

Картотека игр на взаимодействие и сплочение детского коллектива



МКДОУ Сортавальского МО РК

Детский сад №23 «Ладушки»

корпус 1 «Родничок»

Воспитатель: Агаркова Е.А.

Дошкольный возраст является наиболее благоприятным для освоения навыков сотрудничества. Сотрудничество строится на основе интереса детей друг к другу и к совместной деятельности и выражается в способности вступать во взаимодействие. Поэтому необходимо помочь детям понять, что делать что-то вместе не только интересно, но и трудно, так как нужно уметь договариваться, соблюдать очередность, прислушиваться к мнению товарищей

Игры, направленные на помощь в совместной деятельности

1. **«Закончи рисунки».** Дети сидят в кругу. У каждого — набор фломастеров или карандашей и листок бумаги. Воспитатель говорит: «Сейчас каждый из вас начнет рисовать свою картинку. По моему хлопку вы прервете рисование и тут же отдадите свою незаконченную картинку соседу слева. Он продолжит рисовать вашу картинку, затем по моему хлопку прервется и отдаст ее своему соседу. И так до тех пор, пока тот рисунок, который вы начинали рисовать в начале, не вернется к вам». Дети начинают рисовать любую картинку, затем по хлопку воспитателя передают ее одному соседу и одновременно получают от другого соседа его картинку. После того как картинки обошли полный круг и вернулись к своим первоначальным авторам, можно обсудить, что в результате получилось и кто из ребят что нарисовал на каждом общем рисунке. Такое же задание можно организовать на материале лепки или аппликации.
2. **«Рукавички».** Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички с различным не закрашенным узором. Количество пар рукавичек должно соответствовать количеству пар участников игры. Каждому ребенку дается вырезанная из бумаги рукавичка и предлагается найти свою пару, т. е. рукавичку с точно таким же узором. Одинаковых половинок две, они образуют пару. Дети ходят по комнате и ищут свою пару. После того как каждая пара рукавичек встретится, дети должны как можно быстрее раскрасить одинаково рукавички, причем им дается только три карандаша разного цвета.
3. **«Угадай-ка».** Дети объединяются в пары или тройки. «Сейчас мы с вами поиграем в игру «Угадай-ка», — говорит воспитатель, — вы договоритесь между собой, какой рисунок выложить на дощечке. Чтобы никто не услышал, надо подвинуться друг к другу ближе, обнять за плечи, наклониться и говорить шепотом. Потом вы все вместе выкладываете свой общий рисунок, а когда он будет готов, остальные попытаются угадать, что вы изобразили». Дети договариваются друг с другом о сюжете рисунка, выкладывают его. После этого вся группа угадывает, какой рисунок задумали ребята. Подобное задание того же типа можно провести на материале рисунка или аппликации.
4. **«Мастер и подмастерья».** Воспитатель делит группу на подгруппы по три-четыре человека. Один ребенок мастер, остальные — подмастерья. Воспитатель говорит: «В нашем городе объявлен конкурс на самую лучшую аппликацию, в котором принимают участие самые знаменитые мастера. У каждого мастера есть свои подмастерья, которые в точности должны выполнять все его инструкции. Аппликация должна быть создана как можно быстрее. Мастер придумывает сюжет и распределяет обязанности: один должен вырезать детали нужной формы, другой — искать нужные цвета, третий — намазывать клей. Мастер будет наклеивать детали на лист бумаги». После того как работы готовы, устраивается выставка.
5. **«Общая картина».** Воспитатель приносит большой лист ватмана и говорит: «Помните, в самом начале мы с вами играли в зверей в лесу? В нашем лесу жили добрые животные, которые друг друга очень любили, всегда были готовы прийти на помощь другому и никогда не ссорились. Сегодня мы с вами все вместе нарисуем этот лес и всех его обитателей, ведь мы так на них похожи: мы тоже любим друг друга, всегда помогаем и никогда друг с другом не ссоримся!».

