



## **Социальная технология**

Расширение социальных компетенций у подростков

---

**Мероприятие:** «Сундук свободного времени»

**Название/тема:** Психологический тренинг.

**Целевая группа:** подростки от 10 до 14 лет.

**Цели:** Мотивация учащихся на освоение умения распределять свое свободное время.

**Ожидаемые результаты:** осознание ребятами аспектов категории времени: время физическое, психологическое, историческое;

Осознание своих целей и осуществления выбора на основании своих ценностей.

**Материалы:** коробочка с крышкой (по одной на каждую группу); набор мелких предметов, которые уместятся в коробку (магниты, мелки, конфеты, ракушки, шишки, ключи, пакетики чая, ластики); стикеры, листы для записей, фломастеры, музыкальное сопровождение.

**Место проведения:** Территория детского клуба.

**Время проведения:** 40 – 45 минут

---

### **Содержание:**

**Приветствие.** Передаю тебе...

**Упражнение.** Две коробки, в которой находятся два предмета. Задача ребят в группах: охарактеризовать человека, который бы владел этими предметами.

**Обсуждение.**

Вывод: О человеке много можно сказать, если знаешь, какими делами или событиями наполнен его день.

**Сундук** (по мотивам восточной притчи)

Однажды мудрец гулял по берегу моря со своими учениками. И вдруг волна выбросила к их ногам старинный сундук. Ученики ликовали. Сундук был тяжелым, и им так хотелось поскорее посмотреть, что же внутри его. Открыли ученики сундук, а там... пусто.

-Ничего нет, - расстроились они.

*(Вопрос к ребятам: расстроились бы они, почему?)*

-Это хорошо, что сундук пуст, - ответил мудрец. – Пришло время поговорить с вами о том, как сделать пустое – полным. Посмотрите вокруг. Как и чем бы вы наполнили сундук?

*(Ребята представьте себя на берегу моря, чем бы вы наполнили сундук.*

*Ребятам дается стикер на котором они пишут то, чем бы они заполнили сундук.)*

*(музыкальное сопровождение)*

-Я наполнил бы сундук большими камнями, - сказал один.

-А я мелкими камешками, их уместятся много, но при этом я сберегу свои силы, - предложил другой.

Третий считал, что в сундук надо насыпать песка, тогда все пространство без остатка будет заполнено.

-Да,- улыбнулся мудрец. – Я видел много разных людей, и каждый из них по-своему наполнял свой сундук, и каждый был уверен, что его сундук полон. Я хочу показать вам, как это делал мой учитель.

Мудрец взял сундук и наполнил его большими камнями.

-Сундук полон? – спросил он учеников.

-Полон – ответили они.

Затем мудрец насыпал в сундук мелких камней.

-Сундук полон?

-Полон.

А потом все оставшееся пространство мудрец заполнил песком.

И вновь на вопрос мудреца "Сундук полон?" ученики отвечали: "Полон".

-Я благодарен своему учителю, который показал мне этот способ. Ведь сундук так похож на отпущенное нам время.

*(Почему мудрец сравнил сундук со временем? Ответы записываются на доске).*

Как и сундук, время ограничено, и мы заполняем его по-разному. И не всегда у нас есть возможность заполнить его тем, чем мы желаем. Но важно помнить, что крупные камни – это наши большие дела, которые все вокруг видят. Небольшие камни – это время, которое мы посвящаем нашему отдыху, игре, развлечениям. А песок – это мелкие каждодневные дела. Их так много, что не всегда видно другим людям, но они также важны и необходимы для самого человека.

После этих слов мудрец закрыл сундук и прикоснулся к нему рукой.

Когда он открыл его вновь, то к изумлению учеников сундук оказался наполнен слитками золота, драгоценными камнями и золотым песком.

### **Упражнение**

Ребята, как вы думаете, что в вашей жизни школьника можно назвать "золотыми слитками"? Что это за время? Каким важным делам и занятиям оно посвящено?

Списки дел                                      списки развлечений                                      каждодневные дела

(ребята записывают ответы на листочках, затем ответы фиксируют на доске)

### **Упражнение**

Напишите важные для вас дела на начало букв времени.

**В** – достигать **вершину** в школьных делах

**Р** – **радоваться** каждому дню и в школе и дома

**Е** – **ежедневно** говорить хорошие слова друг другу

**М** – **мужественно** преодолевать препятствия и трудности

**Я** – **ясно** усваивали школьный материал и любую другую информацию, которая вам пригодится в жизни.

В конце мероприятия проводится упражнение на закрепление.

**Пожелания** участников друг другу о проведении времени с пользой.