

**ВЪВЕЖДАЩ ТРЕНИНГ  
(ТРЕНИНГ ЗА УЧИЛИЩНА АДАПТАЦИЯ)  
ЗА 8 КЛАС**

**ПГВТ „А.С.Попов”  
2025**

*Схема на въвеждащия тренинг:*

|                    | <b>Първи ден<br/>15.09.2025<br/>Място:<br/>в училище</b>                              | <b>Втори ден<br/>16.09.2025<br/>Място:<br/>в училище</b>  | <b>Трети ден<br/>17.09.2025<br/>Място:<br/>Западен парк</b>                  |
|--------------------|---|---|--|
| <b>Първа сесия</b> | <b>Размразяване<br/>~ 60-80<br/>минути</b><br><br><b>Начало: след<br/>тържеството</b> | <b>Да опознаем<br/>нашето<br/>училище<br/>~ 60-80<br/>минути</b><br><br><b>Начало: след<br/>учебните<br/>часове (около<br/>13 ч.)</b> | <b>Игри за<br/>доверие<br/>~ 60 минути</b><br><br><b>Начало: 10<br/>часа</b> |
| <b>Втора сесия</b> | <b>X</b>  | <b>Правила и<br/>Договор<br/>~ 60-80<br/>минути</b>   | <b>Казуси<br/>Групов пъзел<br/>~ 60 минути</b>                               |
| <b>Трета сесия</b> | <b>X</b>  |   | <b>Пикник –<br/>Споделена<br/>трапеза</b>                                    |

## **ПЪРВИ ДЕН, ПЪРВА СЕСИЯ: РАЗМРАЗЯВАНЕ**

### **• (~10-15 мин.) Въведение от Водещите – ученици и педагози.**

- Поздрав към новите ученици
- Кратко обяснение за въвеждащия тренинг и проекта по програма Европа. Информация за това, че ще се правят снимки
- Самопредставяне на водещите - име и фамилия, роля в училището, желателно обръщение

### **• (~20-25 мин.) Запознаване..**

- **Игра с малка топка.** Участниците си подават малка топка. Всеки, който получава топката, **казва името си и 1 нещо за себе си**, и подава топката на друг човек. Започва някой от водещите, като задава формата: **„Аз съм (име) и съм/обичам да ... (...)**. Играта продължава, докато топката не мине през всички участници. Правилото е, да се подава винаги на нов участник, който до момента не е бил включен в играта. Ако някой подаде грешно, Водещ моли да се предаде топката на друг човек.
- След като топката мине през всички, един от Водещите взема топката и обяснява новите условия: този, у когото се намира топката, трябва да отговори на въпроса: **„Какво очаквам от новото училище?“**, и да подаде топката на друг участник по свой избор, като назовава избрания събеседник по име и на “ти”. След като участникът отговори, задаващият въпроса му благодари. Упражнението се изпълнява, докато топката не премине през всеки един от участниците (включително през Водещите).
- **Обобщение от Водещ за очакванията**

### **• (~20-25 мин.) Какво обичам, какво не обичам.**

- Всички участници получават по един лист А5 с таблица „Какво обичам, какво не обичам”.

## С В Е Т Л А

| +           | -         |
|-------------|-----------|
| ЖЪЛТО       | КАФЯВО    |
| ЕСЕН        | ЗИМА      |
| КОТКА       | ХЛЕБАРКА  |
| СИРЕНЕ      | ФРИКАСЕ   |
| ИСКРЕНОСТ   | ЛИЦЕМЕРИЕ |
| ДА ТАНЦУВАМ | ДА МИЯ    |
|             | ЧИНИИТЕ   |

- След като всички попълнят листчетата си, те ги закачат на баджовете си
- **Споделяне.** След като всички си закачат «анкетите», по реда на кръга всеки прочита какво е написал. След всяко прочитане Водещ казва: **Нека всички които имат повече от 3 съвпадения с ... (име), да станат** – всички, които отговарят на условието стават. – **Благодаря! Седнете!** – и така до края на кръга.
- **Обобщение от Водещ:** от това упражнение научихме, че имаме много общи предпочитания и интереси.