6. **«Найди свой дом».** Игра на сплочение, установление доверительного контакта между детьми. Дети сидят на стульчиках. У них в руках разные игрушки. На словах ведущего: «Пойдем гулять» все оставляют «дома» (на стульчиках) игрушки и идут за ним. В течение какого-то времени все участники ходят, прыгают, бегают по помещению, а ведущий незаметно меняет местами игрушки. Затем он говорит: «Дождь пошел!» и все убегают в свои «домики». Но так как на их стульчиках теперь сидят не их игрушки, дети должны найти свою игрушку, и «переехать к ней» (сесть на стульчик со своей игрушкой).
7. **«Продолжи движение».** Цель игры: научить согласовывать свои действия с другими. Дети стоят в кругу. Водящий начинает выполнять какое-нибудь движение (например, приседает, встает на одну ногу, поднимает руки вверх и т. д.). По сигналу водящий останавливается — замирает, а его движение подхватывает сосед справа. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не побывают в роли водящего. *Примечание:* Важно, чтобы движение водящего повторялось именно с того момента, где оно закончилось.
8. **«Встаньте все те, кто...»** Цель игры: развитие внимания, наблюдательности. Дети сидят на стульях. Ведущий говорит: «Встаньте те, у кого: светлые волосы (карие глаза; в одежде есть синий цвет; пишет левой рукой; любит танцевать и т.д.)». *Примечание.* Дети 5 лет и старше могут играть роль ведущего.
9. **«Скульптура».** Цель игры: научить работать в парах, согласовывать действия. Участники разбиваются на пары. Ведущий предлагает им договориться, кто из них будет скульптором, а кто - «глиной», какого сказочного персонажа будет лепить скульптор. Затем скульптор начинает лепить, бережно прикасаясь к «глине». «Глина» — очень послушный материал, поэтому во всем слушается скульптора, но не может говорить. Когда скульптор закончит свою работу, он оживляет свою скульптуру. Та начинает двигаться так, чтобы другие дети смогли догадаться.
10. **«Паучки и комары».** Цель игры: создание эмоционально-положительного фона. Все дети — комарики, они под спокойную музыку двигаются по игровой комнате. Два ребенка, взявшись за руки, изображают паучков. Задача паучков - двигаясь под музыку, запятнать как можно большее количество комариков. Те дети, до которых дотронулся паучок, садятся на стулья. Когда все комарики пойманы, выбирается следующая пара паучков и игра возобновляется. *Примечание:* Для детей старше 5 лет можно выбрать две пары паучков.
11. **«Разговор через стекло».** Цель игры: научить использовать мимику и жесты в общении. Дети делятся на пары. Ведущий дает задание: «Представьте себе, что один из вас зашел в магазин, а другой остался на улице, но забыл сказать товарищу, что необходимо купить в магазине. Попробуйте с помощью жестов договориться о покупке. Голос использовать нельзя, потому что в магазине очень толстое стекло и через него ничего не слышно». *Примечание:* Начинать игру стоит с работы одной пары, остальные дети наблюдают. Затем следует обсудить, правильно ли играющие поняли друг друга и что им помогло догадаться.
12. **«Страна лягушат».** Цель игры: научить общаться без слов. Ведущий говорит: «на поляне в лесу протекает ручеек, и там живут удивительно дружелюбные и вежливые лягушата. Они не умеют разговаривать, но общаются с помощью жестов. При встрече здороваются ладошками. Когда хотят узнать, как дела, прикасаются к плечу. Отвечают - с помощью мимики и жестов. Давайте и мы превратимся в лягушат, и «поговорим» на их языке».
13. **«Разговор на незнакомом языке».** Цель игры: учить работать в команде, понимать интонацию говорящего. Дети сидят на стульях, выбирается ведущий, которому дети будут задавать различные вопросы, например: «Ты сегодня дома завтракал?», «у тебя есть дома книжка про...?», «Хочешь со мной поиграть?». Ведущий должен ответить на непонятном языке («та-та-та», «пра-мо-мо» и т. д.), используя интонацию в голосе так, чтобы спрашивающий ребенок мог понять его ответ.

14. **«Ласковые имена».** Цель игры: установление положительного контакта между детьми. Взрослый предлагает детям. «Назови своего соседа ласковым именем так, чтобы ему было приятно». *Примечание:* В игре можно использовать какой-нибудь предмет (например, игрушку, цветок и т. п.). Передавая его соседу, ребенок называет того ласковым именем.
15. **«Помоги другу».** Цель игры: развитие партнерских отношений, взаимопомощи, умения работать в команде. Дети делятся на пары. Одному из них завязывают глаза. На полу между двумя стульями расставлены крупные игрушки. Одному ребенку из пары необходимо провести партнера с завязанными глазами от одного стула к другому так, чтобы ни одна игрушка не была сбита.

Игры для объединения групп на пары / малые группы

16. **«Дополнить карточку, объединиться в пары».** Ведущий выбирает несколько хорошо известных фраз и пишет половину выражения на одном кусочке бумаги, а вторую часть – на другом. Например: «С днем рождения» и т.д. Карточки скручиваются, кладутся в шляпу, и затем каждый вытаскивает кусочки и ищет себе пару.

Примечание: Данная игра следует использовать, если Вам необходимо разделить группу на пары в случайном порядке, познакомить и сплотить группу.

