**ТРЕНИНГ ЗНАКОМСТВА И СПЛОЧЕНИЯ
СТУДЕНЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА**

**Общая информация о тренинге**

**Цель:** оптимизация процесса адаптации первокурсников к условиям обучения.

**Задачи:**

* знакомство участников группы;
* осознание личностных качеств и сценариев, проявляющихся в общении;
* определение статусно-ролевой позиции в группе;
* создание позитивного микроклимата.

**Ожидаемый эффект:** знакомство участников группы, приобретение позитивного отношения к другим участникам группы и желания взаимодействовать с ними.

**Оборудование:**

* расположение стульев/скамеек в один общий круг (желательно) + свободное пространство, чтобы была возможность выстроиться в колонну;
* коробочка, маленькие листики для того, чтобы разбиться на пары (каждому участнику);
* импровизированный «микрофон» для упражнения «Интервью»;
* конверт с посланием «Мы лучшая группа!» для упражнения «Факс» +планшетка с листом и ручкой.

**Общая продолжительность тренинга:** 60–80 мин.

**Ход тренинга**

*(студенты и куратор сидят в кругу)*

**Ведущий (В):** Здравствуйте, уважаемая группа! Сегодня наше занятие будет проходить в форме тренинга. Но прежде чем мы его начнем, я хочу спросить: кто-нибудь из вас уже принимал участие в тренингах? (*ответы студентов*) Расскажите остальным об этом опыте. Что вы делали на тренинге? Понравилось ли вам? (*ответы* *студентов*)

А еще, чтобы начать наше занятие, нам нужно познакомиться с некоторыми правилами, по которым будет проходить наш тренинг. Эти правила позволят построить наше взаимодействие так, чтобы наша встреча была максимально полезной и комфортной для каждого.

Участник, нарушивший правило, наказывается «штрафом» в виде прочтения стихотворения или исполнения песни или танца ☺.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Правило** | **Расшифровка** |
| **1** | ***Отключить мобильный телефон*** | P.S. В случае ожидания важного звонка можно просто установить беззвучный режим. |
| **2** | ***«Правило искренности и открытости»*** | Быть откровенным, не «играть». |
| **3** | ***«Правило активности»*** | Все участники принимают активное участие в обсуждениях, выполнении заданий. |
| **4** | ***«Правило одного микрофона»*** | Уважать каждого говорящего, уметь слушать, не перебивать. |

**В:** Все согласны принять эти правила для нашей совместной работы? *(ответы студентов)*

**В:** А сейчас давайте с вами познакомимся чуть ближе. К своему имени устно придумайте, пожалуйста, прилагательное, которое бы характеризовало вас. Прилагательное должно начинаться на ту же букву, что и ваше имя.

Первый участник называет свое имя и качество, второй – называет имя и качество первого, затем свое и т.д. по кругу. Последний участник называет всех. Задание понятно?

*(Куратор начинает выполнять упражнение первым. Далее участники выполняют упражнение по кругу)*

**Обсуждение упражнения:**

* Легко ли было выполнить упражнение?
* Что помогало его выполнить? Какие приемы для запоминания вы использовали?
* В каких случаях возникало волнение?
* Смотрели ли говорящие в глаза тем, о ком говорили?

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**В:** А сейчас мы с вами немного подвигаемся. Я попрошу вас встать со своих мест. Во время выполнения этого упражнения вам будет запрещено разговаривать друг с другом. Нужно как можно быстрее без использования слов построиться в линию по возрасту: от самого младшего участника группы, который должен разместиться здесь *(показать где)* до самого старшего, который должен разместиться вот здесь *(показать где)*. Если вдруг так случилось, что у кого-то из вас с кем-то День рождения в один день, то станьте с ним просто рядом. Задание понятно? Тогда начали!

*(Можно давать любые задания: построиться по росту, по цвету глаз (от светлых к темным оттенкам), по цвету волос и т.д.*

*Данное упражнение позволяет также выявить лидеров в группе (это зачастую те студенты, которые берут на себя руководство в выполнении упражнения))*

**Обсуждение:**

*(Все участники снова сидят в кругу)*

* Легко ли было выполнить упражнение? Почему?
* Что помогало его выполнить?
* Как вы думаете, для чего служит это упражнение?