### • (~5-10 мин.) *Заключение.*

- Водещите анонсират накратко програмата на тренинга в следващите 2 дни, без да издават подробности: **В следващите 2 дни ни предстоят още срещи с Вас, в които ще продължим запознаването помежду си и с училището.**
- Водещите разясняват как се попълва **Чек-листа на настроението**, и го пускат за попълване от групата
- Водещите раздават на участниците **подаръци** – бонбони, и листове със задачи за „**Домашно наобратно**” (*Ошамод*):

#### **Ошамод:**

1. Разкажете на родителите си за днешния ден и новия си клас
2. Помислете, какво да предложите да се включи в Правилата на класа
4. Не забравяйте въкъщи доброто настроение ☺

*Край на сесията и на деня*

## ВТОРИ ДЕН, ПЪРВА СЕСИЯ

Да опознаем нашето училище

~ 60-80 минути

### ПРОТИЧАНЕ НА ЗАНЯТИЕТО

• *Преди започване на занятието: стаята се подрежда със столове в кръг; ако има възможност – с музикален фон, джаз от Youtube*

• **Въведение от Водещ:** днес ще продължим нашия тренинг, като темата на днешната среща ще разберете след малко. Ще поработим около 1- 1,5 часа.

- (~5-6 мин.) **Айс-брейкър: Стани, ако....** Всички участници сядат в кръг. Водещите казват поредица от кратки твърдения, започващи с „*Стани, ако...*“. Тези, за които твърдението е вярно, стават за миг, оглеждат се (виждат кои са като тях) и сядат отново.

Твърдения:

- „Стани, ако имаш брат или сестра.“
- „Стани, ако обичаш сладолед.“
- „Стани, ако някога си пътувал извън България.“
- „Стани, ако имаш домашен любимец.“
- „Стани, ако обичаш да футбола“
- „Стани, ако обичаш да спиш до късно.“
- „Стани, ако очакваш днес хубави и интересни неща“

*(Хубаво ще е на последния въпрос да станат всички 😊)*

• (~15-20 мин.) **Екипни задачи.** Водещ: Днес ни предстои да опознаем по-добре нашето училище и да се срещнем с нови хора. За целта ще се разделим на няколко екипа, всеки от които ще има своя задача.

*Водещите разделят групата на 5 екипа и им раздават задачите, напечатани на отделни листове. За представянето на изпълнената задача екипите могат да подготвят постер, или да прожектират направени от тях снимки и селектирани материали от интернет, ако в стаята има условия за това. Екипите имат 10 минути за проучване и още 5 минути за подготовка на представянето. Екипите, чиито задачи са извън стаята, се придружават от Водещ.*

Задачи:

- **Екип 1: Извънкласни дейности**

Разгледайте информацията на таблата в коридорите и фойетата на училището и съберете данни за извънкласните дейности – клубове, спортни отбори, проекти. Подгответе кратко представяне: Какви възможности за извънкласни дейности предлага училището и кое ви се струва най-интересно? *(Задачата се изпълнява извън класната стая)*

- **Екип 2: Патронът на училището – А.С. Попов**

Проучете кой е патронът на училището – А.С. Попов. Кой са неговите най-големи постижения, защо е избран именно той? Какви интересни факти можете да разкажете за него? Подгответе кратко представяне, в което да разкажете какво е значението му за науката и за нашето училище. *(Задачата се изпълнява в стаята, чрез проучване в интернет)*

- **Екип 3: Възможности за реализация**

Проучете какви възможности за бъдеща реализация предлага професията, която ще учите в това училище. Какви интересни и важни неща могат да правят хората с такава подготовка? Представете информацията, така че да вдъхновите съучениците си за бъдещето. *(Задачата се изпълнява в стаята, чрез проучване в интернет)*