17. **«Что у нас общего».** Ведущий называет любую характеристику человека или его поведения, например: «Те, кто любит фрукты!». Участники узнают себя и встают на то место, на которое указал ведущий и т.д.

Примечание: Данное упражнение позволяет разделить группу на необходимое Вам число подгрупп. С помощью данного упражнения Вы также можете оживить активность группы, усилить концентрацию внимания участников.

18. **«Члены семьи».** Подготовьте карточки по числу участников. Разделите их на такое количество стопок, сколько групп кооперативного обучения вам необходимо образовать. Напишите на каждой карточке одну из семейных ролей и профессию так, чтобы в каждой стопке семейные роли были разные, а профессия одна, например: Мама Фермер, Папа Фермер, Сестра Фермер и Брат Фермер. Перемешайте все карточки и предложите участникам взять по одной из общей стопки. Можете также использовать имена и названия различных животных или фруктов. Кроме того, можно изобразить на карточках фигуры, например: звезда, солнце, месяц, цветок и т.д. В каждой семье (подгруппе) должно быть 4 или 5 членов. После того, как каждый участник получил по карточке, все участники начинают ходить по комнате, создавать «семьи» по своему признаку, стараясь создать семью (подгруппу) как можно быстрее.

Примечание: С помощью данного упражнения Вы можете разделить группу в случайном порядке на необходимое Вам количество подгрупп. Данная игра применяется в начале занятий, активизируя участников.

19. **«Поездки на такси».** Выберите несколько добровольцев (по числу необходимых Вам подгрупп). Эти участники будут выполнять роль таксистов. Их задача – двигаться по помещению, останавливаясь по команде ведущего. Предложите остальным участникам представить, что они садятся в такси. В такси может поместиться только определенное число участников, например 2, 4 или 8. Когда такси останавливается, участники должны бежать «занимать места в такси».

Примечание: Это полезное упражнение, если нужно объединить участников в группы с определенным числом членов в случайном порядке, активизировать их.

20. **«Игра в животных»**. Напишите на отдельных листочках столько названий видов животных, сколько вам необходимо подгрупп. Перемешайте карточки и раздайте участникам, затем попросите их, издавая характерные звуки того или иного животного, найти остальных членов своей подгруппы. Примечание: Игра в игровой форме помогает разделить большую группу на несколько подгрупп, вовлекает ребят в активную деятельность.

21. **«Поиск общего»**. Группа делится на пары, и два человека в паре находят как можно больше общих признаков, затем по команде ведущего пары объединяются в четверки с той же целью. Ведущий может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д. Образованные малые группы могут представить свои общие черты.

Примечание: Упражнение развивает внимание к личности партнеров, осознанию проявлений своей личности, позволяет участникам лучше узнать друг друга. Может использоваться в любое время занятия.

Игры для сплочения группы

22. **«Солнце светит на...»**. Участники сидят или стоят в тесном кругу, один человек стоит по центру. Участник в центре громко говорит: «Солнце светит на...» и называет цвет предметов или элемент одежды, или какую-то другую характеристику, которая объединяет хотя бы несколько человек в группе. Например: «Солнце светит на тех, кто носит носки» или «солнце светит на тех, у кого карие глаза». Все участники, имеющие данную характеристику, должны поменяться местами друг с другом. Водящий пытается занять одно из освободившихся мест. Новый водящий в середине начинает все заново. (Вариант: «Ветер дует на...»).

Примечание: Данное упражнение лучше проводить в начале занятия. Данная игра включает участников в активную деятельность, концентрируя их внимание.

23. **«Фруктовый салат»**. Участники сидят в круге. Ведущий просит первых 4-5 человек, сидящих рядом в круге, назвать по одному свои любимые фрукты (например, яблоко, груша, банан, апельсин). Следующие, сидящие в круге, по очереди повторяют прозвучавшие названия фруктов. Таким образом, каждый «назван фруктом». Один человек – ведущий – должен встать в центре круга. Ведущий выкрикивает название фрукта, например апельсин, и все «апельсины» должны поменяться друг с другом местами. Человек в центре также старается занять одно из занимаемых мест, и другой участник остается без места. Новый ведущий опять называет какой-то фрукт и игра продолжается. Название «фруктовый салат» означает, что все меняются местами.

Примечание: Данное задание очень активизирует ребят. Его можно применять для создания групповой сплоченности, усиления концентрации внимания и для того, чтобы «перемешать» участников, например, для последующего знакомства в парах, разделив сидящих рядом знакомых.

