть с ней на стул («Агрессия», «Недоверие», «Цинизм», «Конформизм (действия за компанию)». В случае, если участники активности сомневаются, медиаторы дают каждому «его» табличку.

По кругу каждый из участников высказывается, в чем проявляется его агрессивное, циничное, недоверчивое, конформное поведение; пытается найти и объяснить его причины (работает медиатор-ровесник № 1). Медиатор-ровесник № 2 предлагает участникам круга подобрать слова, которые описывают противоположное поведение, и записать их на доске/флипчарте в паре.

Участники круга выполняют задание. Таким образом, на доске/флипчарте появляются пары антонимов:

- Агрессия — доброжелательность, защита;
- Недоверие — доверие;
- Цинизм — уважение, гуманизм;
- Конформизм (действия за компанию) — своя позиция.

Участники круга проговаривают, осмысливают новые, противоположные типы поведения. Медиаторы-ровесники предлагают участникам круга вспоминать эти слова каждый раз, когда возникнет ситуация, провоцирующая их прежнее поведение.

Следующая активность назначается через 3–7 дней.

3. День 2. Активность «Круг сообщества»

На Круг приглашаются обе стороны: «обидчики» и «жертвы».

Ход программы «Круг сообщества»

1) Начало встречи

Приветствие участников Круга. Оглашение правил проведения Круга сообщества, темы Круга, символа Круга, правила пользования символом Круга.

Правила проведения Круга:

- уважать символ Круга,
- говорить искренне, от всего сердца,
- говорить с уважением,
- слушать с уважением,
- оставаться в Круге до его завершения,
- соблюдать конфиденциальность.

Символ Круга — Крошка Енот или вариант, который предложат подростки. Говорит только то, в чьих руках символ Круга. Символ Круга передается по кругу.

Тема Круга — буллинг в классе/школе.

2) Раунд 1. «Жизненные ценности»

Вопрос ведущего: «Какова ваша жизненная ценность (в рамках темы Круга)?» Ведущий первым называет свою ценность (например, «эмпатия») и дает краткие пояснения. Передает символ Круга сидящему рядом. Все участники Круга (ведущий-куратор, медиаторы-ровесники, подростки) транслируют и объясняют свои жизненные ценности (ответы участников фиксируются на доске/флипчарте). Медиаторы-ровесники сидят между участниками Круга для профилактики конфликта.

3) Раунд 2. «Ситуация»

Вопросы ведущего: «Что происходит сейчас? Почему некоторые ученики обзывают и унижают других, стараются изолировать их от классного коллектива, хватают за руки/шею и пр.? Что каждый из вас чувствует при этом?»

Ответы участников — мотивы и чувства всех — фиксируются на доске/флипчарте.

4) Раунд 3. Рассмотрение вариантов разрешения проблемы

Вопросы ведущего: «Как можно изменить ситуацию? Что готов сделать лично каждый?»

Ответы участников фиксируются на доске/флипчарте.

5) Раунд 4. Рефлексия

Вопрос ведущего: «Что дал вам Круг?»

Участники отвечают.

6) Оглашение результатов Круга сообщества.

7) Закрытие Круга. Благодарность за участие в Круге.

4. День 3. Активность «Прощение»

Медиаторы-ровесники ставят стулья в 2 линии. На них сядут «обидчики» и «жертвы» друг напротив друга. Медиаторы указывают, кому на какой стул сесть в зависимости от того, кому и кем была нанесена обида.

Время историй. Высказывается по очереди линия тех, в отношении кого был буллинг. Условие — смотреть обидчику в глаза, быть искренним. Озвучиваются личные истории и чувства.

Время просить прощения. Условие — оно должно быть искренним.

Примечания:

- Все активности и программы проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) несовершеннолетних.
- Заявления и обращения в Службу фиксируются в специальном журнале.
- Все активности, решения оформляются документально.
- Через месяц проводится повторная программа для контроля изменения или отсутствия изменения ситуации.
- Данные активности можно проводить в разных классах, меняя слова в поведении, напр., «гнев, нарциссизм, высокомерие, сквернословие» и т. п.

ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ФОРМА ПУБЛИЧНОЙ РЕФЛЕКСИИ «А ТАК БЫВАЕТ!»

Янонис М. А.

Целевая аудитория: учащиеся 5 класса.

Цель: поднять тему травли (буллинга) в специально организованной среде, признав как возможную реальность в школьном пространстве, и продемонстрировать пути начала решения этой проблемы.

Задачи:

- проявить тему травли (буллинга), как аномалию социального взаимодействия, присущую обществу в целом;
- подросткам, участникам программы «Каждый важен», поделиться личным опытом и инсайтами, возникшими после прохождения программы;
- создать безопасное пространство для обсуждения темы травли (буллинга) в школе.

Ожидаемый эффект:

А) для подростков-организаторов:

- рефлексия участия в программе «Каждый важен»,
- создание и проигрывание своих решений в ситуации травли,
- получение опыта наставничества и оказания поддержки младшим;

Б) для целевой аудитории:

- признание существования ситуации травли в обществе,
- актуализация личных историй,
- возможность найти опору в школьном сообществе.