- **Екип 4: Училищни пространства**

Разгледайте двора на училището и нарисуйте схема, като отбележите различните спортни съоръжения и други кътове. Подгответе кратко представяне на възможностите за спорт и предложения за спортни и други активности, които бихте искали да се организират в двора, както и за подобрения на спортната база. *(Задачата се изпълнява извън класната стая, на двора)*

- **Екип 5: Интервюта с Водещите**

Подгответе 5 кратки въпроси към двама от Водещите на тренинга – учител и ученик, чрез които да научите повече неща за училището, учителите, учениците, и всякакви други неща, които ви вълнуват във връзка с новата ви среда. Задайте им въпросите и

изслушайте отговорите. Представете пред целия клас накратко проведените интервюта. (*Задачата се изпълнява в стаята*)

- (~25-30 мин.) **Презентация на Екипните задачи.**

- Всички екипи се събират отново в класната стая и имат 5 минути, за да подготвят своите презентации.
- Всеки екип представя в рамките на 10 минути пред цялата група резултатите от своето проучване. Другите ученици и Водещите могат да задават въпроси.

- (~5 мин.) **Посланието на нашия клас.** Водещите казват, че сесията ще завърши с групова снимка с послание към училището и училищната общност. С кратка мозъчна атака се формулира едно изречение, се изписва на постера с логото на училището, и групата се снима с него.

Примери за послания:

- ПГВТ „А.С.Попов” е нашето място за знания, приятелства и нови възможности
- Здравей, училище! Готови сме за нови приятелства, знания и приключения!

*Така направената групова снимка може да се сподели веднага в социалните мрежи, а впоследствие ще бъде разпечатана и закачена на табло, отразяващо тренинга.*

*Почивка 10 минути*

## **ВТОРИ ДЕН, ТРЕТА СЕСИЯ**

### **Правила и Договор**

*~ 60 минути*

#### **ПРОТИЧАНЕ НА ЗАНЯТИЕТО**

- (~ 10-15 мин.) *Въведение.*

**Водещ:** След като прекарахме заедно няколко часа, кажете ми: какви сме всички ние, събраните в тази стая? **Защо сме заедно?**

*Изслушва отговори и записва на дъската: клас, група, екип и др. Вероятно ще има и отговори, които не са в тази насока, те се записват също.*

**Искам да ви предложа да помислите върху следното. От днес, докато завършите училище, вие ще прекарате заедно около 1000 дни, повече от 6000 учебни часа. Ще правите заедно много неща: ще учите, ще се забавлявате, ще правите грешки, ще преодолявате трудности.**

**За да вървите по-леко по дългия път, който ви предстои, много ще ви помогнат добрите взаимоотношения в групата. Ако станете екип, отбор със свои правила и стил, този отбор ще бъде ваша опора и подкрепа.**

**Изграждането на екип не става за 1-2 дни, но ние вече направихме първите стъпки към това. Сега ви предлагам да направим още една крачка в тази посока. Нека всеки да каже, какво ще ни бъде необходимо, за да станем истински отбор.**

• (~ 20-25 мин.) *Екипни правила.* Учениците предлагат, по реда на кръга или в свободен ред, различни принципи, правила, изисквания, които според тях са важни, за да станат истински екип – например, „Да се изслушваме”, „Да си помагаме”, „Честност”, „Добронамереност” и т.н. Всички предложения се записват на постер – може да ги записва някой от Водещите, може и самите ученици да излизат и да ги записват. (За този постер е важно да се остави място отгоре за заглавието и отдолу за подписи, и предложенията да се структурират като номериран списък, тъй като той после ще се превърне в Договор. Ако един лист се окаже малко, може да се добави втори до него). В процеса на записване предложенията се обсъждат, конкретизират, уточняват.

След като бъдат записани всички предложения, Водещ прави преглед и обобщение на написаното, след което пита, има ли някой възражения срещу нещо от написаните правила, или някакво съществено допълнение. Ако има възражения срещу конкретни точки, те се обсъждат, докато не се стигне да консенсус (може някоя от точките да се премахне или преформулира в резултат на обсъждането).