24. **«Паровозикимен»**. Все участники стоят в кругу. Ведущий стоит в центре круга, затем подходит к одному из участников, называет его по имени и предлагает покататься. Названный участник встает позади ведущего, они, изображая паровоз, движутся к следующему участнику, а все остальные в это время повторяют имя выбранного участника. Игра продолжается до тех пор, пока в паровозике не окажутся все участники.

Примечание: Упражнение применяется для знакомства, укрепления сплоченности группы, двигательной активности, снятия напряжения.

25. **«Построиться по...»**. Участники строятся в шеренгу по любому признаку: рост, цвет волос, длина волос, величина ладони, веселость, двигательная активность и т.д. Ведущий

предлагает обсудить различные системы оценки, комментируя, что в зависимости от оцениваемого критерия человек может оказаться первым или последним.

Примечание: Упражнение применяется для разрядки, сплочения группы, помогает осознанию относительности любой системы оценки, повышению самооценки участников.

26. **«Разгоняем паровоз...».** Участники передают по кругу по два хлопка в ладоши, постепенно уменьшая интервалы между хлопками до команды ведущего, затем – обратный процесс.

Примечание: Упражнение помогает сплочению, ощущению общности группы, тренирует внимание, координацию.

27. **«Колпак...».** Участники все вместе поют песню: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Все поют песню несколько раз, каждый раз прибавляя обозначение слова жестом. Последнее исполнение песни состоит почти из одних жестов.

28. **«Взгляд».** Участники стоят в круге. Стоящие друг против друга пары встречаются взглядом и меняются местами. Поменяются практически все одновременно. Предложите меняться молча в полной тишине, не прерывая контакт глазами. Затем предложите поприветствовать друг друга в центре круга.

Примечание: Это упражнение можно использовать для сплочения группы. Причем в данной игре используется невербальный подход установления контакта в группе. На наш взгляд, проведение данного упражнения эффективно в уже сложившейся группе для большей оптимизации контактов.

29. **«Имя и определение».** Участники, стоящие в круге, придумывают себе определения, как они сегодня себя чувствуют, или кто они. Затем, по очереди, называют свое имя и определение. Условия: 1) имя и определение должны начинаться на одну и ту же букву. Например: Я – Ольга, я – очарованная; я – Гена, я – голодный. 2) каждый должен сыграть и показать определение без слов.

Примечание: Данное упражнение эффективно не на первых стадиях сплочения группы, а во второй половине первого дня работы или на второй день, когда участники уже достаточно знают друг друга, не опасаются возможных шуток или насмешек, доверяют друг другу. Также данная игра позволяет участникам проявить себя с творческой стороны.

30. **«Место справа от меня».** Участники садятся в круг. Ведущий просит подвинуться так, чтобы место справа от каждого участника освободилось. Затем один из участников говорит: «Я бы хотел/а, чтобы ... сел/а рядом справа от меня». Так продолжается до тех пор, пока все не сядут вплотную друг к другу.

Примечание: Данное упражнение направлено на сплочение, поддержание доверия в группе, лучше его использовать, когда участники уже хорошо знакомы, и группа прошла стадию конфликта.

31. **«Автолайн».** Эта игра может быть названа любым видом местного общественного транспорта. Выберите определенное количество «водителей». Назовите им определенное число пассажиров, которых необходимо подвезти. (Проверьте, правильно ли вы всех подсчитали, чтобы никто не остался без поездки!) Попросите водителей ходить по комнате, создавая шум моторов и рекламируя свои автобусы (или другие транспортные средства). Пассажиры образуют цепочку за водителем, как будто это средство передвижения. Теперь все автобусы ездят как будто они в пробке, подавая звуковые сигналы.

Примечание: Данное упражнение направлено на активизацию таких анализаторов участников, как: тактильный, слуховой, зрительный; а также активацию коммуникативных невербальных навыков. В ходе совместной деятельности усиливается групповая сплоченность.

32. **«Кролики».** Кто-нибудь начинает: поднимает обе руки к ушам и постукивает по ним пальцами. Соседи с обеих сторон поднимают только одну руку к уху, ближнему к этому человеку. Ведущий указывает на одного из участников, сидящих напротив. Этот человек тоже поднимает обе руки к ушам. Участники по бокам от нового «кролика» тоже поднимают по одной руке. Так продолжается до тех пор, пока все не побывают «кроликами».

Примечание: Игра представляет собой ролевую игру, его также хорошо применять как в начале, так и в конце занятия. Участники легко вовлекаются в игровой процесс, активизируются, кооперируются.

