

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования детей

ДЕТСКО – ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ПИЛИГРИМ»

443102, Пр. Юных Пионеров 142, т. 931 – 77 – 09, Е – mail: [piligrim – samara@mail.ru](mailto:piligrim-samara@mail.ru)

# Летняя игровая площадка

Методические рекомендации по  
проведению игр,  
комплекс игровых методик для различных  
категорий детей



Самара 2015 г.

Печатается по решению методического совета МБОУ ДОД ДЮЦ «Пилигрим» г.о. Самара

**Издание подготовлено  
редакционной коллегией  
МБОУ ДОД ДЮЦ «Пилигрим» г.о. Самара**

Поршин А.С. – директор  
МБОУ ДОД ДЮЦ «Пилигрим» г.о. Самара

Боженко А.С. – методист

Пимкина К.А. – заместитель директора  
по учебно-воспитательной работе

Букаева С.В. – зав. отделом

Редина О.Г. – зав. отделом

Материалы предназначены для учреждений дополнительного образования детей, руководителей оздоровительных центров и лагерей, педагогам дополнительного образования, педагогам-организаторам. Содержит рекомендации по проведению игр, комплекс игровых методик для различных категорий детей.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Рекомендации педагогам по проведению игр	6
Игры на знакомство (для подростков)	7
Упражнения на знакомство	8
Игры на знакомство и сплочение	9
Упражнения коммуникативные	22
Игры и конкурсы для подростков	24
Игры на знакомство (внутри группы и между коллективами)	38
Игры на раскрепощение и сплочение коллектива	39
Упражнения и тренинги на сплочение	45
Игры на развитие командного духа	48
Подвижные игры на природе на сплочение коллектива	75

## Введение

Рассматривая летний оздоровительный лагерь как временный детский коллектив, очень важно спланировать работу с детьми таким образом, чтобы каждый почувствовал свою значимость, неповторимость, признательность. Педагогические коллективы лагерей используют современные подходы к организации свободного времени детей и подростков. Это определенный процесс, характеризующийся чередованием определенных моментов. В первую очередь это использование ряда воспитательных технологий.

**Воспитательная технология** – как совокупность средств и методов осуществления воспитательного процесса для достижения поставленной цели научно-педагогического обоснования характера педагогического воздействия на ребенка в процессе взаимодействия. Другими словами, это мастерство взаимодействия педагога друг с другом и с учащимися.

**Коллективная творческая деятельность (КТД)** – это технология организации яркой, наполненной различными видами деятельности, творчеством, мечтой и радостью жизни. В данной технологии сочетаются формы, средства и способы действия и взаимодействия педагогов и школьников между собой и друг с другом.

КТД, обогащая как коллектив, так и отдельную личность социально значимым опытом, позволяет каждому проявлять и совершенствовать свои способности.

Данная технология основана на принципах системности, комплексности, последовательности, непрерывности. КТД предполагает следующие последовательные и взаимосвязанные этапы:

- целеполагание (анализ ситуаций, формирование доминирующей и сопутствующей целей);
- планирование;
- организация и подготовка;
- непосредственное осуществление дела;
- анализ результатов.

Коллективные творческие дела, взаимодействуя друг и другом, представляют собой, с одной стороны, целостное образование, а с другой – отрезок воспитательного процесса, состоящего из цепи КТД.

Использование технологии КТД дает возможность:

Учащимся	Педагогам
1. Развивать и реализовать свои возможности	1. Развить творческий потенциал
2. Проявить свои организационные возможности	2. Совершенствовать организационные возможности
3. Способствует формированию коллектива единомышленников	3. Изучить классный коллектив
4. Освоить культурное пространство	4. Сплотить учащихся, педагогов,

	родителей
5. Сформировать личностные качества	5. Управлять процессом развития личности

**Игровая технология** представляет собой освоение ребенком различных социальных ролей и норм поведения в процессе игры. Основная ее функция заключается в стимулировании деятельности при соотношении себя с ролью. В игре возможны высокие достижения ребенка, которые в перспективе могут стать его нормой.

Игровые технологии применимы для всех возрастных групп. Возрастная категория определяет содержание игровых технологий, которое несет воспитательную нагрузку.

Характерной особенностью игровых технологий является замещение реальных условий или предметов на условные.

Игровая технология имеет следующие последовательные и взаимосвязанные этапы:

- определение цели и задач игры;
- распределение ролей;
- реализация роли по заданным правилам в действиях с заместителями;
- анализ результатов (коллективная и индивидуальная рефлексия).

Игра – вид деятельности, направленный на удовлетворение потребностей в развлечении, удовольствии, снятия напряжения, а также на развитие определенных навыков и умений. Игрой называют форму свободного самовыражения человека, не связанную с достижением утилитарной цели и доставляющую радость саму по себе.

Не вызывает сомнения, что игра практически с первых моментов своего возникновения выступает как форма обучения, как первичная школа воспроизводства реальных практических ситуаций с целью их освоения. Исторически одной из целей игры являлась выработка необходимых человеческих черт, качеств, навыков и привычек, развития способностей.

Игра воспитывает и формирует ребенка как личность, полноправного члена общества, способствует социализации личности, помогает строить человеческие взаимоотношения и реализоваться как человеку, как личности. С помощью игры и игровой деятельности можно определить мотивы поведения ребенка, особенности его характера, способности и наклонности. Игра способствует воспитанию самостоятельности, воли, формированию нравственных, эстетических, мировоззренческих установок, расширению кругозора. Игра как ничто другое умеет скрасить детский досуг: развлечь, развеселить, позабавить. С помощью игры ребенок не только активизируется, но еще и отдыхает.

### **Рекомендации педагогам по проведению игр**

- Заранее четко выработайте правила игры и критерии оценки, обустройте место проведения игры, пригласите независимых жюри, найдите ведущего, привлечите к подготовке детей, продумайте призы победителям, а также утешительные призы.
- Объясняя правила игры, пользуйтесь понятными словами, и удостоверьтесь, что ребята правильно вас поняли.
- Чтобы не возникало спорных ситуаций, объявите критерии оценки в самом начале игры.
- Сразу оговорите с детьми правило поднятой руки: Поднятая вверх правая рука, обозначает, что вам есть что сказать, а всем остальным нужно послушать.
- Не заставляйте детей участвовать в игре (Игра – дело добровольное). Начните играть с желающие, а остальным предложите «поболеть». Пусть они смотрят, волнуются за товарищей. А потом можно задать вопрос: «Кто хочет поиграть вместе с нами?» Обязательно найдутся желающие.
- Выстраивайте игры в логической последовательности, от простого к сложному.
- Обязательно хвалите и поощряйте ребят. Можно это сделать в шуточной форме. Предложите ребятам погладить себя(соседа) по голове и сказать: «Какой я(ты) молодец!»
- Не нужно затягивать игры. Внимательно следите за играющими и ведите игру так, чтобы интерес к ней не ослабевал.
- Заканчивать игру также нужно в момент, когда интерес к ней еще не пропал.

***А.С. Поршин,**  
директор МБОУ ДОД  
ДЮЦ «Пилигрим» г.о. Самара*

## Игры на знакомство (для подростков)

### «Путаница»

На полосках бумаги написать пословицы (например, «Не имей сто рублей, а имей сто друзей», «Где тонко, там и рвется», «Не зная броду, не суйся в воду», «Не в свои сани не садись», «Что посеешь, то пожнешь» и др.), затем разрезать, полоски перемешать и раздать участникам. Их задача — найти вторую половину пословицы. Получилось несколько пар, которым необходимо исполнить танец маленьких утят. А теперь под эту же мелодию придумать и исполнить:

- танец маленьких котят;
- танец маленьких щенят;
- танец маленьких поросят;
- танец маленьких обезьянок.

### «Под счастливой звездой»

Звезды больших и малых величин с номерами и без них могут служить как для оформления зала, так и для проведения различных конкурсов. Например, таких:

после окончания какого-либо танца объявляется номер «счастливой звезды», и та пара, которая оказалась под ней или близко к этой звезде, либо награждается, либо заказывает любую танцевальную композицию;

на некоторых звездах могут быть изображены знаки зодиака. По сигналу ведущего люди, родившиеся под тем или иным знаком, собираются вместе и исполняют коллективный танец;

на некоторых звездах наклеены фотографии эстрадных звезд (А. Пугачевой, М.Галкина, В.Леонтьева и др.). Оказавшиеся под такими звездами пары должны сделать дружеский шарж на этих артистов.

### «Суета сует»

Каждый участник игры получает список из 10 пунктов:

- любит петь...
- любит рисовать...
- любит читать...
- любит сочинять стихи...
- любит ловить рыбу... и др.

Списки у игроков разные. Любимые дела игроков организаторы заранее узнают у них лично или из анкет. По сигналу ведущего игроки начинают заполнять списки, помечая напротив любимых дел соответствующие имена игроков. Для этого игроки спрашивают друг у друга, кто, что любит делать. Выигрывают те, кто раньше других сумеет заполнить весь свой список.

### **«Ручеек»**

Это хорошо знакомая народная игра, которая поможет парам найти друг друга. Во время течения ручейка по сигналу ведущего ребята разбиваются по парам и танцуют под медленную музыку.

### **«Листок календаря»**

Эта игра проводится на дискотеке или на вечере. Каждый участник вечера при входе получает листок календаря. Девушкам – с четными числами, юношам – с нечетными. По ходу праздника его участники выполняют следующие задания:

собраться по месяцам и выполнить задание – прорекламировать свой месяц. Все слова в рекламе должны начинаться с буквы месяца. Например, сентябрь – сырой, счастливый, сладкий и так далее;

собраться по дням недели и выполнить задание – вспомнить песни (как можно больше) о своем дне недели, если таких песен нет, то придумать один куплет;

сформировать команду из 12 сред, 12 четвергов, 12 пятниц, и каждая команда представляет живую картину на тему: «У природы нет плохой погоды»;

выбрать пару 35 (числа 3 и 5), пара танцует под музыку;

найти вчерашний день;

составить число 2008.

### **«Центральное имя»**

Во время дискотеки танцующие образуют круг. В его центр по очереди вызываются все Миши, Лены, которые танцуют, а остальные называют их имена в такт музыке. Через некоторое время танцующие меняются. Так продолжается до тех пор, пока все играющие не побывают в центре круга.

### **«Отыщи друга»**

Разрезать открытки на две части, смешать их и предложить каждому взять половинку открытки. Участники игры должны найти вторую часть открытки. Когда все отыщут друг друга, танцуют парами.

### **«Мой напарник»**

Дети разбиваются на пары. Им дается три минуты, за которые они должны как можно больше узнать друг о друге. Затем все садятся в круг, и каждый из игроков рассказывает о своем напарнике.

Стиль изложения любой. Поощряется оригинальность.

## **Упражнения на знакомство**

### **«Меня зовут»**

Цель: узнать и запомнить имена и интересы участников. Проведение: упражнение проводится в кругу. В первом кругу каждый поочередно говорит «Меня

зовут ...» и «Мне нравится делать ...». Во втором кругу каждый поочередно говорит как зовут его соседей слева и справа и чем они любят заниматься.

### «Смена мест»

Упражнение проводится в кругу. Ведущий дает ряд инструкций. Поменяйтесь местами

- те, кто родился в апреле
- те, у кого зеленые глаза
- те, кто любит бананы и т.д.

### «Путаница»

Участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый участник обязан найти себе «друга по рукопожатию». Для того, чтобы упражнение на командообразование удалось, количество участников должно быть четным. Затем все участники вытягивают левую руку и так же находят себе «друга по рукопожатию» (*важно чтобы друзья по рукопожатию были разные*). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться в круг, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить тем, что запретить всяческое общение между участниками.

## Игры на знакомство и сплочение

### «С кем я?»

Ведущий дает команды участникам, без помощи слов, используя исключительно мимику и жесты:

- Встать в шеренгу, начиная с самых коротких и кончая самыми высокими;
- Встать в шеренгу по дням рождения участников, начиная с первого января;
- Встать в шеренгу во возрасту, начиная с самых молодых и заканчивая самыми взрослыми;
- Встать в шеренгу соответственно размеру обуви;
- Встать в шеренгу соответственно первой букве фамилии по алфавиту;
- Встать в шеренгу соответственно первой букве названия улицы, на которой живут участники, по алфавиту.

### «Поздоровайся»

Ведущий объявляет, что сейчас все будут здороваться друг с другом, но не совсем привычными способами. По хлопку в ладоши и его команде участники должны поздороваться со всеми, кто стоит рядом. Ведущий хлопает в ладоши и кричит: «Руки!» Все пожимают друг другу руки. Затем ведущий хлопает в ладоши и выкрикивает: «Колени!» Все касаются коленом колена и называют свое имя. Ведущий может выкрикивать все, что удобно в данной аудитории (локти, уши, щеки, лодыжки и т.д.)

### **«Бросание мяча»**

Все участники стоят в кругу. Один громко называет имя одного из участников и бросает ему мяч. Тот ловит мяч, называет имя другого участника и бросает мяч ему. Через некоторое время нужно увеличить скорость игры.

### **«Атом»**

Все участники свободно двигаются по комнате. Ведущий подает команды «Скачем» или «Идем на цыпочках». Как только он командует «Атом - 3», все участники должны образовать группы по три человека и замереть, крепко обнявшись. По команде «Атом- 1» каждый замирает, обхватив себя руками за плечи. Не попавшие в группы должны сформировать свою отдельную маленькую, но не пристраиваться к другим.

### **«Плот»**

Целью игры является спасти как можно больше людей. На полу комнаты раскладываются несколько листов плотной бумаги. Это плоты. Пол вокруг – вода. Все участники медленно двигаются по комнате - «плавают в воде». По команде ведущего «Акулы!» все должны забраться на плот пока ведущий считает до пяти. Если кто-то не смог забраться на плот, значит его «съели акулы» и он выбывает из игры. После каждой атаки «акул» один из «плотов» убирается. Упражнение может выполняться с разными инструкциями. Например, когда плотов уже окажется очень мало, можно дать какое-то время участникам договориться, как они будут действовать, чтобы спасти всех или как можно больше людей. При этом они могут общаться друг с другом только невербально, то есть жестами и мимикой. В последнюю попытку можно разрешить разговаривать.

### **«Построение бытовой машины»**

Ведущий дает группе задание в течение пяти минут изобразить пылесос, стиральную машину, кухонный комбайн или настольную лампу. Машина должна действовать: двигаться, производить звуки, включаться и выключаться. Причем, все участники обязательно должны принимать участие в ее создании и демонстрации.

### **«Создание чудовищ»**

Это упражнение сначала можно сделать в группах по четыре человека, потом по восемь и шестнадцать. Создание чудовища похоже на создание машины. Ведущий только обращает внимание на то, что в отличии от машины, чудовище – живое существо, оно может двигаться, издавать звуки, есть и пить. Все это группа должна быть готова продемонстрировать.

### **«Необыкновенный карандаш»**

Все участники сидят в кругу. По кругу от одного участника к другому передается какой-нибудь предмет, например карандаш. В руках каждого участника он становится чем-то необычным - дирижерской палочкой, зубочисткой, указкой, спицей для вязания. Каждый участник демонстрирует предмет в действии так, чтобы все могли догадаться, что он имеет в виду. Карандаш может передаваться по кругу несколько раз до тех пор, пока участники группы смогут придумывать новые и новые его применения.

### **«Пусть переседают те, кто...»**

Ведущий предлагает сидящим в кругу участникам поменяться местами (*пересесть*) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком и называет этот признак. «Пусть меняются местами те, у кого голубые глаза». Все, у кого голубые глаза встают со своих стульев и стараются пересесть на любое освободившееся место. Ведущий, у которого нет места, также старается занять свободное место. Тот, кто останется без места, становится ведущим. Это упражнение - хорошая возможность для участников получше узнать друг друга. Среди признаков могут быть «все, кто любит кошек; все, кто любит читать детективные романы; все, кто не любит смотреть телесериалы» и т.п.

### **«Повернись»**

Участники группы становятся в круг в одну шеренгу, повернувшись лицом в одну сторону. Ведущий дает команду: «На каждый счет вы должны поворачиваться на девяносто градусов». Цель игры – все участники должны повернуться в одну сторону, при этом общаться они могут только невербально. Ведущий начинает считать с интервалом в три-четыре секунды. Упражнение способствует сплочению команды, снимает напряженность.

### **«Знакомство»**

Сидящие в кругу участники по очереди называют свое имя и какое-либо слово, начинающееся на ту же букву, что и имя, которое, по их мнению, наиболее удачно их характеризует. Например, Татьяна – томная, Сергей – серьезный. Каждый последующий участник повторяет то, что было сказано предыдущими участниками и добавляет свое. Если кто-то из участников забыл или перепутал звучавшие ранее имя или слово, игра начинается сначала и продолжается до тех пор, пока все не смогут справиться с заданием.

### **«Кто больше?»**

В течение одной минуты пожмите как можно больше рук, каждый раз называя свое имя. Можно пожимать руки одним и тем же людям несколько раз, нельзя только это делать подряд. Каждый считает про себя, сколько рук он пожал. В конце упражнения можно определить побудителя, пожалвшего больше всех рук.

### **«Представление»**

Участники стоят по кругу. Они по очереди выходят в круг и представляются каким-нибудь необычным способом. Скажем, называют свое имя и делают реверанс или называют свое имя и подпрыгивают вверх. Все остальные участники повторяют хором имя и повторяют сделанное движение.

### **«Кто выше?»**

Участники закрывают глаза. Не открывая глаз, они должны выстроиться в одну шеренгу по росту. Это упражнение можно сделать еще раз, при этом участники не должны разговаривать.

### **«С днем рождения!»**

Участники становятся в одну шеренгу по дням своего рождения, так чтобы с одного края находился участник, родившийся ближе всего к первому января, а с другого конца – к тридцать первому декабря. Участники при выполнении этого упражнения не могут разговаривать друг с другом.

### **«Коллективный счет»**

Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы – называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (*запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально*); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число. В некоторых группах участники бывают достаточно сообразительны, что не договариваясь начинают последовательно произносить числа натурального ряда по кругу. Обнаружив это, ведущий может похвалить участников за сплоченность и находчивость, но предлагает отказаться от этого приема. Опыт подтверждает, что более сплоченные группы успешнее справляются с этим упражнением.

### **«Хлопки»**

Участники встают в круг. По команде, начиная с первого, каждый участник последовательно делает один хлопок. Хлопки должны идти друг за другом. Один участник делает только один хлопок, ни больше, ни меньше. Оптимальное время выполнения группой из 20 человек составляет 3 секунды.