Участники:

1. Подростки, прошедшие программу «Каждый важен»
2. Педагог-куратор организационной части
3. Учащиеся 5 класса
4. Педагоги школы: учителя, психологи, тьюторы.

Время, необходимое на подготовку: 3 дня.

Время, необходимое на проведение: 3 часа.

Вспомогательные материалы: помещение для театрализованного действия, флипчарты, маркеры, листы А3, свободное пространство для групповой работы, маски с изображением героев историй, таблички с чувствами героев и содержанием ролей.

Краткое описание идеи:

Мероприятие представляет собой театрализованное представление в двух действиях с последующей работой в группах. В итоге учащиеся 5 класса узнают о возможных способах реакции из разных ролей и вариантах решений в ситуации травли. Завершается мероприятие созданием инфографики «А так бывает!» в виде постера для общего пространства в классе.

План подготовки:

1. Совместно с куратором-педагогом подростки, выпускники программы «Каждый важен», создают индивидуальный сценарий мероприятия на основе представленного ниже шаблона и исходя из собственного опыта прохождения программы, распределяют роли, определяют модераторов для работы групп.
2. Организуется репетиция последовательности действий актеров и модераторов.
3. Подготавливается необходимый реквизит.
4. Осуществляется информирование, приглашение участников: учащихся и педагогов.

Подробное описание:

Все участники мероприятия собираются в помещении, которое представляет собой пространство зрительного зала. Ученики 5 класса и педагоги рассаживаются в зрительном зале. Ведущий приветствует собравшихся, объявляет тему и рассказывает порядок событий.

1. Первое действие: «Заюшкина избушка»

Подростки-организаторы разыгрывают сказку по ролям.

По завершении ведущий обращается в зал с проблематизирующими вопросами, например:

- Кто в этой сказке хороший, кто плохой?
- Кому хочется посочувствовать и почему?
- Как себя чувствует заяц, когда лиса его выгоняет? Как себя чувствует лиса, когда ее выгоняют?
- Какую роль в этой истории играют другие звери? Почему они не выгнали лису?
- Может ли повториться история зайца и лисы в дружбе зайца и петуха?

На примере сказки ведущий вводит понятия «жертва», «агрессор», «наблюдатели».

2. Второе действие: «А так бывает?»

Ведущий объявляет начало следующего действия. На сцене последовательно появляются герои одной реальной истории травли, актеры — участники программы «Каждый важен».

Звучат три монолога — части одной истории глазами разных людей. Герои говорят из позиции жертвы, агрессора, наблюдателя. У каждого на спине приклеена табличка с истинными чувствами, которые испытывает герой в этой роли. История начинается со слов «Однажды я...». Основная задача исполнителей — рассказать историю так, чтобы было видно, что произошло, в какой роли находился рассказчик, как он сам видит эту ситуацию, чем все закончилось, что ему помогло решить эту проблему/как это повлияло на его жизнь. Заканчивается рассказ вопросом: «А так бывает?». Содержание истории ребята придумывают сами.

После завершения третьего монолога актеры остаются на сцене, лицом к зрительному залу. Ведущий проводит диалог с залом:

- В какой роли находился каждый герой: жертва, агрессор или наблюдатель?
- Почему герои поступали так? Что помогло им осознать и изменить ситуацию?

Вопросы ведущего к герою:

- Чего ты хотел на самом деле?
- Почему ты так себя проявлял?
- Какие чувства живут внутри тебя?

Актеры поворачиваются и демонстрируют свои истинные роли и чувства, которые размещены на табличках, прикрепленных к спине (роль у всех одна — жертва, чувства разные).

На этом этапе, если у актеров есть желание ответить на вопросы ведущего из роли, они могут комментировать свои чувства и взаимодействовать с залом.

Ведущий завершает второе действие вопросом в зал: «А так действительно бывает?»

3. Третье действие: «А так бывает!»

Аудитории предлагают разделить на 3 группы (важно, чтобы в каждой группе был педагог, выпускники программы «Каждый важен», учащиеся 5 класса). Возможная техника разделения на группы: модератор просит поднять руки педагогов и разделить им на три группы, присвоив каждой номер (1, 2, 3). По тому же принципу делятся подростки-организаторы и пятиклассники. Группы соединяются по номерам и образуют три больших разных по составу группы.

Затем проводится работа в мини-группах:

- Первый круг. Вспомнить/придумать историю, в которой была бы ситуация буллинга. Модератор группы записывает признаки травли на флипчарт.
- Второй круг. Прочитав записи на флипчарте, обсудить в группе, что можно сделать, чтобы разрешить эту ситуацию. Ответы группы фиксируются.

Все группы представляют на общий круг результаты своей работы. Пятиклассники озвучивают, что их группа предложила для разрешения конкретных ситуаций травли. Во время представления все идеи фиксируются на общем плакате под заголовком «А так бывает!».

4. Завершение

Организаторы (старшие подростки) раздают пятиклассникам разноцветные стикеры, на которых написаны поддерживающие пожелания ребятам или качества, помогающие справиться с трудностями (1–2 слова: «Ты сильный!», «Ты можешь!» и т. п.). Ребята приклеивают их на общий флипчарт класса, подписывая рядом с ними свое имя.

Оба плаката впоследствии размещаются в общем пространстве 5 классов.