33. **«Правый борт / левый борт».** Участники стоят в центре комнаты и представляют, что они на корабле в шторм. Если ведущий кричит: «правый борт!», все бегут направо. Если «левый борт» – налево, а если кричат «выровнять корабль!», то все бегут обратно в центр. Могут быть и другие задания: «вскарабкаться на такелаж, когда все представляют, что они карабкаются; «драить палубы!» и так далее.

Примечание: Это очень энергичное упражнение, участники все вовлекаются в игру, активно выполняя задания. Следует иметь в виду, что после упражнения участники будут возбуждены.

34. **«Я собираюсь в путешествие».** Все сидят в кругу. Игра начинается с высказывания: «Я собираюсь в путешествие и беру с собой объятие» и участник обнимает человека справа от себя. Этот человек затем говорит: «Я собираюсь в путешествие и беру с собой объятие и похлопывание по спине» и затем обнимает человека справа и похлопывает его по спине. И так каждый участник повторяет то, что было сказано и добавляет новое действие к сказанному. Необходимо пройти по кругу, чтобы до всех дошла очередь.

Примечание: Данное упражнение можно применять в середине занятия для большей групповой сплоченности и позитивного эмоционального настроения участников. В упражнении проявляются кинестетические ощущения.

35. **«Прикосновение тела».** Объясните участникам, что вы дотронетесь до кого-нибудь. Потом они должны, используя только ту часть тела, до которой дотронулись вы, дотронуться до кого-то другого. Продолжайте игру, пока все участники не будут задействованы.

Примечание: Это упражнение заставляет тесно взаимодействовать друг с другом. Игра можно применять для большего сплочения участников.

36. **«Пять островов».** Мелом нарисуйте на полу пять кругов, достаточно больших, чтобы разместить всех участников. Дайте название каждому из островов. Попросите всех выбрать остров, на котором они хотели бы жить. Предупредите участников, что один из островов очень скоро затонет в море, и жители этого острова будут вынуждены быстро переселиться на другие острова. Пусть все разместятся, а потом выкрикните название острова, который тонет. Участники бегут к четырем другим островам. Игра продолжается до тех пор, пока все не соберутся на одном острове.

Примечание: Данная игра можно проводить как в начале, так и в конце занятий. Задание усиливает внимание, стимулирует физическую активность, заставляет кооперироваться.

37. **«Бумага и соломинка».** Участники делятся на команды. Каждая команда выстраивается в линию и помещает карточку в начале линии. У каждого члена команды есть питьевая соломинка или тростник. Когда игра начинается, первый участник должен подобрать карточку, засасывая ее в соломинку. Затем карточка передается следующему члену команды тем же методом. Если карточка падает, все начинается сначала.
Примечание: Очень энергичное задание, участники группы испытывают эмоциональный подъем.

38. **«Лиса или заяц».** Для игры понадобятся два шарфа. Участники встают в круг. Один шарф называется «лиса», другой – «заяц». «Лиса» завязывает шарф на шее одним узлом, «заяц» – двумя. Начинается игра выбором двоих участников, которые стоят напротив друг друга в кругу. Шарфы повязываются на шеи участников. Игра начинается, ведущий дает команду к старту. Участникам нужно развязать их шарфы и повязать на шею соседа. Шарфы двигаются в одном направлении по кругу. Шарф «лиса» только с одним узлом движется быстрее, чем «заяц». Те, кто завязывают два узла шарфа «заяц» должны постараться делать это как можно быстрее, чтобы убежать от шарфа «лиса». (Вариант: «Заяц и кондуктор»).

Примечание: Физически активное задание, требует пристального внимания от участников, кооперирует. Участники активно «болеют» за зайца, но в то же время им всем приходится исполнять роль и «лисы» и «зайца».

(2 вариант). **«Лис и кролик»** Участники сидят в кругу и передают два мяча, один из которых «Лис, а другой «Кролик». Задача «Лиса» поймать «Кролика». «Кролик» может прыгать из рук в руки как угодно, а «Лис» может только передвигаться по кругу. Если мяч оказался в руках у одного человека – «Лис» поймал «Кролика».

39. **«Игра в бутылочку».** Участники стоят в кругу. В первом раунде бутылка (или другой предмет) просто передается по кругу. Участники должны что-то сделать с бутылочкой, например, погладить ее, потереть или перевернуть. Во втором раунде, попросите участников вспомнить, что они делали с бутылочкой и то же проделать со своим соседом справа.

Примечание: Данное задание предполагает укрепление взаимосвязей между участниками, снятие напряжения, укрепление сплоченности. Его можно использовать в середине и ближе к концу тренинга.

40. **«Групповой массаж».** Попросите группу встать в круг и повернуться так, чтобы перед каждым участником была спина другого человека. Сосед сзади начинает массировать плечи соседа, стоящего впереди него.