### **«Мостик»**

Вся группа разбивается на две команды по собственному желанию. Как показывает практика, те, у кого между собой проблемы в общении, выбирают разные группы. На полу рисуется мостик во всю длину комнаты шириной около 20 см или кладется доска. На этом мостике выстраивается одна команда друг за другом с интервалом около одного метра. Каждый участник второй команды должен пройти через мостик, разминувшись с каждым участником противоположной команды. Если кто-то оступится (независимо от того, в какой он команде), вся команда начинает прохождение мостика с самого начала. Затем команды меняются местами.

### **«Встаньте в круг»**

В эту игру нужно играть, отодвинув стулья к стене. Ведущий просит участников собраться вокруг него. По сигналу они должны закрыть глаза и начать хаотично двигаться по комнате, стараясь не задевать друг на друга. Через некоторое время ведущий хлопает в ладоши, и играющие должны мгновенно замереть на месте. Два хлопка – не открывая глаз и ни к кому не прикасаясь руками, играющие в полной тишине пробуют выстроиться в круг. Очень важно почувствовать окружающих людей. Когда все заняли подходящие с их точки зрения места, ведущий просит открыть глаза и посмотреть, что получилось.

### **«Рассказать о себе в трех словах»**

Каждый участник называет три слова, которые, по его мнению, лучше всего и наиболее полно его характеризуют.

### **«2 правды и 1 неправда»**

Участники, находящиеся в кругу, должен придумать 3 высказывания. 2 высказывания должны соответствовать действительности, 1 должно отражать не соответствующие действительности факты. Слушатели должны определить, что является правдой, что, является неправдой.

Например:

1. Я свободно говорю на трех языках.
2. Мне нравятся кактусы.
3. У меня есть маленькая черепаха.

Одно из высказываний является ложным.

### **Игра «Руки – клавиши»** *(обычно используется для принятия правил)*

Участники садятся в тесный круг. Каждый участник кладет правую руку на левое колено соседа справа и левую руку на правое колено соседа слева. Участники по очереди ударяют ладонью по колену в том порядке, в котором находятся колени сидящих.

### **Упражнение «А я еду...»**

Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников по часовой стрелке садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним, садится на освободившийся стул и говорит «А я зайцем». Следующий, пересаживается и говорит: «А я с ...» (имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом. Таким образом, круг разрывается, и вся цепочка начинается заново. С каждым разом участники пересаживаются по часовой стрелке все быстрее и быстрее.

### **Упражнение «Ливень»**

Ведущий находится в кругу, он делает определенные движения, и все повторяют по кругу эти движения. Так как он поворачивается к каждому лицу, и только после этого игрок начинает выполнять движение, и выполняет его до тех пор, пока ведущий не повернется по кругу и не даст нового движения, то одно движение выполняется по нарастающей, а второе – по убывающей.

Виды движений:

- 1 круг – потирание ладоней;
- 2 круг – шелканье пальцами;
- 3 круг – похлопывание по бедрам;
- 4 круг – похлопывание по бедрам, дополненное притоптыванием.

И далее движения возвращаются назад (к потиранию ладоней).

Смысл – упражнения:

- игра расковывает, расслабляет, помогает снять напряжение.
- игра активизирует внимание, стимулирует наблюдательность.

Время проведения – 5 минут.

### **Упражнение «Расскажу о своем хозяине»**

Участникам предлагается выбрать какой-либо личный предмет (*расческу, сумочку, авторучку...*) и от его имени представить своего хозяина и рассказать о нем что-нибудь интересное или примечательное (*чем этот человек отличается от других*). Первым представляется ведущий, затем ассистент, затем остальные члены группы по мере готовности. Затем желающие могут задавать вопросы (*каждое представление две, три минуты*).

Приблизительная схема представления:

Кто он (имя, чем занимается, основные интересы);

Цели, с которыми пришел на этот тренинг;

Чего ждет от предстоящих занятий;

Что может и что готов сделать на группе для достижения поставленных целей.

### **Упражнение «Спутанные цепочки»**

Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются. Затем участники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

### **Упражнение «Шестерка»**

Веселая игра, помогающая участникам потренировать внимание и сообразительность.

Все игроки встают в круг. Каждый участник группы (начиная с ведущего) по очереди называет числа натурального ряда: один, два, три... Запрещается называть числа, заканчивающиеся на цифру 6 и кратные 6 (например, 6, 12, 16 и т. д.). Если игроку досталось такое число, он должен молча подпрыгнуть и хлопнуть в ладоши. Тот, кто ошибся, выбывает из игры. Играть можно до трех оставшихся наиболее внимательных игроков. Понятно, что вместо шестерки можно использовать другие цифры.

### **Упражнение «Чемпионат борьбы на пальцах»**

По команде ведущего участники группы разбиваются на пары случайным образом. Ведущий объявляет о начале необычного соревнования – чемпионата борьбы на пальцах. С помощью одного из членов группы или тренера ведущий показывает, как происходит поединок. Большой палец правой руки поднимается вверх (знак «во!»), остальные четыре пальца захватывают пальцы соперника. Задача каждого игрока – производя энергичные движения большим пальцем, увернуться от нападения соперника и прижать его большой палец к боковой стороне указательного. Победители проводят поединки между собой до выявления абсолютного чемпиона.

Вся игра занимает минимальное время, однако мгновенно разряжает напряженную обстановку в группе, снимает усталость и задает мажорный тон работе.

### **Упражнение «Сменяющиеся команды»**

Этапы игры:

Дайте сигнал (*свистните или позвоните в колокольчик*) и крикните, например, «Четверки!». Это означает, что игроки должны как можно быстрее образовать группы по четыре человека в каждой.

Как только команды появились, назовите действие, которое должны выполнить игроки, например, «пожмите каждому руку и представьтесь друг другу», затем подайте следующий сигнал.

Следите за тем, чтобы каждый раз по Вашему сигналу образовывались новые команды. Предлагайте новые действия, интересные темы. Основная идея игры заключается в том, чтобы участники все время находились в движении, общались и разговаривали с как можно большим количеством людей.

Возможные варианты раундов представлены ниже:

«Тройки!» – участники берутся за руки и рассказывают друг другу, какие запахи им особенно нравятся;

«Шестерки!» – игроки выставляют вперед правое плечо, каждый говорит о том, что умеет хорошо делать;

«Четверки!» – все члены команды поднимают руки над головой и сообщают о месте своего рождения;

«Пятерки!» – игроки поднимают брови, каждый говорит о том, кого считает лучшим из мужчин или прекраснейшей из женщин;

«Семерки!» – попытавшись пошевелить ушами, члены группы рассказывают друг другу о звуках, которые им приятно слышать;

«Двойки!» – игроки хлопают себя по плечу и вслух вспоминают свои достижения за прошлый год;

«Восьмерки!» – каждый участник, почесав подбородок, задает какой-нибудь волнующий его вопрос.

В конце занятия игроки собираются в середине комнаты, выстраиваются в круг и обхватывают за талию стоящих рядом. Ведущий предлагает всем сделать шаг вперед, чтобы круг стал настолько тесным, насколько это возможно, и громко крикнуть: «А-а-а!»

### **Игра «Машина с характером»**

Цель: сплочение группы.

Этапы игры:

1.Расскажите о целях игры. Вся группа должна построить воображаемую машину. Ее детали – это только слаженные и разнообразные движения и возгласы игроков. При этом каждому участнику придется внимательно следить за действиями других членов команды. Во время игры нельзя разговаривать.

2.Попросите одного добровольца (игрок №1) выйти на середину круга и скажите ему: «Я хочу, чтобы сейчас ты начал выполнять какие-нибудь повторяющиеся движения. Может быть, ты хочешь попеременно вытягивать руки вверх, или поглаживать живот правой рукой, или прыгать на одной ноге. Годится любое действие, но ты должен непрерывно повторять его. Если хочешь, можешь свои движения сопровождать возгласами».

3.Когда игрок №1 определится со своими действиями, он становится первой деталью машины. Теперь следующий доброволец может стать второй деталью.

4.Игрок №2, со своей стороны, выполняет движения, которые дополняют действие первого игрока. Если, например, игрок №1 смотрит вверх, поглаживает себя по животу и при этом в промежутке попеременно говорит «Ах» и «Ох», то игрок №2 может встать сзади и каждый раз, когда игрок №1 говорит «Ах», разводить руками, а при заключительном «Ох» один раз подпрыгивать. Он может также встать боком к игроку №1, класть ему правую руку на голову и при этом говорить «Ау», причем для своего «Ау» выбрать момент между «Ах» и «Ох».

5.Когда движения первых добровольцев обретут достаточную скоординированность, к ним может присоединиться третий игрок. Каждый игрок должен стать новой деталью увеличивающейся машины и пытаться сделать ее более интересной и многогранной. Каждый может выбрать себе место, где он мог бы расположиться, а также придумать свое действие и возгласы.

6.Когда задействованы все игроки. Вы можете позволить фантастической машине полминуты работать в выбранном группой темпе. Потом предложите, чтобы скорость работы несколько увеличилась, затем слегка замедлилась, потом начала останавливаться. В конце концов машина должна развалиться.

Обсуждение игры:

Смогла ли группа создать интересную машину?

Функционировала ли машина некоторое время без перебоев?

В какой момент вы стали деталью машины?

Как вы придумали свои действия?

Трудно ли было придерживаться единого ритма и темпа работы?

Что происходило, когда ход машины ускорялся или замедлялся?

Трудно ли было разобрать машину?

Как влияло на работу то, что вам нельзя было переговариваться друг с другом?

Варианты:

Участники, разбившись по четверо или пятеро, могут изображать реально существующие механизмы, агрегаты, машины: будильник, кофемолку, мотор, планер. Игроки могут построить машину, аллегорически изображающую концептуальное понятие, например, машину любви, войны, мира и т.д.

### **Упражнение «Молчанка»**

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в группе.

Оборудование: лист А4, карандаши.

Правила проведения: Разбейтесь на пары и сядьте за стол рядом с партнёром. Теперь вы одна команда, которая должна нарисовать картину. Вам даётся один только карандаш. Вы должны по очереди рисовать одну картину, передавая, друг другу карандаш. В этой игре есть такое правило – нельзя разговаривать во время рисования. На рисунок вам отводится 5 минут.

Что ты нарисовал, работая в паре?

Сложно ли вам было рисовать молча?

Пришел ли ты к единому мнению со своим партнером?

Трудно ли тебе было оттого, что изображение постоянно менялось?

### **Упражнение «У кого голубые глаза...»**

Участники рассаживаются по кругу. Ведущий объявляет, что сейчас будет проводиться игра, с помощью которой подростки смогут лучше узнать друг друга. Ведущий называет личностное качество или описывает ситуацию и просит участников, по отношению к которым справедливо это высказывание, выполнить определенное действие. Они встают со стула, выполняют это действие и снова садятся на место. Например: «Тот, у кого есть кошка, должен сказать «Мяу»». Утверждения подбираются таким образом, чтобы они относились ко многим участникам. Примеры высказываний: «У кого голубые глаза – трижды подмигните»; «Тот, кто сегодня утром съел вкусный завтрак, пусть погладит себя по животу»; «Кто родился в мае, пусть возьмет за руку одного члена группы и станцует с ним»; «Кто любит собак, должен трижды пролгать».

### **Упражнение «Коррида»**

Цель: разминочное упражнение, вызывающее снятие напряжения среди участников тренинга.

Несколько человек (7-8) выходят за дверь. Первому участнику ведущий говорит фразу: «Каратист убил быка одним ударом». Входит один участник, первый ему без помощи слов объясняет эту фразу, тот записывает её на бумаге так, как понял, не озвучивая. Затем показывает следующему то, что понял сам (записал на бумаге) и т.д. В финале упражнения все фразы зачитываются в обратном порядке их написания.

### **Упражнение «Имя на ушко»**

Цель: знакомство, сплочение коллектива.

Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы можно было свободно передвигаться по помещению. Сначала участники ходят по комнате и приветствуют друг друга необычным способом: шепчут на ухо каждому встречному свое имя. Это нужно делать так, будто передается драгоценная тайна, о которой больше никто знать не должен.

Предупредите игроков, что в один прекрасный момент они услышат звон колокольчика, и это будет сигналом: надо остановиться и ждать новых указаний. Когда каждый игрок пообщается примерно с половиной участников, позвоните в колокольчик. Скажите, что теперь нужно снова ходить по помещению, но на этот раз сообщать на ухо партнеру его имя.

Забытое или неизвестное имя игрока не должно стать основанием для уклонения от встречи. Тот, кто не знает имени, шепчет другому на ухо: «Я хотел бы узнать, как тебя зовут». Игра заканчивается со звоном колокольчика.

Эта игра может быть не столь эффективной для заучивания имен, но зато она дает возможность быстро создать доверительную атмосферу в группе.

### **Упражнение «Математика»**

Цель: сплочение коллектива, развивает память и внимание.

Дети сидят в кругу. Тренер дает задание: «Начинаем считать по кругу. Тот, на кого приходится число, кратное трем, произносит вместо цифры свое имя». Эту игру можно использовать для развития памяти и внимания.

Упражнение для поднятия настроения, снятия усталости

Участники садятся в круг.

Тренер: «Я раздам вам карточки, на которых написано название животного. Названия повторяются на двух карточках. К примеру, если вам достанется карточка, на которой будет написано «слон», знайте, что у кого-то есть карточка, на которой также написано «слон»».

Тренер раздает карточки (*если в группе нечетное количество участников, тренер тоже принимает участие в упражнении*).

«Прочитайте, пожалуйста, что написано на вашей карточке. Сделайте это так, чтобы надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого – найти свою пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, нельзя только ничего говорить и издавать характерные звуки «вашего животного». Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча.

Когда вы найдете свою пару, останьтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у нас получилось».

После того как все участники группы нашли свою пару, тренер спрашивает по очереди у каждой пары: «Кто вы?».

Это упражнение обычно проходит очень весело, в результате у участников группы повышается настроение, снижается усталость. Оно способствует дальнейшему раскрепощению участников.

В то же время оно способствует развитию выразительного поведения, побуждает участников, с одной стороны, быть внимательными к действиям других, а с другой стороны, искать такие средства самовыражения, которые будут поняты другим.

После завершения упражнения можно предложить поделиться впечатлениями, рассказать о том, как участники находили свою пару.

### **Упражнение «Лепестки»**

Цель: Это прекрасное упражнение, способствующее расслаблению и повышающее уверенность в себе. Кроме того, каждый может получить массу личных впечатлений от других членов группы.

Материалы: Заготовленные бланки для каждого участника (с пустыми лепестками) и большой лист ватмана на котором изображен цветок с заполненными лепестками.

Этапы работы: Участники делают в своих бланках записи по темам, указанным в образце. Работают молча. Через десять минут можно пройти по комнате, показать остальным свой «цветок» и поговорить о том, что написано в каждом лепестке. Следите за тем, чтобы участники не задерживались и через 2-3 минуты переходили к следующему партнеру. После того как каждый поговорит со всеми, происходит короткий обмен мнениями в кругу.

Лепестки:

Три вещи, которые мне нравятся

Три вещи, которые мне не нравятся

Человек, которым я восхищаюсь

Три места, где я жил

Что бы я хотел сделать

Чем я горжусь

Знакомство, принятие правил тренинга:

Умейте слушать друг друга

Это означает необходимость смотреть на говорящего и не перебивать его. Когда кто-то заканчивает говорить, следующий берущий слово может коротко повторить то, что было сказано предыдущим, прежде чем приступит к изложению своих мыслей. Для привлечения внимания к выступающему может быть использован какой-либо предмет (например, ручной мячик), который по ходу дискуссии переходит из рук в руки. Когда кто-то выступает, все остальные хранят молчание.

Говорите по существу

Иногда учащиеся отклоняются от обсуждаемой темы. Вместо того, чтобы одергивать участника, руководитель дискуссии в этом случае может сказать: «Я не совсем понимаю, как это связано с нашей темой. Не мог бы ты пояснить, что имеется в виду?»

### **«Если бы..., я стал бы...»**

Упражнение происходит по кругу: один участник ставит условие, в котором оговорена некоторая конфликтная ситуация. К примеру: «Если бы меня обсчитали в магазине...». Следующий, рядом сидящий, продолжает (*заканчивает*) предложение. К примеру: «... я стал бы требовать жалобную книгу».

Целесообразно провести это упражнение в несколько этапов, в каждом из которых принимают участие все присутствующие, после чего следует обсуждение.

Ведущий отмечает, что как конфликтные ситуации, так и выходы из них могут повторяться.

Цель упражнения: выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию.

### **«Найди пару»**

Назначение:

- развитие прогностических возможностей и интуиции;
- формирование у членов группы установки на взаимопонимание.

Каждому участнику при помощи булавки прикрепляется на спину лист бумаги. На листе имя сказочного героя или литературного персонажа, имеющего свою пару. Например: Крокодил Гена и Чебурашка, Илья и Петров и т.д.

Каждый участник должен отыскать свою «вторую половину», опрашивая группу. При этом запрещается задавать прямые вопросы типа: «Что у меня написано на листе?». Отвечать на вопросы можно только словами «да» и «нет». Участники расходятся по комнате и беседуют друг с другом.

### **«Сигнал»**

Участники стоят по кругу, достаточно близко и держатся сзади за руки. Кто-то, легко сжимая руку, посылает сигнал в виде последовательности быстрых или более длинных сжатий. Сигнал передается по кругу, пока не вернется к автору. В виде усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в разные стороны движения.

### **«Дорисуй»**

Цель игры – вскрыть и обсудить проблему понимания человека человеком.

Каждый участник игры задумывает какой-либо рисунок и начинает рисовать его на листе бумаги. Затем рисунок передается следующему по кругу. Получив чужой рисунок, каждый участник дорисовывает то, что считает нужным. Обойдя круг, рисунки возвращаются к их авторам. При обсуждении сравниваются первоначальный замысел и его воплощение как результат понимания и уважения чужой идеи или наоборот – желания сделать все по-своему. С помощью игры можно также подойти к проблеме соотношения жизненных планов и результатов деятельности (или этапа жизни).

Продолжительность игры – 15-20 минут.

### **«Что ты сейчас чувствуешь?»**

Участники группы делятся на две подгруппы.

Инструкция: Каждой подгруппе дается 7 минут на подготовку, во время которой она должна будет выбрать какое-либо чувство или эмоцию (*эмоциональное состояние*) и продумать, как его можно изобразить. Это может быть или скульптурное изображение, или невербальное действие. В изображении должны принимать участие все члены подгруппы. Пока первая подгруппа показывает то, что она подготовила, вторая подгруппа отгадывает, какое чувство или эмоция изображены. Затем подгруппы меняются местами.

## Упражнения коммуникативные

### «5 общих признаков»

Цель: знакомство и объединение участников. Участники разбиты на тройки или пятерки. В каждой команде участникам необходимо найти 5 признаков, которые их объединяют.