Когато цялата група стигне до консенсус по изведените правила, Водещият написва най отгоре: „Договор на.... клас” и предлага на всички участници да го подпишат.

Ако някой не е съгласен с нещо, може да напише особено мнение, особена клауза.

След като всички се подпишат, Водещите благодарят на участниците и им предлагат да снимат договора и да запазят снимката в телефоните си.

Занятието завършва с аплодисменти.

Ако стаята ще бъде класна стая на класа, Договорът остава на стената/дъската. Ако стаята няма да е класна стая на този клас, вариант е учениците да го дадат на класния си ръководител, за да го постави в своя кабинет.

Преди окончателното завършване на занятието се договаря часът и мястото на срещата в парка на следващия ден – най-добре е да се сподели локация през телефоните.

*Край на сесията и на деня*

# ТРЕТИ ДЕН, ПЪРВА СЕСИЯ

## ИГРИ ЗА ДОВЕРИЕ

~ 60-80 минути

*Занятието се провежда в Западен парк*

### ПРОТИЧАНЕ НА ЗАНЯТИЕТО

- (~ 15-20 мин.) *Начало и айс-брейкинг.*
- Участниците се събират в уречения час на уреченото място в парка, с толеранс 10 минути. При идването всеки получава от Водещите картонче с написана дума и инструкцията да помисли как да я представи с пантомима.
- Когато всички са се събрали, Водещ съобщава, че ще започнем с една игра. Всеки има картонче с написана на него дума. Тази дума образува двойка с друга дума - антоним, т.е. дума с противоположно значение, която е у някой друг. Ще започнем представяне на думите с пантомима. Задачата ни е да познаем коя е думата, и да се намери нейната „двойка”. Участниците, които имат „двойка” думи, образуват двойка за следващата игра.

*Двойки думи:*

- Ден – Нощ
- Лято – Зима
- Начало – Край
- Победа – Загуба
- Радост – Тъга
- Приятел – Враг
- Сила – Слабост
- Истина – Лъжа
- Светлина – Мрак
- Добро – Зло
- Щастие – Нещастие
- Вход – Изход
- Богатство – Бедност
- Успех – Провал

#### ВАЖНО!

*Думите общо са 28, а участниците вероятно ще са по-малко, затова при раздаването на думите трябва да се следи, да не се дадат думи без „двойка”. Ако участниците са нечетен брой, един от Водещите трябва да се включи в играта.*

- (~ 10-15 мин.) **“Слепци”**.
- Оформилите се двойки трябва да изпълнят следващото упражнение. Единият участник ще бъде “слепец”, а другият - “водач”. Слепецът казва на водача, къде иска да бъде заведен - на кино, в магазина и т.н., след което си затваря очите, а водачът го развежда, като го държи за ръката, и му разказва, откъде минават.
- След 3-4 минути двамата си сменят ролите.
- След изпълнението на упражнението двамата си благодарят.

- (~ 5 мин.) **Дискусия:**

- Каква беше темата на играта? – *Доверие, Контрол, Водещ и воден*
- Нужно ли е доверие в класа и защо? Какви са отношенията между учениците в един клас, ако няма доверие?
- Възможно ли е доверие между ученици и учители? В какво би се изразило?

(~ 10 мин.) **“Змия”**. Всички участници се подреждат в една „змия“, като всеки се хваща за раменете на стоящия пред него. По сигнал на Водещ всички, без първия човек, си затварят очите. Първият човек води змията, като може да завива, да сменя темпото, да спира, да подскача и т.н., а другите трябва да се опитват да го следват и да повтарят движенията му. По сигнал на Водещ „смяна!“ първият човек се пуска и отива най-отзад, вторият си отваря очите и продължава воденето. Могат да се сменят 5-6 човека в играта.