Примечание: Данная игра позволяет усилить групповую сплоченность через телесный контакт. Упражнение лучше применять в конце занятия.

41. **«Коленки».** Участники встают в тесный круг, соприкасаясь плечами, и поворачиваются так, чтобы их правые плечи смотрели внутрь круга. Попросите участников поставить ладони на талию стоящих перед ними партнеров. На счет «три!» предложите участникам сесть. Каждый должен оказаться сидящим на коленях участника, находящегося сзади от него.

Примечание: Данное упражнение направлено на сплочение группы через телесный контакт и одновременное выполнение задания. Это задание можно предложить только хорошо сплоченной группе, с высокой степенью доверия участников друг другу.

42. **«Ведущий и ведомый».** Участники разбиваются на пары. Один участник завязывает глаза, он будет исполнять роль ведомого. Его партнер, ведущий, осторожно водит по комнате, следя за тем, чтобы они никуда не врезались. После некоторого времени,

ведущий занятие просит пары поменяться ролями. В конце участники обсуждают, что они чувствовали, когда им пришлось доверять кому-то, чтобы быть в безопасности.

Примечание: Данное упражнение можно применять, когда участники уже достаточно сплочены и доверяют друг другу. Это задание позволяет участникам переживать чувства других, мотивирует доверять друг другу, заботиться и принимать на себя ответственность за других, тем самым создавая атмосферу групповой сплоченности.

43. **«Лицом к лицу».** Каждый находит себе пару. Ведущий называет действия, например «нос к носу», «спина к спине», «голова к колену» и т.д. Участники должны следовать инструкциям в своих парах. Когда ведущий говорит «человек к человеку», каждый должен найти себе другую пару.

Примечание: Данная игра можно применять в середине и в конце занятия для усиления групповой сплоченности и активизации учащихся.

44. **«Ищем клад»** Ведущий говорит, что сейчас ребята начнут искать «клад», спрятанный в комнате. Для этого участникам предлагается рисунок – план комнаты.

Примечание: В игре происходит планирование и организация совместных действий, которая требует от участников сообразительности и исполнительности. В результате приложения определенных усилий вырабатывается умение организовывать совместные действия. Можно применять данное упражнение и в начале, и в конце занятия.

45. **«Айсберги».** Ведущий рисует на асфальте три круга разной величины (большой, средний, маленький) или раскладывает на полу ватманы, чтобы на них смогли поместиться почти все участники. Все участники свободно и хаотично двигаются вне кругов. По команде ведущего «Айсберги» все должны поместиться на всем выделенном пространстве. Кто заступает за край, тот выбывает из игры. Во время продолжения игры доступная площадь постепенно сокращается, в конце остается либо самый маленький круг, либо небольшой ватман.

Примечание: Упражнение способствует укреплению сплоченности группы, быстроты реакции, взаимопомощи. Его можно использовать в любое время занятия.

46. **«Хомячок».** Все садятся в круг, первый участник начинает рассказ словами: «У меня живет хомячок, у него вот такие лапки» и показывает. Следующий повторяет движения предыдущего участника и продолжает рассказ: «У меня живет хомячок, у него вот такие ушки» и т.д. по принципу снежного кома. По окончании рассказа вся группа рисует хомячка, про которого они только что рассказали.

Примечание: Упражнение способствует развитию воображения, находчивости, сообразительности, тренировке памяти, может выполняться в любое время занятия.

47. **«Переход через реку».** Вся команда держится за плечи друг друга, в то время как нога каждого участника связана попарно с ногой соседа. Команда должна за 5-7 минут перейти с одного конца помещения до другого – через нарисованную «реку». Для команды здесь приготовлены препятствия в виде перевернутых стульев. Инструкция: команда без потерь в ограниченное время должна перебраться на другую сторону реки через все препятствия (камни, ямы), должна уложиться в отведенное время.

Примечание: Упражнение стимулирует участников кооперироваться для выполнения задания, принимать совместно решения, слушать друг друга, доверять друг другу.

48. (вариант предыдущей игры). **«Переход на другую сторону реки»**
(«Переход с темной на светлую сторону луны»)

В группе выбираются 11 – 12 добровольцев. Остальные будут наблюдателями.

На полу на расстоянии 1 шага раскладываются листы плотной бумаги – «камни» (или кольца диаметром 60-70 см или нарисуйте подобные кольца мелом – 5-6 штук). Добровольцы встают вдоль свободной стены помещения в шеренгу по одному и ноги каждых двух соседей связываются при помощи косынки или шпагата на уровне лодыжек. Таким образом, ноги каждого участника оказываются связанными с ногами соседей справа и слева, кроме начинающего и завершающего. Ведущий дает инструкцию: «Представьте, что вам необходимо пройти с одной стороны бурной речки на другую по камням (с «темной» стороны луны на «светлую»). Вы можете идти, ступая только на газеты-камни» (в область кругов «кратеров», обозначенных кольцами). Первый участник – лидер, начинает движение» Если не получается – начать сначала.