### «Блюдо»

Цель: развитие умения учитывать интересы каждого в команде. Материалы: фломастеры и ватман.

Все участники делятся на две группы. Каждой группе предлагается придумать и нарисовать новое несуществующие блюдо, состав которого бы удовлетворял пожеланиям и соответствовал вкусам всех членов команды. После чего каждая команда презентует другое свое блюдо, с его названием, составом и всем остальным.

### «Пингвины»

Цель: формирование и развитие навыков группового взаимодействия, для повышения сплочения команды.

Пингвины живут и охотятся стаями, и во время зимних бурь и холодов они спасаются тем, что сбиваются в большую кучу. В центре этой кучи всегда теплее, на периферии – холоднее, но суровые условия переживают практически все остаются в живых. Как они это делают? Сейчас вы становитесь стаями пингвинов, ваша задача не замерзнуть. По сигналу «Начали» все бродят по помещению, а после команды «Буря» все резко сбиваются в кучу. Подсказка: Пингвины с краю замерзают и стремятся попасть внутрь, а пингвины с центра стараются попасть наружу.

### «Комплименты»

Цель: создание благоприятной и доверительной атмосферы. Материалы: каждому участнику нужно 2 бумажки.

Все делятся на две команды, каждому участнику команды раздаются 2 бумажки и желательно, чтобы у каждой команды был свой цвет бумажек. Затем, всем участники ходят к членам другой команды и делают им комплименты. Если комплимент принимается – то участник получает одну бумажку. Если комплимент сделан плохо или не является искренним – то обе бумажки остаются у тебя. Задача каждого – получить как можно больше бумажек от противоположной команды.

### «Машина»

Цель: развитие навыка работы в команде.

Каждой команде предлагается построить воображаемую машину. Ее детали – это сами члены команды. Кто-то может быть боковой дверью или правым колесом.

После чего оценивается работы каждой команды. Для усложнения упражнения, можно запретить общение во время постройки машины.

### **«Крокодил»**

Цель: повышение настроение каждой команды, развитие логики и коммуникабельности.

Все участники делятся на две команды и каждая команда придумывает слово или фразу. После чего в каждой команде выбирается человек, который будет показывать загаданную фразу, чужой командой, своим. Во время объяснения запрещено что либо говорить и показывать на какие либо предметы, разрешено только показывать образы и части речи (рисование волнистой линии – определение). Суть игры заключается в том, чтобы быстрее разгадать фразу, чем соперники.

### **«Перестройки»**

Подростки встают в шеренгу и в полной тишине должны перестроиться по определенным признакам: по первой букве имени, по дням и месяцам рождения, по длине первой фаланги указательного пальца и т.д. Это упражнение на время – все необходимо сделать в течение 1 минуты. После выполнения педагог проверяет правильность построения. В анализе важно уделить внимание тому, что помогло участникам выполнить упражнение и какие недостатки были замечены во взаимодействии.

### **«Творческое задание»**

В двух микрогруппах ученики отвечают на вопрос: «Что ценного я могу привнести в нашу группу?» Затем каждая микрогруппа представляет в творческой форме остальным свои возможности. После выполнения этого задания также необходимо проанализировать процесс обсуждения и взаимодействия учеников в ходе подготовки к творческому выступлению. Важно, чтобы ребята поделились впечатлениями и эмоциями, которые у них вызвала совместная работа, что помогало, а что мешало эффективному взаимодействию. Следующий этап работы может быть связан с проведением провокационных упражнений, которые вскрывают проблемы внутри класса.

### **«Пазл»**

Инструкция: «Вам необходимо всем вместе собрать в полной тишине пазл. Перед тем как начнете работать, вы можете обсудить ваше взаимодействие, как именно вы будете собирать пазл». Выполнение этого упражнения может длиться 1,5–2 часа, и не всегда пазл может быть собран. Ведущему не стоит тратить на это упражнение более двух часов. Анализ этого упражнения также должен быть построен по принципу прояснения того, как ученики взаимодействовали друг с другом, насколько это было эффективным, все ли ребята участвовали в работе.

Надо иметь в виду, что после этого упражнения у ребят может появиться агрессия, направленная как друг на друга, так и на ведущего, который жестко отслеживал выполнение правил. Для того чтобы снять эту агрессию, ведущему нужно инициировать обсуждение того, что происходило, что чувствовали ребята, почему возникло напряжение. Очень важно, чтобы ребята говорили об этом. Однако необходимо строго отслеживать корректность высказываний подростков, при необходимости переформулировать их мысли и сразу делать выводы о качестве и результативности работы. При этом ведущий должен говорить не от себя лично, а только транслировать то, что сказали ребята. Если подростки не сумели собрать пазл, то анализ этого упражнения можно закончить высказываниями каждого участника о том, как в следующий раз лучше взаимодействовать в команде.

После того как подростки увидели сложности во взаимодействии и каждый участник тренинга поставил перед собой цель – сделать все для улучшения работы команды, можно переходить к упражнениям, которые помогут начать работать над выявленными «проблемными зонами» команды.

### **«Перестройка на стульях»**

Упражнение работает на эффективное взаимодействие и доверие в группе. Задача группы: расположившись в шеренгу на стульях, с закрытыми глазами перестроиться по определенным признакам: на первую букву фамилии, по названиям станций метро, около которых живут ребята, по числу пуговиц на одежде и т.д. Когда группа выполнит задание, можно предложить ей сделать его на время, а потом стимулировать группу на улучшение его. Очень важно обращать внимание группы перед тем как она начинает, готовы ли участники, все ли вопросы обсуждены. Очень важно страховать группу. Должно быть, как минимум, два человека, которые помогут ведущему в подстраховке. Перед началом выполнения упражнения подростки должны снять обувь. В анализе упражнения необходимо затронуть тему поддержки друг друга, эффективной коммуникации, следует акцентировать внимание на том, что можно улучшить и хотел ли бы класс сделать упражнение быстрее и старательнее.

## **Игры и конкурсы для подростков**

### **Конкурс «Домохозяйки и домохозяйины»**

В этом конкурсе девушки должны защищать свое звание главной во всем, что касается дома. Итак, у каждой команды в распоряжении имеется стол, скатерть, тарелки, бокалы, вилки, салфетки, ну и так далее. Им надо сервировать стол. При том все должно быть сделано по этикету. Побеждает та команда, которая делает это первой, и при этом не нарушит ни одного правила этикета. После этого на этих самых накрытых столах можно праздник и продолжить.

### **Конкурс «Не женское это дело»**

В этом конкурсе прекрасная половина компании будет соревноваться с сильной во вроде бы чисто мужском занятии. Обеим командам надо будет совместными усилиями сначала распилить доску пополам, а потом сбить ее гвоздями. Участники по очереди подходят и делают что-нибудь из вышеперечисленного. Каждому отводится по 20 секунд. Кто быстрее, качественнее и красивее управится, тот и побеждает в этом конкурсе. Он поможет женщинам показать, что они не только тарелки мыть умеют, но и выполнять мужскую работу.

### **Конкурс «Ушки на макушке»**

Для этой игры понадобится магнитофон и заранее сделанная запись различных шумов. Игроки должны прослушать магнитофонную запись, состоящую из серии фрагментов, каждый по 10 секунд, с паузами между ними 5 секунд. Звуки должны быть самые разнообразные: и пенье птиц, и звуки работы техники, и т.п. Задача участников: определить источник услышанных звуков. Причём сделать это нужно как можно лаконичнее — одним-двумя словами, с юмором. Побеждает тот, кто удачно и быстро справится с заданием.

### **Конкурс-развлечение «Гипнотизируемые»**

Для этого развлечения нужна небольшая предварительная подготовка. За 10-15 минут до начала начните говорить о новом хобби, курсах гипноза. И кто-нибудь (заранее запланированный или кто может просто в силу характера заставить) просит вас провести сеанс гипноза. Выбираются самые раскованные мужчины и произносится монолог: «- Я еще не совсем все знаю, но могу вас ввести не в гипноз, а в состояние, предшествующее гипнозу. Я недавно научилась вызывать приятные воспоминания из детства, которые вы позабыли. Главное, закрыть глаза и выполнять мои указания». Приглашаете парней выйти вперед. «-Итак закроем глаза... *(главное условие, что все выполняется с закрытыми глазами)*. Представим себя маленькими детками. Лето. Вы впервые с родителями на море. Волны ласково щекочут ваши пяточки. Вы бежите... *(участникам необходимо имитировать бег)*. Вы опускаетесь на колени и видите в песке что-то блестящее *(снова надо имитировать сказанное)*. Вы протягиваете руку *(участники протягивают руку)* к этому блестящему сокровищу *(роль сокровища выполняет кружочек колбасы на тарелочке или кусок хлеба, который держат ваши помощники)*, но вы еще не знаете, что это бриллиант. Вы видите мальчика, который не успел схватить бриллиант, поворачиваетесь и показываете ему язык *(показывают язык)*. В этот момент *(когда парни стоят на коленях, протянув руки к колбасе или хлебу и показывая язык друг другу)* вы громко говорите: «Господа, отряд боевых собак к поиску пропавшей колбасы готов!» И далее бурный смех. Желательно в этот момент сделать фото «боевого отряда».

### **Конкурс «Природа»**

Этот конкурс проводится между командами. Конкурс похож на игру «Города». Команды по очереди называют деревья или животных, причем последующие слова должны начинаться с последней буквы предыдущего слова. Например, ива – антилопа – айва – ... Побеждает в конкурсе та команда, которая назовет последнее слово. Самому активному участнику можно вручить подарок, например, энциклопедию о природе. Конкурс можно усложнить, если ввести ограничение ареала обитания называемых животных и деревьев. Например, можно называть только животных и деревья средней полосы.

### **Конкурс «Листочки»**

Этот конкурс проводится для того, чтобы команды придумали себе название. Для конкурса понадобятся листочки от искусственных цветов и две корзинки. На обратных сторонах некоторых листочков пишутся буквы. Все листочки раскидывают по комнате, где проходит конкурс. По сигналу ведущего команды начинают собирать листочки в свои корзинки. Через минуту команды должны отдать свои корзинки ведущему. Ведущий просматривает листочки, те листочки, на которых написаны буквы, он отдает командам. Далее командам дается минута на то, чтобы придумать название для команды, составленное из букв на найденных листочках. Через минуту команды произносят свои названия. Та команда, которая составит самое длинное название, побеждает.

### **Конкурс «Мой наряд»**

Этот конкурс проводится среди подростков на дне рождения. Для конкурса понадобятся искусственные цветы, небольшие тряпочки, булавки, нитки, скотч (все в большом количестве). Все участники встают вокруг ведущего. Ведущий стоит в центре круга со всеми вещами. Ведущий объявляет, что участники должны одеться, как жители Пандоры. Для этого им пригодятся вещи, которые у него есть. Но эти вещи он просто так не отдаст, поэтому участники должны будут выполнять задания ведущего. Ведущий задает вопрос: «Кто согласен произнести тост в честь именинника за эту вещь?» и поднимает вверх вещь, за которую участники будут бороться. Участники, которые согласны, должны поднять руку вверх. Остальные участники пока выходят из круга. После произнесения тоста участниками, ведущий каждому дает такую же вещь, как показывал. Затем все участники опять встают в круг, и ведущий задает следующий вопрос. Так продолжается до тех пор, пока все вещи не разберут или пока никто не станет соглашаться выполнять задание за оставшиеся вещи. Далее начинается второй этап. Участники должны из заработанных вещей придумать себе наряд, как у жителей Пандоры. На преобразование дается 5 минут. Победителя определяет именинник.

### **Конкурс «Праздничный make-up»**

Этот конкурс проводится на дне рождения. Для конкурса понадобятся белые краски (*гуашь или краски для боди-арта*). Каждому участнику выдается баночка с белой краской и зеркальце. По сигналу ведущего участники за три минуты должны на своем лице и теле нарисовать праздничную раскраску, как рисовали жители Пандоры в фильме «Аватар». После того, как время истечет, участники должны представить на суд свою праздничную раскраску. Победителя определяют голосованием, либо его определяет ведущий. Победителю вручается альбом для его дальнейших творений.

### **Конкурс «Синяя кожа»**

Для конкурса понадобятся специальные краски для боди-арта или гуашь синего цвета (*количество зависит от количества участников*). Этот конкурс проводится на празднике для подростков. Для того, чтобы участвовать в конкурсе, подростки должны быть одеты в купальники. Каждому участнику выдается баночка краски и стакан с водой. По сигналу ведущего участники должны намазать все свое тело синей краской. Побеждает тот участник, который раньше всех разукрасит себя. Ему в качестве приза можно вручить мыло и губку.

### **Конкурс «Прическа а-ля-Пандора»**

Этот конкурс проводится на день рождения среди подростков (девушек). Для конкурса понадобятся расчески, резинки, перья и крупные бусинки. Каждой девушке вручается набор, состоящий из расчески, 10 резинок, 10 перьев и 10 бусинок. По сигналу ведущего девушки должны начать плести из своих волос африканские косички, на концах косичек нужно закреплять или перышко, или бусинку, или оба предмета. По истечению 5 минут ведущий останавливает конкурс и подсчитывает, сколько косичек заплели девушки и сколько предметов вплели в косички. Победителей определяют по двум номинациям: 1) наибольшее количество косичек, 2) наибольшее количество вплетенных перьев и бусинок. Обеим победительницам вручают поощрительные призы, например, расчески.

### **Игра «Семейка Адамс»**

Вся компания собирается в одной комнате. Ведущие – двое, желательно парень с девушкой – выходят в другую комнату. Приглашая по одному участнику, они заводят его к себе, ставят прямо перед собой и произносят фразу, сопровождаемую жестами: «Здравствуйте (*поклон головы*), мы семья Адамс (*показываете руками на себя*), Вы наш гость (*показываете руками на подопытного*), сейчас вы будете развлекать нас (*показываете руками на себя*) до тех пор, пока мы (*показываете руками на себя*) вам (*показываете руками на игрока*) не заплодируем (*хлопаете в ладоши*)». После этой фразы ведущие замолкают и ждут действия игрока. Суть игры в том, что, чтобы не делал игрок, ведущие (*семья Адамс*) повторяют все вслед за ним (*полное сходство необязательно*). Игра с этим

игроком заканчивается после того, естественно, когда семья заплодирует игроку. Далее игрок присоединяется к семье, становясь ведущим, и вводится новая жертва. Опыты показали, что чем больше народу, тем веселее.

### **Конкурс «Анатомия в песне»**

Этот конкурс отлично подойдет для повторения уроков биологии и анатомии. В конкурсе участвуют две команды. Правила крайне просты: каждая команда должна за несколько минут вспомнить как можно больше песен, в которых встречаются какие-то части тела и органы, например: если речь идет о сердце, то можно выбрать песни «Шелковое сердце» или «Unbreak my heart» и т.д. Таким образом, песни могут быть даже на иностранных языках. Важно, что песни засчитываются только при условии, что команда их дружно споет. Побеждает та команда, которая вспомнит больше песен.

### **Игра «Волейбол вслепую»**

Если на вашем жизненном пути возникла вдруг непреодолимая стена, то эта игра поможет вам использовать ее в качестве сетки для волейбола вслепую. С одной и с другой стороны стены становятся две команды. Далее вы можете играть следующими способами: - техника подачи и отбивания мяча такая же, как в волейболе; - просто стараетесь так перекинуть мяч любыми способами за стену, чтобы забить «мяч» противнику. Таким образом, основная цель игры – забить как можно больше мячей на территории противника. Сложность заключается в том, что вы видите мяч в большинстве случаев уже после того, как он перелетает на вашу сторону. Игра отлично развивает реакцию.

### **Игра «Акулы и рыбки»**

Эту игру лучше всего проводить в бассейне. Для начала выбирается 3 водящих. Они становятся посреди бассейна. Игроки становятся у одного края бассейна. Водящие играют роль акул, а остальные игроки – рыбки. Акулы сначала называют любой цвет или геометрическую фигуру. Если у игроков на одежде или аксессуарах (*заколки, браслеты, часы*) присутствует названный цвет или фигура, они свободно проплывают мимо акул на другую сторону бассейна, а те, кто остался, должны проскочить так, чтобы акулы их не «съели». «Съеденные» рыбки выбывают из игры. Далее рыбки снова пытаются переплыть бассейн, а акулы задают вопросы. Так продолжается до тех пор, пока акулы не скушают всех рыбок.

### **Конкурс «Гуляющий алфавит»**

Этот конкурс на сплочение коллектива. Для начала готовите примерно 5 вопросов. На каждый вопрос ответить можно одним словом, достаточно коротким. Далее запишите буквы из этих слов на больших листах А4 и раздайте каждому юноше. Если ребят мало, то можно выдавать по 2 буквы на человека. Главное, чтобы участники прикрепили эти листы к кофтам или футболкам с помощью

булавок. После этого вы задаете вопрос за вопросом, а ребята должны распределиться так, чтобы буквы, которые обозначены на их одежде, составили слова-ответы. Этот конкурс может быть проведен и для двух команд. В этом случае готовьте два экземпляра букв, а сам конкурс проводите «на время».

### **Конкурс «Шоко бокс»**

Этот конкурс наверняка придется всем участницам по вкусу. Заранее приобретите коробку шоколадных конфет «Ассорти» или самостоятельно подберите в магазине разные конфеты: с кремовой начинкой, с орехами, с нугой или мармеладом, с цукатами или воздушным рисом, ириски и карамельки. Далее приглашаете участниц и объясняете им правила конкурса: перед каждой из них стоит тарелка с одинаковым набором конфет и лист бумаги с ручкой. На листе указаны названия конфет, которые должны указывать участницам на начинку конфет, например, если конфета с орехами, назовите ее «Щелкунчик» или «Белочка». Участницы на листе должны написать, что, по их мнению, содержится в конфетах. Для этого конфеты нужно «дегустировать». Для удобства пронумеруйте упаковки конфет, а на листе проставьте цифры, обозначающие конфеты. Побеждает та участница, которая первой назовет точный состав начинки каждой конфетки. За что может получить звание «Мисс Конфетка».

### **Игра «Азбука Морзе»**

Это старая игра-забава в школах. Бывали умельцы, которые на основе этой игры писали диктанты, проставляя таким образом «правильно» запятые, точки и другие знаки препинания. Для проведения конкурса вам потребуется клубок веревки, например, бечевки. Далее набираете две команды мальчиков. Сажаете их друг за другом. Отрезаете веревку и связываете «цепочкой» правые ноги участников каждой команды (*правая нога первого участника связана с правой ногой второго, правая нога второго связана с правой ногой третьего участника и т.д.*). Таким образом, у нас получается две команды цепных передатчиков. Первому игроку каждой команды выдаете послание, записанное азбукой Морзе, последнему игроку – азбуку-расшифровку и лист бумаги с ручкой. Первый участник должен «передать» второму каждый сигнал, второй – третьему и т.д. до последнего, который запишет все символы, после чего должен будет разгадать шифровку. Шифр передается следующим образом: точке – короткое движение ногой вперед, тире – долгое движение ногой. Шифровать лучше простые фразы.

