

Що таке тренінг.

Тренінг – це форма групової роботи, яка забезпечує активну участь і творчу взаємодію учасників між собою і з учителем.

Тренінг є ретельно спланованим процесом надання чи поповнення знань, відпрацювання умінь і навичок, зміни чи оновлення певних ставлень, поглядів і переконань. Отже, у педагогіці співробітництва і розвивального навчання тренінг – це:

1. Нові підходи (співпраця, відкритість, активність, відповідальність).
2. Нові знання (інтенсивне засвоєння, уточнення).
3. Позитивні цінності, ставлення, ідеали).
4. Нові уміння і навички (ефективної комунікації, самоконтролю, лідерства, роботи в команді, уміння надавати й отримувати допомогу, аналіз ситуацій і прийняття рішень).

Ви можете провести мозковий штурм, спільно з учасниками називаючи ознаки тренінгу. Вони можуть сказати, що:

«Тренінг не схожий на уроки».

«Тренінг – це те, що відбувається у школі».

«На тренінгу учні не сидять за партами».

«На тренінгу немає жорсткої дисципліни».

«На тренінгу всі добровільно дотримуються правил».

«Тренінг – це те, що відбувається під керівництвом тренера».

«На тренінгу можна на рівних спілкуватися з тренером».

«На тренінгу можна багато чого навчитися».

«На тренінгу не треба вчитися».

Ці думки на перший погляд є суперечливими. Однак усі вони яскраво характеризують процеси, що відбуваються на тренінгу. Адже хоча тренінг є формою організації навчального процесу, він не схожий на класичні уроки. На тренінгу втрачають силу багато правил, яких учні звикли дотримуватися в школі (вставати, коли відповідаєш; сидіти за партами; не пересідати). Однак ця форма роботи має свої правила. Перше з них – учасники самі виробляють і беруть добровільне зобов'язання дотримуватися певних правил (не запізнюватися, не перебивати, бути доброзичливим, толерантним, активним). Учні справді не сидять за партами, вони сідають півколом або колом, щоб добре бачити одне одного і вчителя, який сидить поруч.

Педагог, якого найчастіше називають тренером, не домінує, а лише спрямовує діяльність групи. Для цього, наприклад, існує правило, що на тренінгу всі звертаються один до одного на ім'я. це допомагає налагодити контакт з групою й усунути психологічні бар'єри.

Тренінг як форма педагогічного впливу передусім передбачає використання активних методів групової роботи (наприклад, рольових ігор).

Саме тому тренінги дуже подобаються дітям і створюють у них відчуття свята, хоча під час їх проведення можна навчитися і збагнути набагато більше, ніж під час класичного уроку.

Структура тренінгу

Тренінг має певну структуру (див. малюнок).

Вступна частина тренінгу передбачає вирішення таких завдань:

- оцінка рівня засвоєння матеріалу попереднього тренінгу (отримання зворотного зв'язку). Зазвичай це відбувається у формі опитування (що найбільше запам'яталося чи сподобалося на минулому тренінгу) або перевірки домашнього завдання;
- актуалізація теми поточного тренінгу і виявлення очікувань;
- створення доброзичливої і продуктивної атмосфери (цей етап називають загальним терміном «знайомство». Він проходить у формі самопрезентації чи взаємопрезентації учасників тренінгу;
- підтримання демократичної дисципліни у формі прийняття, уточнення або повторення правил групи.

Основна частина тренінгу – кілька тематичних завдань у поєднанні з вправами на зняття м'язового і психологічного напруження.

В основній частині тренінгу іноді виділяють теоретичний і практичний блоки. Проте цей поділ є досить умовним. Адже знання (як уміння та навички) на тренінгу здобуваються у процесі виконання практичних завдань (міні-лекції у формі бесіди, презентації, взаємонавчання, робота в групах).

Заключна частина тренінгу охоплює:

- підведення підсумків;
- отримання зворотного зв'язку за тематикою поточного тренінгу;
- релаксацію і процедури завершення тренінгу.

Зміст тренінгу

Форма проведення тренінгу має суттєве значення, однак головним є його зміст. Щоб реально вплинути на свідомість і поведінку учнів, зміст тренінгу повинен:

бути ретельно спроектованим;

- максимально наближеним до потреб і проблем учасників;
- м враховувати рівень їх актуального розвитку і завдання найближчого - розвитку;
- орієнтуватися на формування цінностей, знань, умінь і навичок, які є основою позитивної поведінки;
- обговорювати делікатні теми не ізольовано, а в контексті інших важливих проблем

