**Тренинг по профилактике конфликтов в начальных классах**

**Упражнение «Я сегодня вот такая»**

*Цель:*сплочение группы.

*Время:*5 минут.

*Ход упражнения:*

Участники встают в круг. Каждый должен представиться, подумать и выразить при помощи позы, жестов, мимики то состояние, в котором он находится на данный момент, остальные участники повторяют его позу. Затем участник произносит слова: «Я сегодня вот такая» и показывает свое состояние при помощи позы. Затем участники группы повторяют фразу: «Это Татьяна, Татьяна сегодня вот такая» и воспроизводят ту позу, повторяют жесты, выражение лица участника.   Упражнение выполняется в левую  сторону от ведущего.

**«ПУСТЬ ВСТАНУТ ТЕ, КТО...»**

Данное упражнение поможет лучше узнать друг друга, узнать интересы, увлечения друг друга. Группа сидит в круге. Ведущий (он единственный стоит, для него нет стула) обращается к участникам:

— Я хочу предложить вам начать встречу с игры, которая покажет нам, насколько, при всех различиях и непохожести, мы сталкиваемся с одинаковыми проблемами, беспокоимся о сходных вещах, мечтаем об одном и том же...

Лучше узнать друг друга нам поможет игра под названием «Пусть встанет тот, кто...». Играют в нее так: я начну с какого-то заявления, которое касается моего личного опыта. Скажем, примерно так:

— Пусть встанут те, кто... любит проводить время на природе!

Все, кто любит отдыхать в лесу, на море, ходить по аллеям парка, карабкаться в горы... должны встать и очень быстро пересесть на другое место.

Кому-то из нас стула не хватит, и он начнет следующий круг: «Пусть встанут те, кто...» При этом каждый ведущий должен называть то, что есть у него, что свойственно ему. Можно говорить о составе семьи, о проблемах общения, о том, чем он гордится, чего опасается, чего хотел бы достичь...

К примеру:

— Пусть встанут те, кто больше трех раз прочитал «Гарри Поттера».

— ...кто уверен в необходимости участия детей в планировании семейного бюджета.

— ...кто любит экстрим-туризм.

— ...кто не любит ходить по магазинам.

— ...кому сложно развлекать детей и придумывать для них игры.

— ...кто занимается боевыми искусствами...

**Психогимнастика. Упражнение: «Говори!»** (Е. К. Лютова, Г. Б. Монина)

***Цель:*** Развитие внимания и умения контролировать импульсивные действия.

***Инструкция:*** Скажите детям следующее: «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: "Говори!" Тот, кто ошибется и скажет команды, встает со стула и временно прекращает участвовать в игре. Давайте потренируемся. "Какое сейчас время года?" (Педагог делает паузу) "Говори!"; "Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?"... "Говори!";

Итак, начинаем! Внимательно слушайте мои вопросы:

"Какой сегодня день недели?"... "Говори!";

"Какой идет месяц?" «Говори!»

«На какой цвет светофора можно переходить дорогу?» «Говори!»

«Где растут грибы и ягоды?» «Говори!»

«В какое время года мы празднуем Новый Год?» «Говори!»

« Кто съел колобка из сказки?» «Говори!»

«Что за несъедобный гриб с красной шляпкой в белую крапинку?» «Говори!»

«Какие деревья стоят зимой зеленые?» «Говори!»

«Кто съел бабушку Красной Шапочки?» «Говори!»

«Какого цвета заяц зимой?» «Говори!»

«Что мы готовим летом из ягод и кладем в банки на зиму?» «Говори!»

«Что потеряла Золушка, убегая с бала?» «Говори!» и т.д.

**Упражнение «Дискуссия»**

*Цель:*исследование понятия «конфликт»

*Время:* 10 минут.

*Ход упражнения:*

Участники делятся на две микрогруппы (раздаются пронумерованные карточки). В ходе работы в малой группе участники должны предложить определение понятия «конфликт между детьми в группе», предложить по 1-ой конфликтной ситуации и предложить ее решение.

Далее участники объединяются для обсуждения наработок.

В общих чертах конфликт это — столкновение или борьба, враждебное отношение. Конфликт определяется как отсутствие согласия между детьми.

**Упражнение «Топтыжка»**

*Цель:* обучение технологии формирования толерантности и конструктивного поведения в конфликтных ситуациях у детей.

*Время:*10 минут.

*Ход упражнения:*

«Начиная с меня, выполняем задание по кругу. Правой ногой будем наступать на левую ногу соседа. Тот, кому наступили, попытается оправдать обидчика, называя по имени. Например, я  наступаю на ногу Инне. Инна говорит: «Я прощаю тебя, Татьяна, потому, что ты спешила на работу» и наступает на ногу Марине.  Марина говорит: « Я не обижаюсь на тебя Таня. В этом троллейбусе так тесно и всем надо ехать» и т.д.

Объяснения могут быть  любыми, но не должны повторяться.

**Примечание:** *Наступать на ногу необходимо чисто символически, без усилия.*

Рефлексия.

Это упражнение поможет научиться не обижаться и не держать зла на людей нечаянно причинивших вам боль или создавших вам неудобства, дискомфорт.

В жизни бывают ситуации, когда случайно возникают объективные условия для возникновения конфликта. Так бывает и в детском коллективе

Согласитесь, что порой очень важно волевым усилием, своей, тактичностью, толерантностью сдержать нахлынувшее на вас раздражение и желание действовать агрессивно. Улыбнитесь, пошутите, скажите теплые слова и вы почувствуете, что ваше раздражение улетучилось, и прошла боль.  Необходимо, по возможности, готовить себя к таким ситуациям.

Очень важно развивать у детей навыки контроля чувств.

**«Друг к дружке»**

Детям предлагается разбиться на пары и выполнять команды «рука к руке», ухо к уху, спине к спине, плечо к плечу, бок к боку

По команде 3 хлопка меняемся парами

**«ГРУППОВОЙ УЗОР»**

Многие из вас наверняка имеют опыт составления пазлов.

Наш пазл будет необычным. Для его создания нам не потребуется никаких фрагментов картин, не будет и образца, по которому обычно составляют мозаичную картинку.

Материалом для работы послужат ваши тела. По одному (порядок будет свободным, то есть каждый может сам для себя определить очередность «вхождения» в пазл) участники группы составят узор.

Первый участник устраивается на полу, выбрав позу, положение рук, ног, всего туловища на свое усмотрение. Каждый следующий участник, «дополняя» собой пахт, должен касаться телом хотя бы одного из предыдущих товарищей. Упражнение закончится, когда последний «фрагмент» узора займет место в своеобразной скульптуре, отражающее его предпочтения, ощущения, его положение в групповой картине.