### **Игра «Сумка с сюрпризом»**

Для игры понадобится сумка, в которую нужно сложить различные смешные вещицы, например, взрослый памперс, нижнее белье, цветные косынки, смешные шапочки. Все игроки выходят на танцевальную площадку. Когда включается музыка, все должны танцевать и передавать друг другу сумку с вещами. В тот момент, когда музыка останавливается, человек, у которого оказалась сумка, должен

достать из сумки, не глядя, одну вещь и надеть ее. Затем музыка снова включается, и игра продолжается дальше. Игра идет до тех пор, пока все вещи не будут надеты на участников.

### **Конкурс «Знарок этикета»**

Для конкурса заранее подготовьте следующее: вырежьте из бумаги или картона ложку столовую, ложку чайную, ложку кофейную, вилку обычную, вилку десертную, ножик обычный. Это для одного комплекта, а количество комплектов зависит от количества участников. Плюс к каждому комплекту добавьте по одному пластиковому стаканчику. Далее на обычных листках распечатайте картинку сервировки стола, без изображения положения стаканов (бокалов и т.д.) и столовых приборов. Количество таких листков должно соответствовать количеству участников. Далее о самом конкурсе. В начале каждому участнику выдаете набор вилок, ложек, ножей, стаканчиков и по одному листку, на котором за выделенное время участники должны правильно разложить столовые приборы и поставить стаканчик. Тот участник, который первым справится с поставленной задачей, побеждает в конкурсе.

### **Игра «Свисток»**

Вам понадобятся свисток, булавка и нитка длиной около 20 см. Выведите из комнаты троих человек, которые никогда не играли в эту игру. Остальные игроки садятся на стулья в плотный круг лицом внутрь. Теперь вы приглашаете одного из тех, кто за дверью. Он становится в круг, и, пока вы завязываете ему глаза, кто-нибудь из игроков осторожно прикалывает ему на спину, нитку со свистком так, чтобы он этого не заметил. Потом вы говорите, что один из играющих, сидящих вокруг него, украл волшебный свисток и ему нужно найти виновного. В это время один из игроков свистит в свисток и осторожно отпускает его. Может пройти очень много времени, пока игрок с завязанными глазами, всякий раз поворачиваясь на свист, догадается, что волшебный свисток привязан к его собственной спине! Потом так же вызывают другого из тех троих, кого выводили из комнаты.

### **Игра «Лягушка»**

Нужна веревка длиной 2-3 м. Вережку держат двое, держа каждый один из концов. Можно один конец привязать к столбику или дереву, и тогда держать сможет один человек. Вережку не крутят, а лишь раскачивают над землей на разной высоте – от 10-20 см до 50 и выше. Участники по одному (*или парами*) разбегаются и перепрыгивают через раскачиваемую веревку или же начинают прыгать разными способами: с сомкнутыми ногами, на одной ноге, со скрещенными ногами, с поворотом при прыжке и т. д. Прыгают, пока не совершат ошибки. Допустивший ошибку сменяет одного из качающих веревку. Ошибкой считается не только не получившийся прыжок, но и любое задевание веревки. Однако если это произошло по вине крутивших веревку, то прыгавший имеет право на повторную попытку.

### **Конкурс «Праздничный набор»**

Этот конкурс построен на основе всем известной игры в слова. На доске пишете «винегрет» из букв, которые при правильном построении образуют фразу «День Святого Валентина». Задача конкурсантов – на листках построить из этих букв как можно больше слов. За каждое слово – по баллу. Побеждает тот участник, который наберет больше всех баллов. Также отдельный приз присуждается тому участнику, который первым догадается, какая фраза зашифрована в этом «винегрете» букв.

### **Развлечение «Разбитые сердца»**

Этот конкурс отлично подойдет для юношей и девушек, которые стесняются вставать в пары. Он поможет подобрать пары. Заранее вырезаете столько сердечек, сколько пар вам надо составить. Затем каждое сердечко разрезаете пополам, создавая самые необычные разрезы. Одни половинки достаются юношам, другие девушкам. Чтобы на вашем празднике не было разбитых сердец, потому предложите всем гостям поскорее найти свои «половинки». Как вариант продолжения развлечения, можете предложить всем собравшимся выбрать лучшую пару путем голосования.

### **Конкурс «Водолаз»**

Этот конкурс проводится в бассейне. Для его проведения заранее подготовьте различные камушки (*или любые другие предметы*), цвет которых будет совпадать с цветом дна. Затем скидываете все эти «сокровища» в бассейн. Каждому участнику дается маска и время (*например, секунд 30*), за которое он ныряет в бассейн и старается найти как можно больше «сокровищ». По истечению времени к испытанию приступает следующий участник. В конце концов, побеждает тот участник, который за выделенное время соберет больше всего камушков.

### **Развлечение «Детектив»**

Выбирают одного детектива, он выходит за дверь, якобы для того, чтобы оставшиеся загадали слово. В это время ведущий объясняет, что оставшиеся должны отвечать на вопрос детектива «да», если вопрос заканчивается на гласную, «нет» – если на согласную и «возможно», если вопрос заканчивается на ь. затем заводят детектива, он начинает задавать вопросы, пытаясь отгадать слово, а остальные отвечают заранее установленные вопросы. Развлечение может продолжаться до тех пор, пока не надоест или пока детектив не поймет, что его дурачат.

### **Конкурс «Рецепты»**

Этот конкурс для настоящих хозяек. Ведущий объясняет, что еще не так давно, чтобы девушку взяли в жены, ее родителям нужно было позаботиться не только о приданном и целомудрии будущей невесты, но и о том, чтобы она умела

готовить сытный борщ и сладкую кашку. Для участия в конкурсе выбирают несколько девушек. Каждой из них надо вспомнить и записать классический рецепт приготовления борща и овсяной кашки. Через минуту ведущий зачитывает рецепты. Победительницу выбирают зрители.

### **Конкурс «Проверь интуицию»**

Для этого конкурса вам понадобится два листа, две свечки и молоко. Заранее возьмите листы и, используя молоко как чернила, напишите кисточкой загадку на каждом листе (*загадка может быть одинаковой*). Теперь о самом конкурсе. Вы выбираете двух участников, которые уверены в своей интуиции и смекалке. Ставите перед ними свечу, спички и лист бумаги с загадкой, при этом объясняя, что перед ними загадка на листе (*они не знают про молоко, потому видят абсолютно белый лист*), и им надо догадаться, как ее можно прочесть и разгадать. На самом деле, чтобы прочесть вашу загадку, написанную молоком, надо зажечь спичками свечу и над ней подержать листок с загадкой – молоко начинает выгорать и проявляться шоколадным цветом, но участники должны сами «дойти» до отгадки. Побеждает тот, кто первым даст правильный ответ на загадку.

### **Развлечение «Хобби»**

Из зала выбираются трое парней, желательно, чтобы это были необычные молодые люди. Ведущий говорит, что им будут задавать вопросы про хобби, а они должны отвечать на эти вопросы, не выдавая какое у них хобби на самом деле. Затем парни выходят за дверь, якобы для того, чтобы остальные присутствующие придумали вопросы. Но на самом деле этот конкурс шуточный, ведущий предлагает представить всем, что хобби этих парней – целование. Потом ведущий зовет парней. Им задаются следующие вопросы: Где ты научился своему хобби? Кто тебя ему учил? Сколько времени ты посвящаешь занятиям своим хобби? Какие звуки присутствуют, когда ты занимаешься своим хобби? Где ты занимаешься своим хобби? Когда ты начал заниматься своим хобби? Как ты готовишься к своему хобби? Учитывая, что все кроме парней, будут применять ответы к хобби целование, будет очень смешно.

### **Конкурс «Держи ритм»**

Все участники усаживаются вокруг стола, на диванах и т. д. Каждый участник выбирает себе имя из двух слогов, с ударением на первый (например, Ка-тя, Са-ня, Птич-ка, Рыб-ка). Ведущий (*человек с хорошим чувством ритма*) задает темп, все поддерживают хлопками ладоней по столу, коленям и т. п. Первоначальный темп – один хлопок в секунду. Ведущий говорит два раза свое имя, потом два раза имя любого другого человека («Катя, Катя – Петя, Петя») – одно имя на один хлопок. После того человек, имя которого названо, должен так же сказать два раза свое имя, два раза чье-то еще. Темп постепенно увеличивается. Пауз быть не должно, на каждый хлопок должно произноситься имя. Если кто-то собьется, то ему

присваивается какое-нибудь прикольное прозвище – Тормоз, Чукча, Дятел – и после этого его уже нельзя называть Петей, а только новым именем. На третий раз ошибающийся выбывает из игры. Веселее всего становится, когда темп наращается до просто бешеного, а у всех участников новые интересные имена.

### **Игра «Акция освобождения»**

Акция освобождения – динамичная игра, хорошо развивающая слух, внимательность, координацию и реакцию у ведущего игрока и ловкость и реакцию у остальных игроков. Ведущий образует круг из стульев, для того чтобы ограничить перемещение игроков. Участник со связанными руками и ногами (*пленник*) сидит в центре круга, образованного из стульев. Рядом с ним находится игрок с завязанными глазами (*охранник*). Остальные участники игры (*освободители*) пытаются освободить пленника, то есть пытаются развязать его. Охранник должен помешать. Задев любого участника, он выводит его из игры, тот должен уйти за круг стульев. Игрок, которому удастся освободить пленного и не быть пойманным, сам становится охранником в следующий раз.

### **Игра «Хочу все знать»**

В игре может участвовать любое количество игроков. Всем раздают листки бумаги и ручки. Листок делится на шесть колонок под названиями: «Город», «Река», «Животное», «Растение», «Имя» и «ОЧКИ». По сигналу один из играющих (*ведущий*) начинает произносить про себя алфавит, кто-нибудь останавливает его, и он называет букву, на которой остановился. Все быстро начинают заполнять колонки словами на эту букву. Как только один из игроков заполнит все колонки, он кричит «Стоп», все останавливаются и начинают подсчитывать очки. Кто первый заполнил колонки, зачитывает свои слова, за каждое название, которое ни у кого не встретилось, ставится 20 очков; если совпало, то очки делятся между игроками поровну. Если у кого-то слова вообще не оказалось, то 10 баллов записываются ведущему, а остальные 10 делят игроки, у которых есть слово в этой колонке. Выигрывает тот, у кого больше всего очков по итогам игры.

### **Конкурс «Портниха»**

Этот конкурс предназначен для празднования Международного Женского Дня. Ведущий должен раздать всем участницам клочок ткани, нитки и пуговицы. Затем по его сигналу участницы должны начать пришивать пуговицы, притом должно быть не менее трех стежков. По его сигналу все прекращают свое рукоделие. Какая участница за выделенное время пришила больше всех пуговиц, та и победила.

### **Игра «Статуя любви»**

Первый скульптор создает композицию под названием «статуя любви», и, когда он удовлетворен результатом, ему предлагают занять место персонажа своего

пола. Следующей в комнату приглашается девушка, которая улучшает эту статую в меру своего разумения. Когда идеал, по ее мнению, достигнут, она же и становится женской частью композиции. Далее в комнату заходит мужчина, которому говорится, что вот она – статуя любви, только какая-то она не правдивая и мало художественная, надо ее улучшить... Есть вариант этой игры, когда пол не имеет значения. Тогда тема композиции свободная, но «лепить» можно только одного участника, место которого и занимает впоследствии скульптор.

### **Игра «Потанцуем»**

Участники встают в круг парами парень-девушка. В центре круга ведущий подбрасывает несколько платков. Парни должны их поймать до тех пор, пока они не коснутся земли. Если какой-то парень не успеет поймать платок, то его наказывают, например, заставляют в течение пяти минут держать на руках свою девушку. Парни, которые поймали платок, подходят к своим девушкам и кладут им на плечо платок. Затем ведущий включает русскую народную музыку, пары движутся в такт музыки, парень пытается забрать платок, а девушка не позволяет этого сделать. Игра заканчивается, когда все парни возьмут платки.

### **Игра «Цветочные загадки»**

Эта игра хорошо подходит для проведения ее на дне рождения девушки. Ведущий берет название цветка и меняет в нем буквы местами. Например, тюльпан – ньютпал, нарцисс – сирсцан, галдиолус – содуллиаг, ну и так далее в этом духе. Гости должны отгадывать, что же за цветок загадал ведущий. Выигрывает тот участник, который больше всех раз угадал название. Ему вручается конфетка «Ирис».

### **Конкурс «Собери лепестки»**

Этот конкурс будет наиболее актуален на праздновании дня рождения девушки. Всех участников разбивают на пары. Затем всем парням завязывают глаза, а на девушках закрепляют лепестки цветов. Прячь их можно где угодно: в карманах, в обуви, на одежде, да хоть под одеждой. Ну в общем туда, до куда доведет фантазия закрепителей. Затем парней подводят к своей второй половинке, и они должны с завязанными глазами найти все лепестки. Выигрывает та пара, которая найдет лепестки первой. Девушки должны молчать.

### **Конкурс-развлечение «Пойди туда не знаю куда!»**

Приглашается 4-6 человек. В зависимости от задуманных и заранее приготовленных табличек. Ставятся в ряд стулья. Спинкой к зрителям. На стулья рассаживаются участники. На спинки стульев вешаются таблички, типа Спальня, Туалет, Институт, Магазин и т.д. Каждому участнику по очереди ведущий или зрители задают вопросы типа: Для чего ты туда ходишь? Что ты обычно там делаешь? Любишь ли ты там бывать? Как часто ты туда ходишь? Что там

находится? И т.п. Так как участники табличек не видят, отвечают, что придет в голову. Получается смешно и интересно.

### **Конкурс «Немые студенты»**

Ведущий предлагает участникам, 4-6 человек вытянуть, как на экзамене заранее заготовленные на бумажных листах задания. Это могут быть цитаты из сказок, пословицы и поговорки, строки песен. Цель игры состоит в том, что участнику необходимо мимикой и жестами донести смысл до гостей. Стараться, как можно точнее передать смысл, чтобы быть понятым зрителями. Участник, чей магический язык жест будет более понятен гостям. Который сумеет быстрее передать смысл заданной фразы и побеждает в этом конкурсе. Также можно вручить, пусть и не победившему, но самому талантливому участнику специальный приз. Приз зрительских симпатий.

### **Конкурс «Руки прочь!»**

Ведущий приглашает 6-8 пар участников. Пары разбиваются на две команды. Ведущий напоминает, как в детстве все любили участвовать в эстафетах. Теперь им снова представилась такая возможность. Так как конкурс новогодний то и главным реквизитом и призом в нем будет неизменный символ нового года – мандарин. На двух блюдах на стульях ставятся подносы с мандаринами. На противоположной стороне комнаты пустые подносы. Задача участников без использования рук парами перенести по очереди все мандарины на пустой поднос. Какая команда справится с этим заданием быстрее, та и победит.

### **Конкурс «Найди свою половинку»**

Понадобится: воздушные шарик, внутри которых надо положить записки с именами присутствующих девочек. Ведущий раскидывает шарик по центру зала, затем приглашает нескольких юношей из зала найти себе половинку «старым народным способом». Игроки должны без помощи рук и ног лопнуть шарик. Лучшая пара выбирается зрительскими аплодисментами. Этот конкурс хорошо подходит для того, чтобы набрать пары в компании, где люди мало знакомы.

### **Развлечение «Серенада для любимой»**

Ведущий приглашает одну пару. Юношу и девушку. И предлагает молодому человеку исполнить серенаду для своей возлюбленной. Юноше одевают наушники, в которых идет музыка, какой-нибудь известной песни о любви. Также музыка в начале звучит и в зале. Юноша становится на колени и начинает задумчиво исполнять песню. Звукооператор отключает музыку в зале. И звук идет только в наушники молодому человеку. Получается очень забавно. Так как музыка в наушниках звучит громко, а юноша очень старается.

### **Игра «Портрет от всех на память»**

Потребуется: ватман, пару фломастеров, повязка на глаза. Ведущий набирает несколько человек в команду и предлагает им внимательно посмотреть на именинника, запомнить его характерные черты – имениннику в этот момент лучше всего харизматично позировать. Затем на небольшом расстоянии от команды вешается ватман. Каждому участнику завязывают глаза и дают фломастер. Он должен дойти до ватмана и нарисовать ту часть тела, которую назовет ведущий.

### **Конкурс «Треснутый лёд»**

Потребуется: сделать два таких квадрата как на картинке из картона (*по линиям сделать разрезы*) – таким образом получится набор фигур, который составляют полный квадрат. Ведущий набирает 2 команды. Затем каждой команде выдается такой квадрат в разобранном виде. Задача команд – как можно быстрее собрать фигуры и части в квадрат. Выигрывает тот, кто первый справится с заданием. Будьте готовы к тому, что в процессе конкурса услышите, что квадрат собрать из всего «этого» невозможно и задание невыполнимо.

### **Игра «Нет слов»**

Эта игра прекрасно подходит для проведения ее на праздновании дня рождения. Из всей компании выбирается два человека. Первый должен придумать слово, желательно оно должно обозначать предмет, иначе полтора часа недоумения вам обеспечены. Затем он говорит это слово второму. И должен показать это слово, не произнося ни слова. Если кто-то угадывает, то он занимает место того, кто загадывал слово. Он же в свою очередь переходит на место того, кто показывает.

### **Конкурс «Четыре обезьянки»**

Этот конкурс наиболее уместен на праздновании дня рождения. Он развеселит как самих участников, так и тех, кто будет наблюдать за этим замечательнейшим процессом. Итак, для начала надо найти четырех добровольцев. Они становятся на колени по четырем сторонам стула. Перед каждым из них лежит банан. Участники должны почистить и съесть свой банан без помощи рук. В этом конкурсе побеждает тот, кто первым почистит и съест банан. Если собралась компания сладкоежек, то тоже самое можно сделать и с шоколадкой.

### **Конкурс «ВПК (Великий и Прекрасный Конкурс)»**

Он состоит в том, что каждый участник должен придумать себе имя, притом имя-аббревиатуру, то есть сокращения слов наиболее хорошо характеризующих его. Например, КИНО – Красивый Интеллигентный Нормальный Организованный. Затем каждый участник говорит эту аббревиатуру всем остальным, и они должны отгадать, что же под ней скрывается. Выигрывает игрок, придумавший самую длинную, оригинальную и веселую аббревиатуру.