Первоцвітам не страшні ані сніг, ані злі морози – до всіляких примх природи ці ранні квіти добре пристосувались. Але є у них інший, набагато страшніший ворог, від якого важко врятуватись – це ми з вами. В Україні вже зникло майже 50 видів рослин. І цей процес триває... Дуже швидко з „лиця Землі” зникають усі види підсніжників, диких тюльпанів, сон-трави та інших первоцвітів. Ще трішки і ми більше ніколи не зможемо милуватись їх красою, а наші діти та онуки будуть знати про них лише з книг та оповідей. За вікном ще панує зима, але про весняне тепло нам нагадують перші вісники пробудженої природи – первоцвіти. Та, на жаль, не встигли квіточки порадіти теплу сонячного проміння. Бо, ми, „дбайливі господарі”, та „шанувальники краси” вже встигли зірвати їх та прикрасити ними власні оселі. А через день викинути їх на смітник, через те, що зів’яли. Підсніжники, сон-трава, дикі тюльпани, цикламен, шафран - це все жертви людської зажерливості та бездумності. Заради грошей щороку знищуються тисячі цих видів рослин. Не зупиняє „торгівців красою” і те, що ці первоцвіти занесені до Червоної Книги, а деякі зовсім знаходяться на межі зникнення. Горе-бізнесмени закупають квіти оптовими партіями у Сімферополі, Джанкої та Карпатах, а потім відправляють їх на торгові точки, переважно стихійні: у переходах, на зупинках громадського транспорту, біля метро. А якщо ж „продукцію” не встигли вчасно продати, то тисячі рідкісних та зникаючих підсніжників просто викидають. Первоцвіти мають ще іншу назву – ефемероїди. Це слово грецького походження і в перекладі означає „швидкоплинний”, „скороминучий”. Таку назву вони отримали через те, що дуже швидко зацвітають. Первоцвіти ще восени готуються до весни, накопичуючи в своїх цибулинах запаси поживних речовин, щоб вчасно зустріти весну та порадувати нас своєю красою. Тому, зірвавши всього одну стеблину з трьома первоцвітами, ми знищуємо 45-60 насінин. А для того, щоб вирости, наприклад, доросла квітуча конвалія потрібно аж 7-8 років. Рідкісні рослини та первоцвіти охороняються Червоною Книгою та Законами України („Про рослинний світ”, „Про охорону навколишнього природного середовища”, „Про Червону

Книгу України"). Проте найбільш дієвим способом захисту перших провісників весни від знищення є проведення щорічної всеукраїнської природоохоронної акції „Первоцвіт”. До цієї акції активно залучаються громадські організації України, але особливу активність виявляє одна з провідних екологічних організацій – Всеукраїнська екологічна ліга (ВЕЛ). Тим більше, що її осередки діють в усіх областях України. Вони охоплюють як обласні центри, так і невеличкі селища, тобто робота проводиться масштабно і продумано. Один із таких осередків зареєстровано в ЗОШ № 1. 65 учнів та вчителів школи є членами ВДС «Екологічна варта». На рахунку осередку вже декілька проведених природоохоронних акцій. На початку березня всі учні школи беруть участь у традиційній весняній акції «Первоцвіт» Учасники акції привертають увагу громадськості до проблем охорони ранньоквітучих рослин всієї України. У комплексі заходів - виготовлення листівок на захист первоцвітів, розповсюдження їх серед жителів міста, а також проведення вікторин, бесід, конкурсів, метою яких є заохочення школярів до захисту та дбайливого відношення до першої весняної краси. Акція „Первоцвіт” проводиться в Україні щороку, але, тим не менш, торгівля підсніжниками не припиняється. Бажання людей збагатитися не знає меж. Але, перед тим як зірвати, або придбати букет первоцвітів, згадаймо слова Джеральда Даррелла:

„ Пам’ятайте, у рослин та тварин немає депутатів, їм немає кому скаржитися, їх немає кому захистити, окрім нас, людей, які разом з ними живуть на цій планеті...”.

Матеріали для бесіди

«Зроби свій внесок в охорону першоцвітів!»

Щороку наприкінці зими та на початку весни в Україні знищуються (в результаті незаконного збору та продажу) мільйони ранньоквітучих рослин – першоцвітів. Серед них – підсніжники, шафрани, рябчики, білоцвіти, сні, проліски, черемша та ін. Більшість цих видів занесено до Червоної книги України та обласних «червоних» списків регіонів, де вони зростають. Крім того, значна частина видів первоцвітів охороняється міжнародними конвенціями, які ратифіковано в Україні. Особливо активно продаж відбувається під час зимово-весняних свят – 14 лютого та 8 березня. В ці дні обсяги незаконної торгівлі набувають найбільших показників. За даними Всесвітнього фонду охорони дикої природи (WWF), незаконна торгівля об’єктами дикої флори та фауни посідає третє по прибутковості місце після торгівлі наркотиками і зброєю. Масова торгівля об’єктами дикої природи призводить до їх зникнення у природних локалітетах. В такий спосіб багато естетично привабливих видів рослин і тварин (або цінних з інших причин) потрапляють до Червоної Книги а потім, якщо винищення не припиняється – вимирають. Дуже часто первоцвіти знищуються з підземними частинами, що призводить до фізичного знищення популяцій. Як наслідок – навколо великих міст в природі ви вже не знайдете жодного підсніжника. Згідно законодавства України, здійснюючи торгівлю рідкісними та зникаючими видами рослин та їх частинами, громадяни порушують закони України: „Про рослинний світ” „Про охорону навколишнього природного середовища”, "Про Червону Книгу України", та згідно ст. 88, 88-1, 90 Кодексу України про адміністративні правопорушення караються штрафами. Проте найбільш дієвим способом захисту перших провісників весни від знищення є проведення щорічної всеукраїнської природоохоронної акції „Первоцвіт”. До цієї акції активно залучаються громадські організації України, але особливу активність виявляє одна з провідних екологічних організацій – Всеукраїнська екологічна ліга (ВЕЛ). Учасники акції привертають увагу громадськості до проблем охорони ранньоквітучих рослин всієї України. Акція „Первоцвіт” проводиться в Україні щороку, але, тим не менш, торгівля підсніжниками не припиняється. Бажання людей збагатитися не знає меж. Але, перед тим як зірвати, або придбати букет первоцвітів, згадаймо слова Джеральда Даррелла: „ Пам’ятайте, у рослин та тварин немає депутатів, їм немає кому скаржитися, їх немає кому захистити, окрім нас, людей, які разом з ними живуть на цій планеті...”.