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**В:** Для выполнения следующего упражнения вам нужно также будет встать со своих мест. Сейчас мы с вами будем здороваться. Но не просто здороваться, а здороваться разными способами. Вы должны хаотично двигаться по кабинету, а по моей команде начинать здороваться в случайных парах так, как я скажу. Понятно, что нужно делать? Начали двигаться!

*(Участники хаотично двигаются, все здороваются:*

* *Способом, как будто лучшие друзья не виделись 1000 лет;*
* *Как будто встретились незнакомые люди;*
* *Как монахи;*
* *Жители одной далекой деревни: смотрят пристально в глаза, поворачиваются спинами, наклоняются и пожимают руки, просунув их между ног)*

**Обсуждение:**

*(Все участники снова сидят в кругу)*

* Понравилось ли вам это упражнение? Чем?
* Было ли трудно что-то выполнять? Что именно? Почему?

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**В:** Следующее упражнение вы будете выполнять в парах. Для того, чтобы мы определились с парами, напишите на вот этих маленьких листочках свои имена и первую букву фамилии (на случай совпадения имен) и сложите их в смятом виде в коробку *(раздать маленькие листы, подготовить коробочку)*. Далее каждый из вас пусть вытянет себе партнера*.*

*(Участники пишут свои имена и тянут бумажки)*

Вам нужно будет взять интервью у того, чье имя вы вытянули, и представить всем собравшимся своего собеседника. Для этого вам нужно будет получить ответы на следующие вопросы. Пометьте их себе.

*(Участники помечают вопросы и берут интервью друг у друга)*

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Вопрос** |
| **1** | Почему ты поступил именно на эту специальность и в этот университет? |
| **2** | Как ты любишь проводить свободное время? |
| **3** | Какой полезный поступок ты сделал за последнюю неделю? |

*(Участники представляют друг друга по цепочке с использованием импровизированного «микрофона»):*

* *Имя;*
* *Ответ на вопрос №1;*
* *Ответ на вопрос №2;*
* *Ответ на вопрос №3).*

**Обсуждение:**

* Что понравилось делать больше: брать интервью или давать?
* Общались ли вы раньше с человеком, у которого брали/ которому давали интервью?
* Были ли вы удивлены чему-то из того, о чем услышали, во время выполнения упражнения?
* Изменили ли вы свое первоначальное мнение о ком-либо после услышанного?

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**В:** И в завершение нашего занятия мы выполним с вами еще одно упражнение, которое поможет нам еще лучше узнать друг друга. Оно называется «Факс».

Все вы сейчас должны выстроиться в колонну друг за другом. Замыкающий колонну получит от меня неизвестное послание в конверте. И будет передавать его по одной букве или символу, рисуя ее/его на спине впереди стоящего. Каждый должен передать полученную букву/символ следующему, выводя у него на спине. Должно получиться предложение, которое нам в конце, когда будут переданы все буквы, озвучит стоящий первым в колонне. Буквы будем использовать печатные, чтобы было легче их «читать». Если вдруг кто-то не понял букву, которую ему передали, то нужно похлопать себя по плечу *(показать как)*, что будет означать, что ее нужно повторить.

*(Передать послание с текстом «Мы лучшая группа!» в конверте замыкающему колонну и планшетку с листом и ручкой для стоящего впереди колонны)*

**Обсуждение:**

*(Все участники снова сидят в кругу)*

* Довольны ли вы результатом работы «Факса»?
* Что помогало и что мешало выполнить задание эффективно?
* Что можно сказать о слаженности работы группы?
* Достаточно ли ответственно вы выполняли свои функции?

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**Завершение тренинга. Обратная связь.**

**В:** Наш тренинг подошел к концу. И, чтобы подвести ему итоги, я попрошу кратко по очереди ответить каждого из вас на следующие вопросы:

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Вопрос** |
| **1** | Что мне сегодня больше всего понравилось на тренинге? |
| **2** | Может быть, было что-то, что вызывало сложности? |
| **3** | С каким настроением и с какими мыслями я ухожу с занятия? |

*(Обсуждение ответов, выводы)*

**В:** Спасибо за совместную работу! Успехов вам!