### **Конкурс «Почувствуй себя Веркой Сердючкой»**

Ведущий вызывает всех игроков по одному и дает им реквизит: воздушные шары, яркое платье, шляпу и очки. Участник должен все это на себя одеть так, чтобы быть максимально похожим на Верку Сердючку. Затем включается фонограмма какой-нибудь ее песни и участник должен под нее выступать. Побеждает тот, кто будет максимально близок к оригиналу.

### **Конкурс «Веселое переодевание»**

Для начала в круг ставится столько стульев, сколько человек участвует в конкурсе. Затем, когда включается музыка все бегают вокруг стульев. Когда музыка останавливается, все снимают с себя по одной вещи и кладут на стоящий рядом стул. Потом снова включается музыка. Когда участники откажутся дальше раздеваться, тогда включается другая музыка, и они начинают одеваться. Притом когда останавливается музыка они должны одеть одну вещь именно с того стула, перед которым они остановились. В итоге получается компания очень странно одетых людей. Выигрывает тот, у кого будет самый веселый наряд.

### **Игра «Потаённый огурец»**

Все участники становятся в круг плечом к плечу (*их руки должны находиться сзади*), а в его центре находится ведущий. После этого он закрывает глаза, а одному из игроков дается огурец. Затем ведущий открывает глаза. Участники должны передавать огурец, а если подвернется случай, то откусывать от него часть. Ведущий угадывает, в чьих руках находится огурец. Если он угадал, то тот, кого заметили, становится ведущим. Так продолжается до тех пор, пока не кончится огурец. Самая интересная часть – это, конечно, откусывание огурца, которое сопровождается обычно умахами остальных.

### **Игра «Птичка»**

Все становятся в круг. Ведущий говорит участникам, чтоб они представили, что у него в руках маленькая и красивая птичка. Каждый должен сказать, куда он хотел бы ее поцеловать, и передать следующему участнику. Когда круг полностью проходит ведущий говорит, что каждый должен поцеловать следующего стоящего в круге в то место, которое он назвал. Главное, чтобы участники не знали заранее смысла конкурса, а так получаются довольно забавные ситуации.

### **Игра «Круг»**

Все участники собираются в плотный круг. Вытягивают в центр круга руки. Выставляют вверх большие пальцы. Ведущий кладет на пальцы мяч. Они должны пронести этот мяч какое-то расстояние. При этом они должны молчать. Если мяч упал, кто-то коснулся несколькими пальцами, вообще не касается, или же сказал слово, то все начинается сначала. Пальцы должны быть строго снизу мяча. Если

участники слишком быстро справляются, то ведущий может усложнить прохождение, например, заменив обычный мяч теннисным.

### **Игры на знакомство (внутри группы и между коллективами)**

#### **«Имя-цвет, имя-ассоциация»**

Все участники находятся в общем круге. Каждый по очереди должен назвать свое имя и цвет (образ: предмет, животное, растение), на который, по его мнению, он похож, и обосновать свою похожесть (перечислить сходные качества).

#### **«Расскажи обо мне»**

Всех делим на пары. В течение нескольких минут в парах рассказывают друг другу о себе. Затем рассказывают всем о своей паре, потом наоборот.

#### **«Давайте познакомимся»**

Всем играющим предлагают найти своих тезок и объединиться в группы по именам. Те, у кого редкие имена, объединяются в группу «Ассорти». Каждая группа получает задание творчески представить свое имя.

#### **«Мы идем в поход»**

Игрок, назвав свое имя, называет предмет, начинающийся на первую букву его имени, который он может взять с собой в поход. Например: «Меня зовут Катя, я иду в поход и беру с собой компас». Следующий игрок произносит: «Меня зовут Сережа, я иду в поход и беру с собой спальник, а еще Катю с компасом», и так далее, пока не будут названы по имени все.

#### **«Мое любимое дело»**

Игрок называет свое имя и любимое дело. Следующий игрок сообщает свое отношение к названному делу, затем представляется и сообщает, что нравится ему. Например, первый участник говорит: «Меня зовут Андрей, и я люблю играть на гитаре». Следующий участник: «Я не умею играть на гитаре. Меня зовут Режа, я люблю играть в футбол». И так далее.

#### **«Стульчики» или «Зоопарк»**

Все играющие сидят в кругу на стульях. Ведущий встает в центр круга, оставляя свободным один стул. Задача игрока, сидящего справа от свободного стула, – ударить по нему рукой и назвать имя любого игрока. Игрок, чье имя названо, переходит на свободный стул. Ведущий должен занять новый свободный стул до того времени, пока по нему ударит игрок, сидящий справа, и назовет имя. Если ему это удалось, то игрок, с правой стороны которого находится занятый ведущим стул, становится ведущим.

### **«Досчитай до тридцати»**

Играющие сидят в кругу вместе с ведущим. Ведущий предлагает досчитать до 30 всем отрядом, обязательно уточняя, что редко кто с этим заданием справляется. Условия следующие: игроки по очереди вслух называют по одному числу. При этом игроки, на кого выпадут числа, заканчивающиеся на «3» или делящиеся на «3» без остатка, вместо числа называют свое имя. Игрок, допустивший ошибку прекращает играть, а игра начинается с начала.

### **«Кто умеет»**

Ведущий вывешивает заранее заготовленный плакат, состоящий из поля, разделенного на 9 квадратов. В каждом квадрате вопрос: Кто умеет играть на гитаре? Кто танцует? Кто рисует? Кто занимается спортом? и др. Всего 9 (по числу квадратов) вопросов. Все игроки берут ручки и листки бумаги, чертят аналогичное поле, нумеруют квадраты.

Задача игроков: опросить играющих и найти среди них тех, кто действительно умеет играть на гитаре, рисовать ит. д., записать в соответствующую клеточку на своем листке имя и фамилию этого игрока. Нельзя записывать имя одного и того же человека более чем в одном квадрате. Ведущий после игры подводит итог и узнает об умениях ребят в отряде.

### **«Имя в кругу»**

Участники стоят в кругу. Каждый по очереди делает шаг в центр, называет свое имя и показывает любое движение. Затем все участники одновременно повторяют его имя и движение, которое он только что показал.

## **Игры на раскрепощение и сплочение коллектива**

Эти игры используются, чтобы снять зажатость, преодолеть стеснение между ребятами. Они помогут им почувствовать себя свободнее, более раскованными, раскрепостится в новой и необычной обстановке. Это веселые и подвижные игры, часто направленные на физический контакт. В ходе этих игр каждый участник почувствует себя частью коллектива.

### **«Любишь ли ты своих соседей»**

Все участники становятся в круг. В центре круга находится ведущий. Он подходит к любому из играющих и спрашивает: «Любишь ли ты своих соседей?». Если он отвечает: «Да», то его правый и левый сосед меняются местами. Если он отвечает: «Нет», то ведущий спрашивает: «А кого же ты любишь?». Играющий говорит: «Тех, у кого есть на руке часы (кто в брюках, у кого длинные волосы, у кого сережки в ушах и т.д.)». Все те, у кого есть часы на руках меняются местами друг с другом. Задача ведущего занять любое свободное место. Тот, кто остался без места становится ведущим. Игра продолжается.

### **«Топотушки»**

Играющие делятся на две команды с равным количеством игроков. Каждый участник задумывает любого игрока противоположной команды. Важно, чтобы загадали всех. Далее команды строятся в линию друг напротив друга. Первый играющий одной из команд подходит к любому участнику противоположной команды и спрашивает, не он ли его задумал. Но делает он это необычным способом – топая ногами. Если он угадал, то играющий ему отвечает топотом. Образовавшаяся пара отходит, а игра продолжается. Если мнения играющих не совпали (то есть задуманный игрок не он), то противник ему отвечает шаркая ногами по полу. Затем происходит переход хода и спрашивать идет игрок противоположной команды. Побеждает та команда, игроки которой угадали больше людей, задумавших их.

### **«Веровочка»**

Играющие образуют круг, держась руками за связанный шнур. Водящий, передвигаясь внутри круга в разных направлениях, старается неожиданно ударить кого-либо по руке. Играющие должны быстро отдергивать руки, избегая удара (но немедленно возвращать их прежнее положение). Тот, кого водящий ударит, становится на его место внутрь круга, и игра продолжается.

### **«Человек к человеку»**

Для игры необходимо нечетное число игроков. Все игроки свободно перемещаются, водящий произносит: «Рука к руке!». И все участники игры, в том числе ведущий, должны найти себе пару и соприкоснуться с партнером руками. Тот, кто остался без пары, становится, водящим. Игра продолжается. Команды могут быть разнообразными, например: «Мизинец к мизинцу», «Пятка к пятке», «Ухо к уху».

### **«Циклоп»**

Играющие становятся в круг, ведущий выходит на середину. Задача играющих – установить контакт с товарищем на противоположной стороне круга только с помощью взгляда. Нельзя произносить звуки и телодвижения для привлечения внимания. Как только двое установили зрительный контакт, они должны одновременно поменяться местами, перебежав через середину круга. Ведущий, в свою очередь, внимательно наблюдает за играющими и старается догадаться, кто взглядом договаривается о перемене мест. Когда кто-то начинает меняться местами, ведущий должен постараться занять одно из пустых мест. Тот из игроков, кто не успел встать в круг, становится новым ведущим.

### **«Колобок»**

«Колобок» – это мяч, который перекатывают друг другу присевшие на корточки участники игры. Они образуют круг диаметром 5-7 метров. В середине

круга скачет на корточках «лиса», которая старается поймать «колобок». Если это ей удастся, она меняет ролью с тем, от кого «колобок» попал «к плутовке в лапы».

### **«Золотые ворота»**

Половина играющих образует круг. Взявшись за руки и подняв их как арки «ворот», они говорят нараспев:

«Золотые ворота пропускают не всегда.

Первый раз прощается, второй запрещается.

А на третий раз не пропустим вас!»

Остальные играющие, тоже взявшись за руки, бегут за ведущим. Змейкой оббегают они каждого из стоящих в кругу: одного спереди, другого сзади, третьего снова спереди и т. д. После слов «не пропустим вас!» – стоящие опускают руки – «закрывают ворота». Кто из бежавших оказался внутри круга, считается пойманным и идет в центр круга. Остальные повторяют игру еще несколько раз, пока не пойманных останется 3-5 человек. Они – победители.

### **«Пузыри»**

Играющие становятся в круг и берутся за руки. Затем дважды сходятся к центру и расходятся в стороны, не размыкая руки. Расходясь от центра на третий раз, хором говорят: «Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой, оставайся такой да не лопайся!» Играющие стараются сделать круг как можно шире, не расцепив при этом рук. Тот, кто разомкнул круг, выбывает из игры, игра продолжается. В конце игры определяют пять самых цепких ребят.

### **«Лес-болото-озеро»**

Ведущий определяет на поляне три области, каждая из которых представляет лес, болото и озеро. Дети стоят на нейтральной территории, а ведущий называет живые существа. Задача детей – быстро перебежать в то «место» на поляне, где обитает это существо.

### **«Мышь и кот»**

Для игры надо приготовить две разные игрушки или два маленьких предмета, которые отличаются друг от друга, например: шарик и кубик, ручку и резинку и так далее. Все участники игры садятся в круг. Один из игроков берет одну вещь и передает ее соседу слева со словами: «Это кот». «Кот» таким образом передается по кругу от игрока к игроку. В это время первый игрок берет вторую вещь и передает ее игроку справа со словами: «Это мышь». И обе вещи начинают ходить по кругу, только в разных направлениях. Со временем скорость передачи увеличивается и игроки начинают путать «мышь» и «кота». Каждый, кто назовет «мышь» «котом» или наоборот, выбывает из игры.

### **«Коснись синего»**

Игроки разбиваются на группы по 6-8 человек и встают довольно близко друг к другу. Водящий выкрикивает часть тела и цвет, (например: правой рукой коснитесь синего или левой рукой коснитесь красного и т.д.) Игроки должны касаться указанного цвета на ком-то другом из группы.

### **«Обувная фабрика»**

Все снимают обувь и кладут в центр круга. Каждый участник надевает два разных ботинка и пытается поставить каждую ногу рядом с ногой, обутой в парную обувь.

### **«Быстро поменяться»**

Игроки встают в квадрат, повернувшись лицом к ведущему в центре. Каждый должен хорошо помнить, кто стоит справа и слева от него и как они располагаются по отношению к ведущему, потому что как только игроки выяснят это, ведущий поворачивается и говорит: «Быстро поменяться». Это сигнал к тому, чтобы все заняли свою исходную позицию. Сторона квадрата, которая окончила быстрее поднимает руки и кричит: «Быстро поменяться!»

### **«Сидячий круг»**

Игроки встают в круг плечом к плечу, лицом друг к другу. Все поворачиваются направо и смыкают круг, делая шаг в центр. Положите руки на плечи впереди стоящего. Ведущий, считая до трех, просит вас посадить к себе на колени впереди стоящего. Слушайте инструкции ведущего, выполняйте их. После того как все сели, на счет «3» делается шаг правой ногой и т.д.

### **«Маги. Карлики. Великаны»**

Игроки делятся на две команды, и каждая выбирает свое движение (маги, карлики, великаны). Затем команды выстраиваются в ряд лицом друг к другу, делают три больших шага навстречу и показывают свое движение (карлики – приседают, великаны – тянутся вверх, подняв руки, маги – выставляют вперед руки). Выигравшие пытаются поймать проигравших (карлики ловят магов, маги ловят великанов, а великаны – карликов), но погоня прекращается, когда проигравшие пересекут заранее оговоренную линию. Игра повторяется до тех пор, пока одна из команд не захватит полностью другую.

### **«Встать!»**

Сначала попробуйте в паре, затем в тройке, затем все вместе. Посадите играющих на землю спинами друг к другу так, чтобы колени у всех были согнуты, а локти сцеплены. Готовы? Встать! Помните, что вы должны сидеть близко друг к другу и обязательно все вместе.

### **«Поймай дракона за хвост»**

Игроки встают в линию и кладут руки на пояс, стоящим перед ним. Последний в линии кладет носовой платок себе за пояс. Дракон, будучи в добром здравии начинает реветь, что означает начало игры. Затем он начинает гоняться за своим хвостом. Цель человека, стоящего во главе дракона, поймать платок. Когда голова, наконец, хватается платок, она становится хвостом и т.д.

### **«Заколдованный замок»**

Играющие делятся на две команды. Первая должна расколдовать «замок», а вторая команда – помешать им в этом. «Заком» может служить дерево или стена. Около «замка» находятся главные ворота – двое ребят из второй команды с завязанными глазами. Вообще у всех игроков этой команды глаза должны быть завязаны. Они произвольно, так, как им хочется, располагаются на игровой площадке. Игроки, которые должны расколдовать «замок» по команде ведущего начинают бесшумно двигаться к главным воротам. Их задача – незаметно дойти до ворот, пройти сквозь них и дотронуться до «замка». При этом игра считается оконченной. Но задача второй команды с завязанными глазами осалить тех, кто движется к «замку». Те, кого осалят, выбывают из игры. По окончании игры ребята меняются ролями.

### **«Светофор»**

На площадке чертятся две линии на расстоянии 5-6 метров друг от друга. Играющие стоят за одной линией. Водящий стоит между линиями примерно посередине спиной к играющим. Водящий называет какой-то цвет. Если у играющих этот цвет присутствует в одежде, они беспрепятственно проходят мимо ведущего за другую линию. Если такого цвета в одежде нет, то водящий может осалить, перебегающего пространство между линиями, игрока. Осаленный становится водящим.

### **«Заяц без логова»**

Участники игры стоят парами лицом друг к другу, подняв сцепленные руки вверх. Это «домики» или «логово зайца». Выбираются двое водящих — «заяц» и «охотник». Заяц должен убежать от охотника, при этом он может спрятаться в домик, т.е. встать между играющими. Тот, к кому он встал спиной, становится «зайцем» и убегает от охотника. Если охотник осалит зайца, то они меняются ролями.

### **«Сантики-сантики-лим-по-по»**

Играющие стоят в кругу. Водящий на несколько секунд отходит от круга на небольшое расстояние. За это время играющие выбирают, кто будет «показывающим». Этот игрок должен будет показывать разные движения (хлопки в ладоши, поглаживание по голове и т.д.) Все остальные играющие должны тут же

повторять его движения. После того, как показывающий выбран, водящего приглашают в центр круга. В его задачу входит определить, кто показывает все движения. Движения начинаются с обыкновенных хлопков. При этом, на протяжении всей игры хором произносятся слова «Сантики-санти-ки-лим-по-по». В незаметный для водящего момент показывающий демонстрирует новое движение. Все должны мгновенно его перенять, чтобы не дать возможности водящему догадаться, кто ими руководит. У водящего может быть три попытки для угадывания. Если одна из попыток удалась, то показывающий становится водящим.

### **«Отгадай, чей голосок?»**

Водящий отходит в сторону, пока играющие договариваются, кто будет подавать голос. Затем водящий встает в круг и закрывает глаза. Играющие идут по кругу со словами «Мы собрались дружно в круг, повернулись разом вдруг, а как скажем «Скок, скок, скок», (эти слова произносит один человек), отгадай, чей голосок». Водящий открывает глаза и отгадывает, кто из ребят сказал «Скок, скок, скок». Если это ему удастся, он меняется с говорившим местами. Можно дать водящему три попытки. Если он все же не угадывает, игра начинается сначала.

### **«Белки, орехи, шишки»**

Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя «беличье гнездо». Между собой они договариваются, кто будет «белкой», кто – «орехом», кто – «шишкой». Ведущий один, гнезда у него нет. Если он сказал «белки», то все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время ведущий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится ведущим. Если ведущий говорит: «орехи», то местами меняются орехи и ведущий, занявший место в гнезде, становится орехом. Ведущим может быть подана команда: «белки, шишки, орехи», и тогда меняются местами сразу все.

### **«Невод»**

Игра проходит на ограниченной площадке, пределы которой нельзя пересекать никому из играющих. Двое или трое играющих берутся за руки, образуя «невод». Их задача – поймать как можно больше «плавающих рыб», т.е. остальных игроков. Задача «рыб» – не попасться в «невод». Если «рыбка» не смогла увильнуть и оказаться в «неводе», то она присоединяется к водящим и сама становится частью «невода». «Рыбки» не имеют права рвать «невод», т.е. расцеплять руки у водящих. Игра продолжается до того момента, пока не определится игрок, оказавшийся самой «проворной рыбкой».