зім'яти цей листок, порвати і викинути.

Вправа «Розкажи мені про себе»

Кожному учню на невеликому аркуші паперу

дістається прізвище та ім'я однокласника. Задача — не називаючи прізвища та імені, зачитувати позитивну характеристику цього учня, поки діти не вгадають, хто це.

Вправа на розвиток пам'яті

Учитель на дошці відкриває написані знаки

За 5 хв назвати себе позитивними за характером іменниками. Такі іменники можна навіть видумати, наприклад «котолюб, природолюб...». Чим більше таких промінців — тим твоє «Я» яскравіше.

Я

спортсмен

сила

котолюб

добро

учень

онук

син

справедливість

особистість

сміливість

улюбленець

зайчик

повар

співак

Тренінг " Формування навичок здорового способу життя"

Поділитися... 14.01.2012, 22:52

1, Організація класу.

2. Складання правил роботи.

- * Уміти слухати один одного.
- * Говорити повинен хтось один.
- * Хочеш висловитися - підними руку.
- * Поважно ставитися до всіх учнів без винятку.
- * Говорити по суті.

3. Об'єднання дітей у групи.

Завдання групам:

1) скласти модель здоров'я (" Асоціативний куц")

2) Обмінятися моделями. Зруйнувати чужу модель здоров'я, тобто додати чинники, які руйнують здоров'я. (Алкоголь, паління...)

3) Повернути зруйновані моделі і спробувати їх відновити.

- Що ви відчували, коли руйнували чужу модель здоров'я?

- Що ви відчували, коли руйнували вашу модель здоров'я?

- Чи можна відновити зруйноване?

- Який же висновок слід зробити?

(ВІДНОВЛЮВАТИ ЗРУЙНОВАНЕ ДУЖЕ ВАЖКО,ТОМУ ТРЕБА БЕРЕГТИ ТЕ, ЩО МАЄМО!)

4. Повідомлення теми і мети уроку.

Це завдання було проведено не випадково, один із чинників, що руйнує здоров'я - паління.

5. Вправа " Акваріум"

(Учасники однієї групи сідають у коло, передаючи м`яч , говорять по одному висловлюванню на тему: " Що я знаю про шкоду паління?" Всі інші спостерігають.)

6, " Мозкова атака"

Палити добре Палити погано

- тебе вважають "крутим";
- людина має жовті зуби;
- паління в шкільному віці дає можливість швидше подорослішати;
- курці частіше хворіють;
- сигарета знімає нервову напругу;
- у вагітних жінок народжуються хворі діти;
- той, хто палить, має більше часу для відпочинку;
- той, хто палить, передчасно старіє;
- треба бути як усі.
- сигарета є причиною пожежі;
- від курців погано пахне.

7. Вправа " Займи позицію" Тема : " Палити чи ні"

ТАК НІ НЕ ЗНАЮ

- Як ти вважаєш - треба палити чи ні?

- Станьте біля того плакату, який збігається з твоєю думкою.

- Обґрунтуйте свою позицію. Намагайтеся переконати інших у правоті вашої думки.

-Після обговорення, якщо ви змінили точку зору, можете перейти до іншого плакату.

8. Експрес опитування.

(Учні отримують по два квадратики - червоний і білий. Червоний позначає мати, білий - тато.)

— Чи палять твої батьки?

- Якщо, "так" поставте +, якщо "ні" - поставте -

Оголошення результатів опитування.

9. Релаксація.

Ти впіймав золоту рибку. Вона може виконати твої три бажання. Про що ви її попросите?

10. Підсумок.

- Найдорожче для людей - здоров`я. Його не купиш за гроші. Так давайте берегти наше здоров`я, здоров`я рідних і близьких !