Примечание: Упражнение способствует сплочению группы, совместному планированию последующих действий, принятию решений. Рекомендуется делать это упражнение в помещении достаточной площади, например, в спортзале, с «разогретой» группой.

49.«Слепые, немые и лидер». В группе выбираются 11 добровольцев. Остальные будут наблюдателями. 11 добровольцев встают вдоль свободной стены помещения в шеренгу по одному, выбирают одного «самого смелого» – лидера, 5 участникам завязывают глаза (каждому второму в шеренге). В результате получилось 5 человек с завязанными глазами – они могут говорить, но не могут видеть (слепые), еще 5 участников – могут видеть, но им не разрешается разговаривать (немые), и один участник, зрячий и говорящий – он будет в данном случае лидером. Ведущий предлагает взяться всем за руки. Ведущий «закручивает шеренгу в спираль», так, что один участник, стоявший в конце шеренги оказывается в центре спирали, а второй концевой (лидер) – снаружи. Этот последний берет в свободную руку конец шпагата, и шпагатом обертывается вся группа по периметру, и второй конец оказывается у лидера. Таким образом, вся группа превратилась в один «узел». Теперь «лидер» выбирает путь, по которому группа должна пройти из одного угла класса (зала) в другой, и ставит на пути препятствия (стулья, два стула с натянутой между ножками веревкой и т. д.) и предлагает группе пройти этот путь. Если не получается – начать сначала.

Примечание: Упражнение применяется для укрепления сплоченности группы, чувства доверия и ответственности за других. Обсудите, какие чувства испытывал каждый участник, какие трудности испытывал ведущий, как участники пришли к победе, что помогло выполнить задание. Наблюдатели пусть поделятся своими чувствами относительно выполнения упражнения.

Рекомендуется использовать безопасное помещение большой площади.

50. «Поиск решения проблемы». В ограниченном пространстве (участниками, стульями, стеной и т.д.) несколько участников с завязанными глазами пытаются поймать одного зрячего – «проблему». Для выполнения задачи они должны объединиться. Ведущий не должен подсказывать, что нужно делать.

Примечание: Упражнение способствует формированию навыка совместного принятия решений. После выполнения упражнения необходимо обсудить, как участники пришли к решению. Необходимо достаточное пространство, чтобы участники не могли поймать «проблему» в одиночку.

51. «Просьба о помощи». Каждому участнику предлагается взять канцелярскую резинку, надеть ее на кисть так, чтобы резинка была надета на мизинец и большой палец с перекрестом на тыльной стороне ладони. Задание: попытаться снять резинку без помощи второй руки. Примечание: Если у кого-то получилось, ведущий должен попросить объяснить, как он/а это сделал/а. У большинства не получилось? Что необходимо для того, чтобы снять резинку? Помощь со стороны? Помощь соседа? Обсудить с группой возможность попросить о помощи в трудных ситуациях без стеснения.

52. **«Горячий стул».** Один из участников по желанию садится в центр круга, остальные по очереди говорят ему, с чем (или с кем) он у них ассоциируется, какие чувства вызывает. Затем обсуждаются переживания всех участников во время упражнения.

Примечание: Упражнение способствует развитию навыка восприятия мнения окружающих о себе, способности участников говорить о своих переживаниях и не оценивать друг друга, провоцирует возникновение сильных переживаний, развитие группового процесса. Проведение этого упражнения возможно при достаточно высоком уровне безопасности.

53. **«Доверяющее падение».** Один из участников падает на сцепленные руки остальных с более высокой позиции, спиной. Задача группы – его не уронить. Варианты: а) на сцепленных руках передавать лежащего на спине участника с одного конца колонны до другого; б) подсунуть под спину лежащего на твердой поверхности участника по два пальца рук остальных участников стоящих справа и слева и по команде ведущего поднять лежащего участника.

Примечание: Упражнение способствует разрядке, сплочению группы, выработке групповой стратегии решения проблемы.

Упражнения для тренировки невербальных навыков общения

54. **«Переманивания».** Половина группы сидит на стульях лицом в центр круга. Вторая половина стоит за стульями сзади. На одном стуле никто не сидит, и задача того, кто стоит сзади переманить кого-то на свой стул так, чтобы это не заметил тот, кто стоит за стулом. Задача того, кто стоит за стулом не пустить (поймать) «своего» сидящего.