### **«Капканы»**

Шесть играющих встают парами, взявшись за обе руки и подняв их вверх. Это капканы, они располагаются на незначительном расстоянии друг от друга. Все

остальные играющие берутся за руки, образуя цепочку. Они должны двигаться через капканы. По хлопку ведущего капканы «захлопываются», т.е. ребята, изображающие капканы, опускают руки. Те играющие, кто попался в капкан, образуют пары и тоже становятся капканами. Побеждает тот, кто сумел до конца игры не угодить ни в один капкан.

### **«Волки во рву»**

На площадке чертится коридор («ров») шириной до одного метра. Ров можно начертить зигзагообразный, где уже, где шире. Во рву располагаются водящие – «волки». Их немного – всего два или три. Все остальные играющие – «зайцы» – стараются перепрыгивать через ров и не оказаться осаленными. Если до «зайца» дотронулись, он выбывает из игры или становится «волком». «Волки» могут осалить «зайцев» только находясь во рву. «Зайцы» ров не перебегают, а перепрыгивают. Если нога «зайца» коснулась территории рва, это значит, что он «провалился в ров» и в этом случае также выбывает из игры.

### **«Горелки»**

Играющие выстраиваются в колонну парами, взявшись за руки. Водящий стоит перед колонной в нескольких шагах, спиной к играющим. Он говорит:

«Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло.

И раз, и два, и три.

Последняя пара беги!»

На слово «беги» пара, стоящая последней, должна быстро оббежать колонну и встать впереди. Водящий тоже должен стремиться занять одно из мест первой пары. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Вместо слов «последняя пара» водящий может произнести: «Четвертая пара», или «вторая пара». В этом случае всем играющим надо быть очень внимательными и помнить, какими по счету они стоят в колонне.

### **«Аленушка и Иванушка»**

*1 вариант.* Выбираются Аленушка и Иванушка, им завязывают глаза. Они находятся внутри круга. Играющие встают в круг и берутся за руки. Иванушка должен поймать Аленушку. Чтобы это сделать, он может звать ее: «Аленушка!». Аленушка обязательно должна откликаться: «Я здесь, Иванушка!». Как только Иванушка поймал Аленушку, их место занимают другие ребята и игра начинается сначала.

*2 вариант.* Игра проводится аналогично предыдущей, т.е. Иванушка должен поймать Аленушку, но ориентироваться они могут только на хлопки товарищей. При приближении Иванушки к Аленушке игроки, стоящие в кругу, начинают хлопать громче, а при удалении – тише.

### **«Кошки-мышки»**

Для игры выбираются два человека: один – «кошка», другой — «мышка». В некоторых случаях количество «кошек» и «мышек» может быть больше. Это делается для того, чтобы оживить игру. Все остальные играющие встают в круг, взявшись за руки – «ворота». Задача «кошки» догнать (дотронуться рукой) «мышку». При этом «мышка» и «кошка» могут бегать внутри круга и снаружи. Играющие стоящие в кругу сочувствуют «мышке» и помогают ей. Например: пропустив через «ворота» «мышку» в круг, они могут закрыть их для «кошки». Или если «мышка» выбегает из «дома», «кошку» можно там запереть, т.е. опустить, закрыть все ворота. Когда «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

## **Упражнения и тренинги на сплочение**

### **Тренинг на сплочение «Приветствие»**

Цель тренинга: развивать групповую сплоченность, групповое взаимодействие, создать приятную обстановку, отвлечься от всех дел и забот.

Участникам предлагается образовать круг и разделить на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. Это упражнение обычно происходит весело и эмоционально. Его лучше всего ставить в начало занятия, для того чтобы поприветствовать друг друга и зарядить группу энергией.

Вопросы: Какие эмоции у вас вызвало это упражнение? Что было трудным? Что помогло справиться с упражнением?

### **«Пишущая машинка»**

Между участниками тренер распределяет буквы алфавита. Тренер произносит слово, его необходимо «напечатать». Группа, олицетворяющая пишущую машинку, пытается это сделать, хлопая в ладоши. Правильно напечатанным считается слово, которое участники «отхлопали», не нарушая очередности букв.

Вопросы для обратной связи: Как вы справились с заданием? В чем заключалась его сложность для вас?

### **«Одеяло»**

Тренер делит группу на подгруппы по четыре человека, располагая их в пространстве таким образом, чтобы у каждой из команд было приблизительно по четыре квадратных метра площади. Тренер предупреждает группы о том, что разговаривать нельзя и участники должны понимать друг друга без слов. Для того чтобы настроить участников на работу, тренер зачитывает следующую историю: «Прекрасным летним днем вы все вместе собрались на морском берегу. Вы расстилаете на песке шерстяное одеяло, потом садитесь на него и наслаждаетесь

солнцем, свежим воздухом и плеском волн. Вдруг собирается гроза. Вы уходите с побережья, но прежде все вместе вы должны сложить шерстяное одеяло». После этой истории все команды и все члены команд совместными усилиями должны сложить воображаемое шерстяное одеяло. На операцию по складыванию одеяла отводится две минуты.

Вопросы для обратной связи: Что помогает команде успешно справиться с заданием? Что затрудняет решение задачи? Что предпринимают отдельные игроки, чтобы преодолеть препятствия?

### **«Круг енота»**

Упражнение помогает участникам почувствовать доверие друг к другу.

Материалы: канат, концы которого связаны друг с другом.

Все участники становятся в круг и берут обеими руками канат. Тренер: «Давным-давно на земле жило племя индейцев. Священным животным в их племени считался енот. И каждый раз, приходя с удачной охоты, победив врага или собрав урожай, индейцы исполняли ритуальный танец в честь енота. Сейчас мы его с вами повторим». Участники, держась за канат, должны максимально отклониться назад. Затем тренер просит всех присесть как можно ниже, встать, держась одной рукой за канат, отклониться вправо, потом поменять руку и отклониться влево, снова сесть и встать.

Вопросы для обратной связи: Что было самым сложным? Что помогло выполнить упражнение? Как остальные участники группы помогли вам выполнить упражнение (если помогали)? Что (кто) помешало выполнить?

### **«Миссис Мамбл»**

Участники усаживаются в круг. Один из игроков должен обратиться к своему соседу справа и сказать: «Простите, вы не видели миссис Мамбл?». Сосед справа отвечает фразой: «Нет, я не видел. Но могу спросить у соседа», поворачивается к своему соседу справа и задает установленный вопрос, и так по кругу. Причем, задавая и отвечая на вопросы, нельзя показывать зубы. Поскольку выражение лица и голос очень комичны, тот, кто засмеется или покажет зубы во время диалога, выбывает из игры.

Вопросы для обратной связи: Что было самым сложным? Что помогло выполнить упражнение? Как остальные участники группы помогли вам выполнить упражнение (если помогали)? Что (кто) помешало выполнить?

### **«Исполнение желаний»**

Один из членов группы высказывает свое желание. Группа обсуждает способ удовлетворения этого желания здесь, в данной обстановке, и затем реализует этот способ (*в воображении, в пантомиме, в реальных действиях*). Затем исполняется желание другого участника.

Вопросы для обратной связи: Было ли трудно загадывать желание? Довольны ли вы тем, как удовлетворили ваше желание?

## **Игры на развитие командного духа**

### **«Перенеси шарики»**

Команде дается определенное количество шариков. Она должна перенести их на определенное расстояние без использования рук. Без использования рук и класть или бросать их на землю. Спинами можно переносить плечами ногами и т.д. Также нужно делать так, чтобы шарики остались целыми.

### **Идеи из игры «Форт Байард»**

Собрать командой за один заход как можно большее количество шишек в лесу (*кто не участвует то минус команде*).

Перенести кастрюлю с помощью двух палок длиной 1м, 1,5м или 2 метра на максимальное расстояние.

### **«Как и у меня...»**

Инструкция: «Возьмите лист бумаги и подпишите сначала на нем заголовок: «Человек, у которого такие же, как и у меня...», а затем в столбик следующее:

1. Рост
2. Цвет глаз
3. Цвет волос
4. Знак зодиака
5. Любимое блюдо
6. Любимый напиток
7. Любимое животное
8. Черта характера - черта гордости
9. Черта характера - предмет стеснения
10. Способ реагирования на опасность
11. Способ знакомства с противоположным полом

Теперь ваша задача в течение пяти минут, гуляя по всему пространству, найти людей, у которых есть то, что мы только что перечислили, и попросить их поставить Вам напротив одинаковой с ними позиции свою роспись. Росписи необходимо получить по всем позициям. По одной и той же позиции можно получить несколько росписей».

### **«Тройки»**

Инструкция: «Разбейтесь, пожалуйста, на группы по три человека так, чтобы второй и третий из группы были наименее знакомыми тебе людьми. У каждого из вас будет примерно по тридцать секунд (*примерно, потому что я могу в любой момент остановить время*), чтобы рассказать о себе твоим партнерам. Когда я

скомандую: «Переход!»), твоя задача найти двух человек, с которыми ты еще не общался. В этой новой тройке повторяется тот же самый процесс. Только вместо рассказа о себе ты рассказываешь о тех двоих, с кем был в предыдущей тройке. Рассказать должен успеть каждый из группы. В своей третьей тройке (с кем еще не общался) тебе придется рассказывать уже не только о своих партнерах из первой тройки, но и о тех, о ком ты узнал во второй. И т.д.»

### **«Привет!»**

Эта игра физически сближает участников группы друг с другом и привносит в совместную работу элемент дружеских отношений. В тоже время в игре мобилизуется внимание участников, поскольку они должны одновременно управлять обеими сторонами своего тела. Каждый игрок может прервать рукопожатие правой рукой только тогда, когда установит новый контакт – левой рукой. Это способствует межполушарному взаимодействию.

Игра интересна так же и с точки зрения развития межличностных отношений, она требует достаточно высокого уровня кооперации, поскольку каждый участник одновременно взаимодействует сразу с двумя членами группы. Большой позитивный эффект имеет проведение этой игры в конце занятия. Благодаря ей, участники расходятся в хорошем настроении, и каждый из них получает свою долю внимания.

Инструкция: «Начните, пожалуйста, ходить по комнате. Я предлагаю вам поздороваться с каждым из группы за руку и при этом сказать: «Привет! Как твои дела?» Говорите только эти простые слова и больше ничего. Но в этой игре есть одно важное правило: здороваясь с кем-либо из участников, вы можете освободить свою руку только после того, как другой рукой вы начнете здороваться еще с кем-то. Иными словами, вы должны непрерывно быть в контакте с кем-либо из группы. Представили себе, как это происходит?»

Когда все поздоровались друг с другом и группа привыкла к этому ритуалу, Вы можете запустить второй круг – с другим приветствием, например, со словами: «Как хорошо, что Ты здесь!» Другой вариант: Вы можете использовать эту игру в конце занятий, и в этом случае заменить приветствие прощанием: «Спасибо!» или «Спасибо, с Тобой было так хорошо работать!»

### **«Стратегическая игра»**

Это в высшей степени оживленная игра, в которой интересно соединяются движение и ориентация в пространстве. Уже первая фаза очень напряженна – надо избегать кого-то, кто об этом ничего не знает. Это похоже на то, во что иногда играют дети. Второй этап – с Защитником посередине – выходит далеко за рамки детской игры и требует стратегической оценки траекторий движения двух людей. В итоге игра требует быстрых, внимательных движений, и, разумеется, каждый должен следить за тем, чтобы не сталкиваться с другими участниками игры. Для этой игры необходимо много места, чтобы избежать столкновений. Инструкция:

«Для этой игры нам потребуется много места, поэтому, пожалуйста, отодвиньте в сторону столы и стулья, чтобы освободить пространство. Начните все молча двигаться по комнате. Выберите какого-нибудь члена группы и представьте себе, что вы его боитесь. Разумеется, вы не должны его бояться на самом деле, это всего лишь игра. Продолжайте движение по комнате, но таким образом, чтобы расстояние между вами и лицом, которого вы «боитесь», становилось все больше, но ни в коем случае не показывайте ему, что вы его избегаете. (1 минута)

Теперь выберите кого-нибудь, кто будет вашим Защитником. Ему вы тоже не должны показывать, что вы его выбрали. Во время движения по комнате делайте так, что бы ваш Защитник находился бы между вами и тем, кого вы «боитесь». Двигаться вам нужно как можно быстрее. (90 секунд)

Я сейчас буду считать от 10 до 0, и при слове «ноль» вы должны застыть на своих местах, как вкопанные. Десять, девять, восемь... ноль!

Сейчас вы можете посмотреть на то, что получилось, и каждый скажет, кого он «боялся», а кто был его Защитником».

### **«Узелки»**

Участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию». Число игроков должно быть четным. Затем все участники вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (*очень важно, чтобы это был не тот же самый человек*). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т. е. снова выстроиться в круг, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить тем, что запретить всяческое словесное общение.

### **«Из спичек – имена»**

Инструкция: «Вот лежит коробок спичек. Ваша задача в течение 10 минут из этих спичек выложить имена всех здесь присутствующих, используя все спички, лежащие в коробке. Одна буква может принадлежать разным именам. Спички ломать нельзя».

Спички выдаются из расчета 10 спичек на одного члена группы. Если они не успевают за 10 минут, задается вопрос: «Сколько вам нужно времени, чтобы закончить?». Если опять не успевают, то опять вопрос и т.д.

### **«Маленькие зелененькие человечки»**

Инструкция: «Представьте себе, что вы выехали отдохнуть своей группой на природу. Вы находитесь на лугу. Вокруг полно зелененькой травки, цветочков. Бабочки летают. Чуть подальше прозрачное чистое озерцо, в котором так и хочется искупаться. Приятно пригревает солнышко. И самое классное, что здесь вся группа! Представили? По моей команде вы пойдете гулять по этому лужку: нюхать цветочки, гоняться за бабочками, греться на солнышке. А когда я закричу: «Внимание! На вас напали маленькие зелененькие человечки!», ваша задача сбиться

в кучку, спрятав в середину самых слабых, а затем хором прокричать: «Дадим отпор маленьким зелененьким человечкам!»

В зависимости от того, как будет выглядеть группа как команда в процессе выполнения упражнения, его можно провести несколько раз, обсуждая после каждого их поведение.

### **«Ищи и найди»**

Инструкция: Разойдитесь, пожалуйста, по парам и встаньте друг напротив друга. Сейчас каждый из вас должен запечатлеть в памяти образ своего партнера – так, чтобы вы могли его (ее) найти потом даже с закрытыми глазами. У вас есть две минуты, чтобы увидеть и запомнить, как выглядит ваш партнер: какая у него одежда, прическа, форма рук, какова ширина его плеч, обхват талии. Запомните как можно больше деталей, характеризующих облик вашего партнера. (2 минуты) Теперь закройте глаза и разойдитесь так, чтобы вы не знали, где находится ваш партнер. Кроме того, дайте себе время освоиться в этой ситуации. Двигайтесь медленно и очень внимательно. Я позабочусь о вашей безопасности и о том, чтобы вся группа смогла успешно выполнить это задание. (15 секунд)

А сейчас вы можете начать искать своего партнера, но только молча. Ищите по своим особым приметам. Когда вы решите, что нашли его, то, прежде, чем открыть глаза, назовите его имя.

Лучше всего проводить игру на ограниченном игровом поле – не слишком большом, чтобы партнеры могли поскорее найти друг друга. Пары, которые уже нашли друг друга, могут переходить на другую сторону комнаты, чтобы облегчить оставшимся процесс поиска.

### **«Расскажи мне обо мне»**

Ведущий предлагает членам группы разбиться по парам. В течении 5 минут каждый рассказывает друг другу о себе. Затем все садятся в круг и каждая пара по очереди выходит в центр: один участник садится на стул, второй встает за ним, кладет ему на плечи руки и говорит о сидящем как от себя, представляя себя его именем, затем они меняются. Пары можно оставить из предыдущего упражнения.

### **«Сесть на стол»**

Ваша группа должна по моей команде как можно быстрее сесть на стол так, чтобы все члены группы разместились на столе. На полу не должно быть ни одной ноги.

### **«Ирландская дуэль»**

Инструкция: Выберите, пожалуйста, себе партнера. Я хочу предложить вам игру под названием «Ирландская дуэль». Вы должны встать друг напротив друга так, чтобы около вас было достаточно свободного пространства, и вы могли бы во время игры двигаться друг вокруг друга. Пожалуйста, положите левую руку себе на

спину на уровне крестца, ладонью наружу. Эта ладонь – ваше уязвимое место, ваша Ахиллесова пята.

Правую руку вытяните указательным пальцем вперед – это будет ваш ирландский меч. Ваша задача – дотронуться вытянутым указательным пальцем до открытой ладони партнера, одновременно не давая ему задеть ваше «уязвимое место». Во время этой дуэли вы не имеете права удерживать партнера. Так как ирландцы – очень мирный народ, то дуэль будет длиться всего одну минуту. Обратите, пожалуйста, внимание на то, чтобы в комнате было достаточно свободного места – в противном случае участники могут «в пылу сражения» обо что-нибудь удариться. После первого поединка вы можете предложить участникам провести дуэль с новыми партнерами.

### **«Семейная фотография»**

Группа - семья. Группе предлагается выбрать мать, отца, детей, бабушек и дедушек, тетей и дядей и других родственников и расположить их так, как будто они фотографируются на семейную фотографию. Обсуждение и интерпретация – кто какое место занял на фотографии.

### **«Какие мы хорошие»**

Инструкция: «Вам нужно показать, какие вы все хорошие. Сделайте презентацию вашей команды. На подготовку – 10 минут».

### **«Вампиры»**

Инструкция: Представьте себе, что мы находимся в средневековом замке. И там, разумеется, по традиции, водятся вампиры, которые выходят гулять из своих могил по ночам. Сейчас вы можете начать ходить по пространству замка, сначала с открытыми глазами, так как пока на дворе день. (30 секунд) И вот наступает ночь, и вы можете глаза закрыть, но продолжайте ходить. Сейчас я дотронусь одному из вас до плеча, и это будет означать, что этот человек – вампир. И его задача, как вы, наверное, догадываетесь, ходить и кусать людей. Прямо так подходит и кусает. Человек, которого укусили, тоже становится вампиром, и, соответственно, тоже ходит и кусается. Если вдруг случится так, что один вампир укусит другого вампира, то укушенный становится человеком. Всякий раз после укуса (*и если ты человек, и если вампир*) необходимо закричать. Итак... (3 минуты). Но вот близится утро, и вампирам надо срочно возвращаться домой – в свои уютные комфортные гробики. И вампиры сейчас могут начать рассасываться по стенам комнаты. А «живые» люди остаются в центре, радостные оттого, что смогли пережить еще одну ночь. (30 секунд) И вот вы можете открыть глаза, чтобы оценить соотношение сил: сколько у нас получилось миленьких, симпатичных вампирчиков, а сколько жадных, жаждавших лишнюю каплю крови «живых» людей. Шутка.