(~ 10 мин.) **“Кръг на безопасността”**. 5 участници застават в кръг и се хващат за ръце, а 1 участник влиза в кръга. Участникът в кръга започва да се движи произволно, а кръгът около него трябва да се движи с него, не допускайки докосване, и без да се разкъсва. По сигнал на Водещ „Десет!“ други десет участници образуват втори кръг около първия, като се движат заедно с него и също спазват дистанция. По-нататък Водещите изпращат към кръга по двама участници, които трябва да се присъединят към един от двата кръга, като не се нарушава движението и дистанцията. В средата също могат да се добавят участници, до 3 човека. Играта завършва когато всички участници бъдат разпределени в един от кръговете и кръговете успеят да направят няколко „чисти“ движения.

(~ 10 мин.) **“Оплитанка”**. Всички участници застават в кръг и се хващат за ръце. Един или двама участници излизат от кръга и се отдалечават на няколко крачки от групата. Участниците в кръга се „заплитат”, като могат да се завъртат, да минават под ръка, да прескачат ръце и т.н., но не трябва да се пускат. Когато са готови, извикват другите двама, които трябва да ги „разплетат”, също без да се налага да се пускат ръце. Играта може да се изиграе 4-5 пъти с различни „разплитащи”.

(~ 10 мин.) **„Река с крокодили”**. *Водещите очертават с две въжета пространството на реката. Групата трябва да премине от единия бряг на другия, като стъпва само на „Камъни” – листове А4. Всеки участник получава по 1 „камък”. Когато „камък” остане без човек върху него, той „потъва” (Водец го маха). Ако някой участник стъпи извън „камък”, Водец взима един „камък”. Играта завършва, когато групата достигне другия „бряг”.*

## ТРЕТИ ДЕН, ВТОРА СЕСИЯ

### ГРУПОВ ПЪЗЕЛ

~ 60 минути

Занятието се провежда в Западен парк

#### ПРОТИЧАНЕ НА ЗАНЯТИЕТО

- (~ 5-10 мин.) Водещите раздават на всеки участник по един лист размер около А5, изрязан във вид на елемент от пъзел.

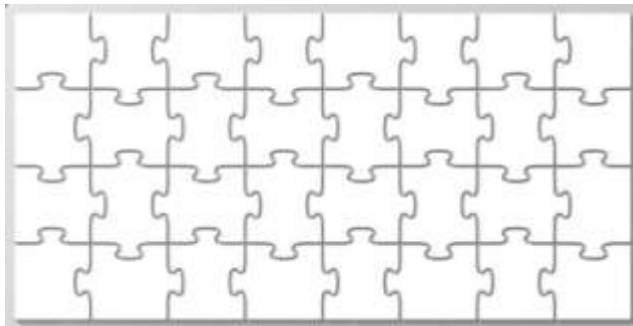
*Инструкция от Водещите:* Всеки от вас получи по едно парче от голям пъзел. Това парче е символ на вашето място в класа – уникално и незаменимо. Вие имате за задача да го оформите, както намерите за добре.

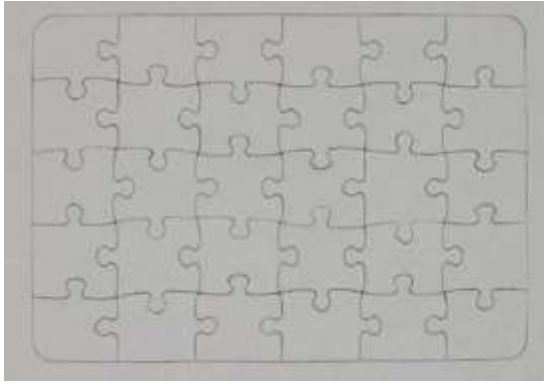
На лицевата страна: нарисуйте нещо, което ви представя, което казва „това съм аз“. Правилото е, да запълните максимално пространството на листа.

На гърба: напишете своето име и изречението, довършено по ваш избор:

„Аз нося на класа...“ (например: „добро настроение“, „идеи“, „усмивки“, „смелост“, „приятелство“).

Когато всички сте готови, ще сглобим пъзела и ще видим голямата картина – нашия клас. Така ще открием как всеки допринася със своето парче, за изграждането на едно цяло.