Примечание: Упражнение способствует развитию внимания, разрядке, проявлению личных взаимоотношений, сплочению. Для его выполнения необходимо нечетное количество участников.

55. **«Кто ты?».** Попросите добровольца выйти из комнаты. Группа решает, какова будет профессия (увлечение) вышедшего, например: водитель, рыбак и т.д. Когда доброволец возвращается, участники молча производят движения, характеризующие выбранный вид деятельности. Доброволец по демонстрируемым движениям пытается угадать, какую профессию (увлечение) выбрала для него группа.

Примечание: Данная игра лучше применять в группе с уже установленными отношениями между участниками. В этом упражнении участники учатся понимать информацию, передаваемую невербальным путем.

56. **«Выражение чувств».** Участники по очереди вытягивают бумажки с названиями чувств и молча выражают это чувство с помощью мимики. Передвигаясь произвольно, находят себе партнеров, выражающих аналогичное чувство, собираются в группы. По знаку ведущего выясняют, насколько однородные группы образовались.

Примечание: Упражнение способствует пониманию важности языка тела, налаживанию связи чувства с его телесным выражением.

57. **«Кокос».** Ведущий показывает группе, как пишется слово «К-О-К-О-С», используя любые движения тела и рук. Потом все участники пробуют проделать это вместе.

Примечание: Данное упражнение лучше проводить в конце занятия. Игра направлена на усиление групповой сплоченности и восстанавливает энергию участников.

58. **«Пишем телом».** Попросите участников написать их имена в воздухе частью своего тела. Они могут выбрать локоть, например, или ногу. Продолжайте упражнение до тех пор, пока все участники не напишут свое имя несколькими частями тела.

Примечание: Данное упражнение одинаково можно использовать на разных этапах занятия. В ходе выполнения данного игра участники лучше узнают друг друга, вовлекаются в групповую динамику.

59 (2 вариант). **«Имена в воздухе».** Попросите участников написать свои имена в воздухе сначала правой рукой, потом левой рукой. В итоге, пусть они напишут имена в воздухе обеими руками одновременно.

60. **«Времена года».** Участники молча разбиваются на группы по временам года, соответственно дате рождения. Затем каждая группа изображает своё время года. Задача остальных – угадать, какое.

Примечание: Упражнение используется для разрядки, знакомства, сплочения группы с акцентом на тренировку навыков невербального общения.

(вариант). «Дни рождения» Участники молча строятся в шеренгу по дням рождения.

61. **«Зеркало».** В парах один повторяет движения другого.

Варианты: а) вся группа повторяет движения одного; б) в парах поставить между ладонями спички или зубочистки остриями в ладони для усложнения выполнения упражнения и большей синхронности.

Примечание: Упражнение развивает опыт ведения и ведомости, межличностного взаимодействия.

62. **«Подарок».** Участники стоят в кругу. Начинает один участник. У него есть возможность подарить своему соседу справа все, что угодно. Единственное условие – молчание, показать подарок можно только жестами, без слов. Если сосед догадался, что именно ему подарили, то он должен продемонстрировать, что он будет делать с этим подарком. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не получит свой подарок.

Примечание: Упражнение способствует развитию внимания, невербальной коммуникации, его можно выполнять как в кругу, так и в парах.

63. **«Подмигивание выбивалы».** До начала игры ведущий просит кого-нибудь принять на себя роль «выбивалы», и пусть участник сохранит это в тайне. Далее ведущий объясняет, что один человек в группе – «выбивала», и он может «выбивать» участников, подмигивая им. Затем ведущий предлагает участникам молча, хаотично двигаться по комнате, смотря в глаза проходящих мимо. Задача – не встретиться с «выбивалой». Если «выбивала» подмигнул участнику, тот выбывает из игры. Выигрывает тот, кто продержался дольше всех.

Примечание: Данная игра эмоционально вовлекает участников в ролевую игру, активизирует их. Лучше проводить его, когда группа уже сплочена, не в начале занятия.

64. **«Синяя корова».** Участники разбиваются на две команды, и каждая команда загадывает слово. Затем участники одной из команд выбирают игрока соперников и говорят ему загаданное слово. Когда он вернется в свою команду, его задача – объяснить без использования предметов, слов и букв загаданное слово. Если команда угадала слово, то она получает очко. Затем наступает очередь другой команды. Затем игра усложняется – загадывают пословицы, поговорки, крылатые выражения.

Примечание: Упражнение способствует развитию творческого воображения, навыков невербального общения, умения понимать друг друга без слов.