### **«Ужасный секрет»**

Один из участников сообщает на ухо своему соседу ужасную тайну о себе, например: «Я люблю ковыряться в носу!» Сосед передает это дальше по кругу, тоже на ухо, изменив фразу так: «Один из нас любит ковыряться в носу!» В такой форме фраза идет по кругу, а второй участник, дав первой фразе отойти на двух-трех участников, посылает вслед секрет о себе: «Я люблю корочкой хлеба вымазывать остатки подливы». Фраза идет по кругу в варианте: «Один из нас...» Когда секрет проходит круг и приходит к владельцу, то владелец не отсылает его на второй круг, и, таким образом, первая часть упражнения заканчивается тогда, когда каждый секрет обошел ровно один круг. Затем все говорят вслух, какие секреты они узнали. Один узнал, что «мы храпим», что «мы любим поспать» и т.д., пока все секреты не будут припомнены. А затем все участники хором произносят: «И мы никогда никому ничего не скажем!»

### **«Клад»**

Инструкция: Представьте, что ваша группа, находясь в походе, нашла настоящий клад. И у вас после этого оказалась 1000 золотых монет старинной чеканки. Ваша задача – разделить эти деньги. Как вы будете это делать, решать вам самим. Критерии отбора и процедуру принятия решения определите самостоятельно. У вас на это есть 5 минут. Запрещено: бросать жребий и распределять вознаграждение поровну. Если вы не сумеете разделить деньги за отведенное время, их у вас конфискуют.

### **«Я желаю тебе завтра...»**

Все стоят в кругу и по очереди желают соседу справа, себе и соседу слева чего-нибудь хорошего на завтрашний день. Это упражнение можно сделать ритуальным и заканчивать им сборы.

### **«Олени»**

Участники образуют два круга (внешний и внутренний), встают лицом друг к другу. Ведущий спрашивает: «Вы когда-нибудь видели, как здороваются олени? А хотите узнать, как они это делают?». Это целый ритуал: правым ухом вы третесь о правое ухо своего партнера, затем левым ухом о левое ухо партнера, а в завершении приветствия нужно потопать ногами! После этого внешний круг смещается на 1 человека, и церемония повторяется. Передвижение продолжается до тех пор, пока все участники не «поздороваются» друг с другом, как олени, и не займут свое исходное положение.

### **«Меня зовут... Я люблю себя за то, что...»**

Упражнение проводится в кругу. Каждый поочередно говорит две фразы «Меня зовут...» и «Я люблю себя за то, что...». Не отвлекайтесь на споры и

обсуждения по поводу ваших желаний. Просто высказывайте их поочередно, беспристрастно и быстро.

### **«Мы с тобой похожи тем, что...»**

Участники выстраиваются в 2 круга – внутренний и внешний. Количество участников в обоих кругах должно быть одинаковым. Участники внешнего круга говорят своим партнерам фразу, начинающуюся со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...» (*например: мы с тобой похожи тем, что живем на планете Земля, учимся в одном классе и т.д.*). Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...» (*например: мы с тобой отличаемся цветом глаз, длиной волос и т.д.*). Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются, меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

### **«Бревно»**

Задача группы, уместившись на лавке (*ширина её равна самому большому размеру ноги участников команды, длина – длине шеренги команды*), не заступая за её край, поменяться местами таким образом, чтобы первый участник оказался на месте последнего, второй – на месте предпоследнего и т.д. При заступе упражнение начинается сначала.

### **«Вавилонская башня»**

Для начала необходимо разбить группу на две команды. Делать это рекомендуется следующим образом. Вы сами выбираете двух человек, у которых, на Ваш взгляд, неплохо с коммуникативными способностями и просите их вслух на время игры побыть Капитанами команд. После этого они идут по комнате и набирают в команды нужных им людей. Сделать это нужно так, чтобы членов команд было поровну. Попросим команды занять свои места (*в противоположных углах команды стоят по столу и нужное количество стульев*). Команды расходятся, усаживаются, и Вы сообщаете, что с этой минуты они не должны говорить по-русски или на каком-нибудь другом известном языке. Но не возбраняется говорить при помощи жестов, придумывать новый язык, еще какую-либо сигнальную систему. Но Вашу речь участники обязаны понимать по-прежнему. Затем подзовите капитанов команд и вручите им заранее составленные и отпечатанные (*или написанные от руки*) инструкции. Пусть капитаны прочтут их и сообщат своим командам. Никто из членов команд не должен видеть инструкции, за этим тщательно должен следить Ведущий и помощник. Можно через какое-то время вообще отобрать инструкции у лидеров, убедившись, что лидеры запомнили их. Но, главное, сделайте так, чтобы лидеры не видели при вручении инструкций друг друга, потому что вся прелесть игры заключается в том, что инструкции разные. Каждой команде предлагается выполнить достаточно сложное действие, причем вовлечь в выполнение членов команды соперников. Лидер, прочитавший

инструкцию, должен объяснить своей команде, чего же от нее хочет тренер, но на пути встает языковой барьер, поэтому Ведущий должен позаботиться о том, чтобы лидерами на этом этапе игры были выбраны артистичные и сообразительные участники с богатой фантазией и хорошо развитым воображением. Когда участники каждой команды поймут, что должны делать, они будут вынуждены вступить в контакт между собой, чтобы вовлечь участников из другой команды в общее действие. Но наличие различающихся заданий создает сложности, на пути к разрешению которых встает тот же языковой барьер.

Лидеры получают следующие задания для своих команд:

Команда А: 1. Придумать не менее 6 различных воинских званий, присвоить одно из этих званий каждому из присутствующих, исключая Ведущего и помощника, придумать для всех отличающуюся от современной военную форму и ввести знаки отличия. 2. Подготовить комнату к отражению агрессора. 3. Организовать банкет по поводу ненападения противника с произнесением двух речей (по 1 мин. каждая), поздравлением участников обороны и вручением медалей. С речами должны выступить по одному человеку от каждой команды.

Команда Б: 1. Придумать не менее шести моделей модной одежды, превратить одежду каждого в одну из этих моделей. 2. Организовать демонстрацию этих моделей для воображаемых зрителей. 3. Организовать банкет по поводу успешно проведенной демонстрации с произнесением не менее двух речей, одну из которых должен произнести представитель команды соперника, с поздравлениями участников демонстрации и вручением подарков. Длительность выступления также не более 1 минуты.

Задания составлены так, чтобы первая их часть была похожа у обеих команд, и участники не сразу догадались бы, что задания у них разные. Однако к концу выполнения первой части заданий участники начинают подозревать, что их дурачат. После выполнения второй части задания это подозрение перейдет почти в уверенность, и от третьей части задания они будут ждать подвоха, но третьи задания очень похожи между собой, что вновь вводит участников в мучительные размышления.

После того, как все задания будут выполнены, предложите командам вновь разойтись по углам, по своим игровым местам, если они к тому времени сохранились (*а надо сказать, что после всех действий зал иной раз начинает выглядеть более чем странно, и пулеметное гнездо из двух стульев на шкафу еще не самое удивительное!*). Вы раздаете им листы бумаги и просите написать русским языком, что же именно выполнял каждый участник, как он понял своего лидера. Затем Вы собираете листки, возвращаете участникам дар речи и предлагаете каждой команде обсудить, какое задание выполняли соперники. За пять минут каждая команда должна прийти к единому мнению в этом вопросе, и сообщить об этом другой команде. На этом игра заканчивается, начинается обсуждение. Обсуждение проводится с использованием видеозаписи (*но можно и без нее!*). Темой обсуждения является вопрос понимания и взаимопонимания. Что этому мешает и

что помогает? В какой момент каждый участник почувствовал, что он понял кого-то? В какой момент участник почувствовал, что его поняли? Вопросы, вопросы... На этом игра и заканчивается. Игра эта довольно сложная для участников, поэтому проводить ее следует только в сильных группах, способных к импровизации и творчеству. Для облегчения задания можно, например, позволить лидерам сказать по три слова, если Вы видите, что все его попытки объяснить задание ни к чему не приводят.

*Примечание:* Обратите внимание на то, чтобы лидеры не догадались сразу о различности заданий. И, наконец, совершенно необязательно давать именно эти задания. Можно придумать другие, простые или сложные, короткие или длинные, исходя из собственного понимания Ведущего, что же именно нужно группе в данный момент.

Все управление игрой ведите через лидеров команд. Если Вы будете часто вмешиваться в игру, участники могут перестать воспринимать лидеров как таковых, что еще более затруднит процесс нахождения общего языка. Чтобы игра закончилась весело и хорошо, попросите участников, произносящих речь на заключительном банкете, объяснить, что же именно они хотели сказать, какими наградами и за что был премирован каждый лауреат. Когда выяснится, что оратор говорил о нерушимости фронтовых уз и вручал медали «За оборону подоконника», участнице, получившей эту медаль, бывает очень весело, если она думала, что произносится тост за прекрасных дам и ей вручают бриллиантовую брошь как «Мисс Лидерская программа 2014»!

### **«Необитаемый остров»**

Инструкция: «Представьте себе, что в результате кораблекрушения вы оказались на необитаемом острове. В ближайшие 20 лет вы не сможете вернуться к нормальной жизни, в ваши родные края. Ваша задача – создать для себя условия, которые смогли бы вас удовлетворить. Вы можете:

- А) освоить остров, организовать на нем хозяйство;
- Б) наладить на нем социальную жизнь (создать организацию, распределить функции, роли, обязанности и т.п.);
- В) установить правила и нормы совместной жизни на острове (в форме 10 основных предписаний).

На это вам дается полчаса и полная свобода действий в рамках пунктов а – в». По истечении назначенного времени все садятся вокруг освоенного «острова». Ведущий предлагает обсудить и проанализировать впечатления участников группы о том, что происходило. Каждый может рассказать, что он чувствовал, участвуя в организации жизни на острове, как воспринимал поведение других, чем был доволен и не был доволен. Этому разговору можно посвятить 20 – 30 минут.

### **«Портрет лидера»**

Для выполнения упражнения группа делится на две группы.

Вам необходимо нарисовать портрет лидера, используя бумагу и фломастеры. Попробуйте в рисунке отразить качества, которыми, по-вашему, должен обладать лидер. Вам дается 10 минут на обсуждение того, как вы будете рисовать и еще 10 минут, чтобы нарисовать портрет. Во время самой работы необходимо соблюдать полную тишину. Общаться можно только невербально.

качества. Вы нарисовали портреты. Теперь по одному человеку от группы нам попытаются пояснить, что нарисовано. Вторая группа может задавать уточняющие вопросы. Рядом с портретом выписываем качества, которыми обладает нарисованный лидер. Теперь давайте из двух таблиц качеств сделаем одну. (Выписываются качества лидера без повторов). Перепишите эти качества себе на листок и галочками отметьте те качества, которыми, по-вашему, вы обладаете.

обмен качествами. Посмотрите друг на друга. Многие из вас обладают качествами, которые мы написали. По моему сигналу вы все встаете со своих мест и начинаете двигаться по комнате с целью обмена качествами. Если вы видите, что какое-то качество ярко выражено у другого, вы просите немножко этого качества, при этом совсем необязательно, что этого качества не должно быть у вас самих. Те качества, которые просите вы, отмечаете в левой колонке вашего списка качеств, качества, которые просят у вас вы отмечаете в правой колонке. Одно и то же качество вы можете попросить у нескольких человек. На эту работу вам дается 10 минут. (После этого листки подписываются и собираются ведущим).

### **«Ужасно-прекрасный рисунок»**

Группа делится на 2 подгруппы. Каждой группе дается по листу бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передается соседу справа, и тот делает из полученного рисунка в течение 30 секунд «ужасный рисунок» и передает следующему. Следующий участник делает «прекрасный рисунок». Так проходит весь круг. Рисунок возвращается хозяину. Обсуждение.

### **«Летающие яйца»**

Цели:

1. Увеличить сплоченность в группе.
2. Продемонстрировать группе условия, способствующие творческому решению задачи.
3. Исследовать влияние успеха на атмосферу в группе.

Процесс:

1. Инструкция: «У вас есть 30 минут для того, чтобы выполнить это упражнение. Ваша задача – запустить яйцо в свободный полет, так, чтобы оно приземлилось, не разбившись. Вы не можете передавать яйцо сверху вниз от человека к человеку, опускать его на веревке и т.п. Во время упражнения обращайтесь внимание на процесс взаимодействия в группе и стратегию принятия решений. Удачного полета!»

2. Группе дается 10 минут на обсуждение задания. При этом не разрешается дотрагиваться до материалов, данных группе.

3. Затем в течение 20 минут молча группа выполняет задание.

4. После сбрасывания яйца на общем сборе группа уходит делать закрытие, не проверяя при всех, разбилось ли яйцо.

### **«Незаконченные предложения»**

Инструкция: Я хочу предложить вам прояснить явные и неявные правила, действующие в нашей группе. Запишите все правила, которые мы с вами обговаривали (3 минуты). Теперь напишите, пожалуйста, по два варианта окончания для каждого из следующих незаконченных предложений.

— В этой группе нежелательно...

— В этой группе опасно...

— Из этой группы будет исключен тот, кто...

— В этой группе можно...

Вопросы для обсуждения:

— В какой степени действующие в группе правила ясны участникам?

— Насколько широк спектр негласных норм?

— Какие из них полезны, а какие обременительны?

— Стоит ли совместно принимать в нашей группе дополнительные правила?

### **«Приглашение к совместной деятельности»**

Инструкция: Я хочу вместе с вами исследовать наши отношения. Предлагаю сделать это следующим образом: пусть сейчас каждый из вас представит себе, что он имеет возможность пообщаться со мной не в группе, а в любой другой ситуации. Подумайте, что бы вы хотели делать вместе со мной. Запишите на карточках одной-двумя фразами то, что пришло вам в голову. Потом поставьте свою подпись и передайте карточки мне. Я зачитаю их вслух, а затем мы проведем совместное обсуждение. В ходе этого обсуждения я расскажу о своих внутренних ощущениях.

Вопросы для обсуждения:

— Насколько широк оказался спектр желаний участников?

— Какие желания вызваны особенностями личности ведущего, а какие – скорее его ролью?

— Какова была реакция ведущего на различные желания участников?

— Какие формы поведения ведущего неприятны участникам, а какие, наоборот, нравятся?

### **«Групповая мозаика»**

Предлагается упражнение, которое даст возможность сравнить наши индивидуальные впечатления от групповой работы и понять, в чем они похожи, а в чем – отличны. Мы сможем увидеть, чего мы уже достигли, и над чем нам еще предстоит работать. Я ознакомлюсь с вашими представлениями и расскажу вам о

своем понимании происходящего. Я хотел бы, чтобы вы объединились по трое. Выберите себе партнеров, мнение которых вам интересно узнать... Пусть каждая микрогруппа возьмет себе большой лист бумаги и коробку с восковыми мелками или карандашами... Пожалуйста, нарисуйте картину, которая отражала бы ваш взгляд на происходящее в группе. Постарайтесь выразить в рисунке, чего мы уже достигли, что нам еще предстоит сделать, в какой атмосфере мы работаем, как общаемся друг с другом, к каким целям стремимся, какие чувства у нас преобладают, как мы оказываем взаимное влияние друг на друга. Представьте в своей картине наиболее интересные для вашей подгруппы аспекты групповой работы, отметьте то, что вам нравится и чем вы недовольны. Вы можете использовать три цвета: один цвет для изображения того, что вам нравится в группе, второй – для того, чем вы недовольны, и третий – для нейтральных событий. У вас есть на это 1 час...

После этого участники всех троек собираются для общегруппового обсуждения, предварительно свернув и отложив свои картины в сторону. Предложите им коротко обменяться впечатлениями. Затем каждая подгруппа по очереди выкладывает свои рисунки в центре круга. Авторы сначала молча выслушивают мнения и догадки остальных членов группы о содержании картины, и лишь затем дают свои собственные комментарии. Потом наступает очередь следующей тройки.

В завершающем обсуждении можно осторожно подвести итог и проанализировать, с какими трудностями группе уже удалось справиться, какие проблемы стоят перед ней в данный момент, и какие сложности могут возникнуть в будущем.

### **«Межгрупповая встреча»**

Упражнение, в ходе которого каждая подгруппа сможет сосредоточиться на характерных для нее особенностях, которые отличают ее от другой подгруппы или объединяют с ней. Я хотел бы, чтобы те, кто стоит на точке зрения А, объединились друг с другом так же, как и те, кто отстаивает точку зрения Б. Все, кто занимает нейтральную позицию, пусть также объединятся и будут наблюдателями. Группы А и Б будут сейчас работать отдельно друг от друга, лучше всего — в двух разных комнатах. Каждая из групп должна будет выполнить три задачи:

1. Описать свою группу, отметив, что для нее характерно, и что объединяет ее членов;
2. Описать представление о вашей группе, которое, по вашему мнению, сложилось у другой группы;
3. Описать представление, которое, по вашему мнению, сложилось у членов другой группы о самих себе, как они видят свою группу, что думают о ней.

Составьте три различных списка и постарайтесь написать их таким языком, чтобы с вашими записями смогли работать другие. Ровно через час я передам

каждой группе три составленных другой группой списка, и у вас будет возможность познакомиться с точкой зрения ее участников.

Наблюдатели могут присоединиться к любой группе, но при этом имеют права говорить. Пусть обе группы работают отдельно, а через час передайте им списки друг друга. А теперь познакомьтесь с точкой зрения другой группы и постарайтесь понять, в чем ваше представление о другой группе оказалось не вполне верным. Какая информация о другой группе оказалась для вас совершенно новой? Как вы можете объяснить обнаруженные несовпадения? В чем ошибались вы сами, а в чем – члены другой группы? У вас снова есть один час. В заключение соберите всех для общего обсуждения и предложите обеим группам обменяться впечатлениями. Спросите участников, поможет ли им полученная информация достигнуть компромисса в исходном спорном вопросе.

### **«Конфликты и сплоченность»**

Инструкция: Я хотел бы предложить вам эксперимент, который поможет вам всем проверить прочность нашего единства как группы. Значимость наших отношений можно определить, помимо всего прочего, по тому, в какой мере они провоцируют между нами конфликты. Все вы знаете поговорку «Кого люблю, того дразню». К тем, кто нам безразличен, мы не испытываем ни особо теплых чувств, ни особо враждебных. Правда, мы часто считаем, что именно в значимых и ценных для нас отношениях конфликтов быть не должно.

Наличие в группе определенного количества небольших конфликтов является знаком того, что она полна жизни и сил, и ее участники ценят друг друга. Мне хотелось бы, чтобы вы проанализировали, достаточно ли у нас небольших конфликтов для того, чтобы внешний наблюдатель мог о нас сказать: «Да, это сплоченная группа».