*Предлаганите шаблони за пъзел са с 32 и 30 парчета, така че някои парчета ще останат празни. След като се сглоби пъзелът и се види, че има празни парчета, може да се предложи на учениците кого да поканят да се включи в техния пъзел – учители, по-големи ученици и т.н. Ако засега нямат идея, парчетата могат да си останат празни, за бъдещи участници.*

- (~ 5-10 мин.) Оформяне на парчетата от пъзела – всеки работи индивидуално върху своето парче.
- (~10-15 мин.) Сглобяване на пъзела. Шаблонът за пъзела е такъв, че част от парчетата са еднакви по форма, и могат да бъдат поставени на различни места. Сглобяването се извършва откъм лицевата страна на парчетата (с рисунките). След като парчетата бъдат подредени, те се фиксират от Водещите с тиксо. Всички разглеждат получената се композиция. След това сглобеният пъзел се обръща, за да се видят посланията. Възможна е кратка спонтанна дискусия. Водещите съобщават на участниците, че с този пъзел след малко ще отидат на общата трапеза, където ще се срещнат с другите осмокласници, но преди това ще направят заключителен кръг.

- (~ 20-25 мин.) *Заключителна рефлексия.*

Участниците сядат в кръг заедно с Водещите.

*Водещ:* Нашият тренинг е към своя край. Благодарим на всички вас за това, което преживяхме заедно. В този заключителен кръг искам да помоля всеки от вас с едно изречение да сподели какво си взима от тези два дни, какво е научил, какво ще запомни.

*Участниците по реда на кръга споделят своите впечатления.*

*По преценка на Водещия, може да се подава някакъв предмет, но обикновено вече може и без това.*

*Водещ.* Благодаря на всички за споделеното. С тези думи почти затваряме нашия кръг и нашия тренинг, предстои само една заключителна игра. Запазете хубавите преживявания от тези дни и ги носете със себе си през новата учебна година. Краят на тренинга всъщност е начало – на вашия път в новото училище, с нови приятели и нови предизвикателства. Ние, вашите ментори, винаги ще сме до вас, можете да разчитате на нашата подкрепа. А и ние ще разчитаме на вас, като на млади хора с мечти, амбиции и отговорност. Благодарим!

*Край на сесията*

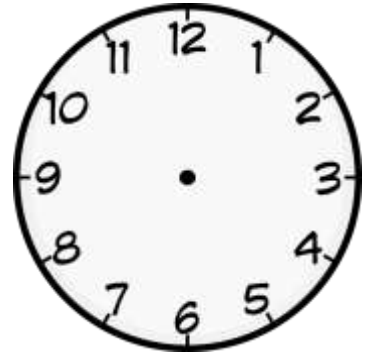
**ТРЕТИ ДЕН, ТРЕТА СЕСИЯ**  
**СПОДЕЛЕНА ТРАПЕЗА**  
*~ 60-80 минути*

*Занятието се провежда в Западен парк*

**ПРОТИЧАНЕ НА ЗАНЯТИЕТО**

• (~ 20-25 мин.) *Срещи по часовник.*

- Водещите раздават на всички участници един лист А4 с нарисован циферблат на часовник и отбелязани часовете: 2, 4, 6, 8.
- Всеки участник има за задача да си договори срещи за 2, 4, 6 и 8 часа с различни хора.
- Темите на всяка среща са написани на циферблата.
- Участниците се събират около трапезата и имат 5 минути, за да си договорят срещи. Водещите показват лист с написан час, и всички участници се разпределят по двойки, както са се договорили. Двойките имат по 5 минути, за да обменят мнения по темата. След това Водещите обявяват новия час.



Теми:

2 часа: Предишното ми училище

4 часа: Защо съм избрал да уча тук, с какво искам да се занимавам, какво да постигна

6 часа: Какъв човек съм – характер, интереси, силни и слаби страни

8 часа: Една интересна история с мое участие

По-нататък сесията протича в свободна и неформална форма, като се обявява крайният час, след който трябва да се прибере и разчисти всичко.

*Край на тренинга*