Разделитесь на тройки. Сейчас вам надо будет сделать следующее: нарисуйте картину, в центре которой символически изобразите то, в чем, по вашему мнению, состоит базовое единство нашей группы, тот общий для всех исходный пункт, который всех нас объединяет. Затем составьте перечень всех имеющихся у нас конфликтов и нарисуйте их вокруг центрального образа картины. При этом постарайтесь, чтобы зрителям было понятно, кто участвует в том или ином конфликте. Я надеюсь, что вы сможете найти достаточное количество небольших конфликтов. Не забудьте проверить и изобразить, в какой мере вовлечен в те или иные конфликты и я. Для этой работы у вас есть один час...

Во время обсуждения дайте всем группам по очереди представить свои картины и пояснить их. Помогите членам группы определить, какие конфликты они хотели бы оставить, какие должны быть решены самими участниками конфликта, а в каких им хотелось бы получить помощь со стороны остальных.

### **«Давать или брать?»**

Это упражнение помогает участникам активно проанализировать оставшиеся «хвосты» и сосредоточиться на каком-нибудь важном моменте. Эта процедура облегчит им расставание с группой. Упражнение можно проводить в любых группах.

Инструкция: В ходе работы группы каждому из нас приходилось время от времени сдерживаться и не высказывать всего, что хотелось бы. Поэтому все мы накопили «хвосты», которые без всякой необходимости внутренне привязывают нас к группе. Я хотел бы дать каждому из вас возможность пристально рассмотреть все, что осталось невысказанным.

Возьмите, пожалуйста, бумагу и карандаш и разделите лист на две колонки: левую – «Что я не додал» и правую – «О чем я не попросил». Запишите в каждой колонке соответствующие «хвосты», которые придут вам в голову. У вас есть на это 10 минут...

Теперь решите, пожалуйста, что вы предпочитаете напоследок: что-то дать или получить. Вы можете выбрать какой-нибудь один «хвост» из любой колонки и избавиться от него прямо сейчас. Что вы выберете? (2 минуты.)

Кто хотел бы первым избавиться от своего «хвоста»?

Если Вы проводите эту игру на последнем занятии, никакого обсуждения быть не должно.

### **«Восковая палочка»**

Группа встает в круг, плечом к плечу. Один из участников встает в круг, закрывает глаза, обнимает себя за плечи и, стараясь не отрывать пяток от земли, ровно, словно палочка, падает в любом направлении. Участники, стоящие в кругу, держат руки перед собой и ладонями аккуратно отталкивают падающего, заставляя его качаться внутри круга, словно маятник. Почувствуйте свое единство, руки ваших друзей, доверьтесь им! И отблагодарите через кончики пальцев людей внутри круга за все, что они сделали для вас в течение смены. Пусть они чувствуют себя спокойно, комфортно, как в колыбели.

### **«Подсолнух»**

В этом небольшом упражнении участники могут символически выразить расцвет и закат группы и попытаться воспринять расставание и начало нового этапа жизни как естественное событие.

Упражнение подходит для личноно ориентированных групп.

Инструкция: Сейчас, в конце наших занятий, мне хочется предложить вам небольшое упражнение, которое называется «Подсолнух». Встаньте широким кругом, затем сядьте на пол и закройте глаза...

Вспомните о том, как вы поодиночке пришли в эту группу и были не знакомы с большинством других участников... (1 минута.)

Теперь откройте глаза и медленно поднимитесь... Почувствуйте, что вы постепенно превратились в единую группу и стали ближе друг другу... Сузьте круг, чтобы стоять вплотную друг к другу, и положите руки на плечи своим соседям... Представьте себе, что вы все – это цветок подсолнуха, который медленно покачивается под дуновением ветра. Закройте глаза и медленно качнитесь сначала влево, а затем вправо... (30 секунд.)

Продолжая двигаться в ритме подсолнуха, откройте глаза и посмотрите на остальных членов группы. Встретьтесь глазами с каждым... (2 минуты.)

Теперь постепенно остановитесь, снова закройте глаза и снимите руки с плеч соседей... Осознайте, что подсолнух уже созрел, и каждый из вас сейчас превратится в самостоятельное подсолнуховое семечко... Отойдите с закрытыми глазами на пару шагов назад и медленно развернитесь наружу... Почувствуйте, что ветер уносит вас сейчас вдаль от подсолнуха, что вы снова один, но несете в себе при этом энергию зародыша...

Попытайтесь ощутить эту энергию в своем теле... Скажите себе самому: «Я наполнен жизненной силой и у меня есть энергия для роста и развития»... (1 минута.)

Теперь постепенно откройте глаза... Работа группы завершена.

Ролевое взаимодействие подростков в процессе групповых игр можно разделить на четыре основных этапа:

Подготовка группы к проигрыванию ситуации.

Кристаллизация группы в процессе «разминки».

Импровизация или инсценизация.

Дискуссия по перестройке структуры роли и поведения в группе и обществе.

Темы, выбираемые для ролевой импровизации, должны соответствовать жизненному опыту играющих детей. Возможно дозированное проведение игровой процедуры с постепенным усложнением ролевых задач.

### **«Монета»**

Вооруженные карандашом, бумагой и монетой, участники располагаются друг напротив друга. В каждом такте игры участники скрытно выкладывают свои монеты (на столе, на полу, на ладони) «орлом» или «решкой» вверх и по сигналу одновременно показывают их друг другу. Время, отводимое на каждый такт, не ограничено: сигнал подается лишь после готовности каждого из игроков. Один из них работает «на согласование». Он выигрывает такт в том случае, если обе монеты выпадают или «решками» или «орлами». Другой участник работает на «рассогласование» и выигрывает такт при выпадении «орел-решка» или «решка-орел». Результаты каждого такта записываются. Длительность игры устанавливается заранее и может составлять в зависимости от квалификации участников от 25 до 50 тактов.

### **«Гомеостат»**

Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает правую руку в кулак, и по команде ведущего, все выбрасывают пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга выбросили одно и то же число. Участникам запрещено договариваться, перемигиваться и другими незаконными маневрами пытаться согласовывать действия. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигает своей цели. Для того, чтобы предоставить друг другу возможность оценивать обстановку и учесть ее, в последнем такте игры, участники после каждого выбрасывания фиксируют на какое-то время положение своих растопыренных пальцев. Игру можно использовать и для выяснения взаимоотношений в группе. Если внимательно наблюдать за ходом игры, то можно заметить одного или нескольких лидеров в группе, под которых подстраиваются остальные участники. Возможно, группа распадется на несколько группировок, имеющих свои установки на исход игры (*например, половина играющих выбрасывают несколько раз подряд по три пальца, в то время как другая - по одному*).

### **«Стена»**

Двое участников становятся друг против друга по обе стороны затянутой плотной материей прямоугольной рамы. Партнеры не должны видеть друг друга. По сигналу ведущего оба игрока наносят одновременный укол указательным пальцем в разделяющую их стенку. Цель - минимальное число попыток найти общую точку укола, т.е., соприкоснуться через материю кончиками пальцев. Обычно партнеры на ощупь ищут друг друга, корректируя точки нанесения уколов в зависимости от того, в каком месте полотна выдавился в предшествующем такте игры палец напарника. Но бывает и так, что сообразительные игроки решают задачу с первой же попытки, нанося свои уколы в центр прямоугольной рамы, поскольку центр – это особенная, единственная в своем роде точка на полотне. Чтобы исключить возможность легких побед, можно несколько изменить условие: наносить уколы не в любое место внутри рамы, а в одну из нескольких точек (с обеих сторон полотна).

### **«Выбор»**

Участники рассаживаются в круг. По команде ведущего каждый из них должен указать пальцем на одного из своих товарищей по группе, допустим, на того, с кем он хотел бы составить пару в какой то другой игре. Цель играющих – добиться в одной из попыток такого выбора, при котором группа распалась бы на пары взаимно выбравших друг друга участников. В каждом такте могут возникать «роковые» многоугольники, и лишь постепенно нащупывают друг друга и обособляются в пары некоторые игроки. Пары можно выводить из игры. Это значительно облегчит работу остальным участникам. Игра протекает наиболее драматично тогда, когда число участников нечетное, и кто-то заведомо должен остаться без пары. Отчетливую ориентацию на межличностные отношения игра

приобретает в том случае, если в выборе партнера играет роль нечто существенное, например, совместное проживание в гостиничном номере.

### **«Робот»**

Создается игровое поле – обширное пространство с разбросанными спичками. Участники разбиваются на пары («робот» и «оператор»). Задача «оператора» – с помощью своего «робота» собрать как можно больше спичек. Для этого он подает «роботу» словесные команды, стремясь детально и точно управлять движением его рук и ног, туловища. Задача «робота» – беспрекословно и точно выполнять команды своего «оператора». Глаза «робота» во время игры закрыты. Ведущему следует подчеркнуть, что «робот» не должен подыгрывать своему «оператору», он всего лишь послушный инструмент в руках «оператора». При включении в игру «оператор» начинает воспринимать неточности в движениях «робота» не как ошибки партнера по игре, а как свои собственные. Вместо спичек можно предложить любую другую двигательную задачу: начертить фигуру, завязать узел, пройти лабиринт, построить групповую скульптурную композицию и т.д.

### **«Клешня»**

В основу этого упражнения положен принцип работы игрового автомата, пользующегося большой популярностью даже среди взрослых. Группа разбивается на пары. Один из участников закрывает глаза и складывает руку в «клешню» из нескольких пальцев. Другой кладет на стол один или несколько предметов. Его задача – с помощью «клешни», послушно выполняющей все указания, захватить предмет и переложить его на другой стул. «Клешня» устроена так, что может перемещаться во всех направлениях, сохраняя ориентацию перпендикулярно к поверхности стула, а также сводить и разводять пальцы. Для того чтобы придать этому упражнению соревновательный характер, целесообразно ограничить время его исполнения. Еще более острая и динамичная форма проведения игры – это конкурентная борьба двух пар, каждая из которых перетаскивает с помощью «клешни» предметы со стула соперников на свой стул до тех пор, пока все они не окажутся сосредоточенными на одном стуле. В простейшем варианте игры обладателю «клешни» отводится роль не заинтересованного в исходе задания робота, способного лишь к механическому выполнению команд «оператора» («От себя!», «На себя!», «Вправо!», «Влево!», «Вверх!», «Вниз!», «Захватить!», «Разжать!», «Стоп!»). При таком распределении обязанностей упражнение «работает» преимущественно на «оператора»: именно у него мобилизуется способность к чувствованию, так как для успешного проведения нужных манипуляций он должен ощущать «клешню» как свою собственную. Более сложный вариант: «оператор» кладет ладонь на плечо или голову своего партнера и пытается управлять «клешней» на языке надавливаний, сжатий, поглаживаний и прочее.

### **«Стыковка»**

Игра проводится в четверках. Двое участников садятся друг напротив друга так, чтобы их колени соприкасались и закрывают глаза. Указательные пальцы правых рук – «космические станции» – вытягивают навстречу друг другу. Двое других игроков становятся позади сидящих. По сигналу каждый из стоящих участников начинает с помощью словесных команд или прикосновений управлять движениями правой руки сидящего перед ним. Цель стоящих за креслами игроков – свести концы указательных пальцев своих партнеров. Возможен и конкурентный вариант игры: один из игроков стремится увести свою «мишень» – ладонь сидящего перед собой человека – от преследующей его «ракеты» – указательного пальца сидящего напротив. При этом ладонь должна, конечно, всегда оставаться в пределах достигаемости пальцев, а лицо – вне ее пределов.

### **«Анабиоз»**

Участники разбиваются на пары. В каждой паре игроки распределяют между собой роли «замороженного» и «реаниматора». По сигналу «замороженный» застывает в неподвижности, изображая погруженное в анабиоз существо с окаменевшим лицом и пустым взглядом. «Реаниматор» за минуту должен вызволить партнера из анабиоза, оживить его. «Реаниматор» не имеет права ни прикасаться к «замороженному», ни обращаться к нему с каким-либо вопросом, словами. Инструменты «реаниматора» – взгляд, мимика, жесты и пантомима. Успехом «реаниматора» можно считать произвольные реплики «замороженного», его смех, улыбку. Критерии выхода из анабиоза, которые могут варьировать от явных нарушений молчания и неподвижности до едва заметных изменений в выражении лица, устанавливаются самими участниками

### **«Зеркало»**

Участники разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения руками, головой, всем телом. Задача другого – в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». Освоив навыки, участники могут пробовать свои силы и в более сложной игре, задача та же, но роли «отражения» и «оригинала», ведомого и лидера не определены. Подстраиваясь друг под друга, играющие стремятся двигаться в унисон. Наблюдая за ходом упражнения, можно выявить «естественного» лидера в каждой паре. Трудности в достижении согласия нередко бывают связаны напряженными отношениями между партнерами.

### **«На страже»**

Группа разбивается на две подгруппы так, чтобы в одной было на одного человека меньше, чем в другой. Меньшая подгруппа рассаживается в круг, оставив одно кресло в кругу свободным. Большая подгруппа – «стража» – располагается за кругом: каждый участник, стоящий за пустым креслом, пытается переманить в него

кого-нибудь из сидящих в кругу. Для этого он подает своему сидящему в кругу избраннику какой-нибудь сигнал: кивок, движение рукой, подмигивание, выразительный взгляд и прочее. Уловив этот сигнал, сидящий в кругу участник должен вскочить со своего места (*кресла*) и пересесть на свободное. Каждый из стоящих за кругом «стражников» старается не упустить сидящего перед ним игрока. Участник считается задержанным, если «стражник» успел положить руки ему на плечи, прежде чем тот вскочил с кресла. Чтобы сориентировать игру на развитие общения, а не быстроты реакции, ведущий может запретить «стражникам» смотреть на тех, кого они охраняют (*каждый «стражник» может наблюдать за игроками, но только не за своим «подопечным»*). В таком режиме игры задача переманивающего – подать сигнал так, чтобы был воспринят адресатом, но остался незамеченным для его «стражника». Задача сидящих в кругу – четко улавливать посланные им сигналы, а задача «стражников» – перехватить сигналы, адресованные их подопечным.

### **«Муха»**

Представьте себе поле на три клеточки. В правой верхней находится муха. Когда вся группа вообразила себе эту картину, можно начинать играть. Ходят все по очереди следующим образом: «Одну влево» – и все мысленно передвигают муху. Затем второй сообщает «Две вниз», и так далее. Казалось бы, двигать муху можно до бесконечности, если б не одно правило – кто переместит муху за пределы воображаемого поля, тот выбывает из игры. Разумеется, рисовать траекторию движения мухи, равно как и пустое поле (*и потом водить по нему пальцем или глазами*) нельзя; разрешено только представлять. Если квадрата «три на три» мало, сделайте «четыре на четыре» или «пять на пять». Говорят, опытные игроки способны передвигать муху не только на плоскости, но и в пространстве.

### **«Театр теней»**

Сперва заготавливаются карточки, числом равные количеству играющих. На карточках пишутся роли. Допустим, действие вашего «спектакля» происходит в «замке», тогда список ролей может быть следующим: Король, Королева, Принцесса, Рыцарь, Слуга, Странник, Придворный. Карточки перемешиваются и раздаются так, чтобы никто не видел, какую роль получили остальные играющие. А затем начинается общение, в процессе которого каждый играет доставшуюся ему роль и одновременно пытается узнать, кого же играют другие. Можно высказывать свои догадки вслух, тогда, если угадал, то из игры выбывает «разоблаченный», если ошибся – выходишь сам, открывая свою карточку. Игра продолжается до тех пор, пока окончательно не выяснится, кто есть кто. А затем можно поиграть в «таверну». Там собрались Купец, Вор, Матрос, Волшебник, Разбойник, Сыщик...

### «Свое царство»

Выделив из группы одного из ее членов («протагониста»), ведущий предлагает ему встать или сесть в центр игровой площадки и представить себя «светилом», на разумном удалении, от которого окажутся «планеты» - остальные члены группы, причем так, что те, чье «притяжение» ощущается им сильнее, окажутся ближе, а те, чье «притяжение» слабее дальше. Теперь «протагонисту» необходимо, медленно поворачиваясь вокруг своей оси, сообщить каждому из присутствующих, в каком направлении и на какое расстояние ему необходимо отойти, причем расстояние фиксируется обычной командой «стой!», но те, кому она не была дана, вообще покидают площадку. Помимо этого «протагонист» может оставлять людей на месте и даже приближать их к себе, если окажется, что предварительная дистанция была слишком велика. Результаты подобной расстановки следует рассматривать как демонстрацию «протагонистом» своих симпатий и антипатий. Реальность же их выявляется на втором этапе игры, когда ему предлагают оценить созданное психологическое пространство (подчеркнув, что пространство именно психологическое) с точки зрения комфорта, который «протагонист» испытывает внутри образовавшейся среды, и увеличить этот комфорт, изменив расстановку участников и изменив их состав (т.е. вернув на площадку кого-то из «изгоняемых»). Получившаяся в результате схема взаимоотношений оказывается более точна, но все же достаточно приблизительна, ибо является избыточно «желаемой». Тем не менее, она может представить ведущему новую, достаточно интересную и нетрадиционную информацию. Однако фиксировать схему взаимоотношений на доске или на бумаге нежелательно - лучше это сделать потом, по памяти. Нельзя допускать и обсуждения группой этой схемы - здесь стоит отстаивать право каждого на свое пространство и свое восприятие этого пространства. И, наконец, не рекомендуется делать «светилом» более трех участников, т.к. игра может просто надоесть группе.

Другое описание игры «Свое пространство», психологический смысл которой направлен: 1) на углубление самосознания одного из участников занятий; 2) утверждение в глазах группы значимости личности конкретного участника; 3) выявление косвенным путем (через реализацию игрового задания) отношений данной личности к каждому из членов группы. Ход занятий: психолог выделяет из группы одного подростка и предлагает стать или сесть в центр игровой площадки, а всех остальных участников группы просят тесно сгрудиться вокруг него. После паузы в две-три минуты психолог говорит подростку следующее: «Сейчас вы превращаетесь в светило, на разном удалении от которого окажутся многочисленные планеты — другие люди. Те из них, чье притяжение вами ощущается сильнее, естественно, займут место ближе к вам. Те, чье притяжение слабее, расположатся подалеже или вовсе оторвутся от вас. Закройте глаза, сосредоточьтесь.... Теперь откройте глаза. Медленно поворачивайтесь вокруг своей оси. Каждому, кто окружает вас, поочередно сообщайте, в каком направлении ему (или ей) следует отходить. Пока человек не отдалится на расстояние,

соответствующее вашему внутреннему чувству притяжения, командуйте: «Еще... еще... стоп!». Те, кому вы так и не сказали «стоп», вообще покидают игровую площадку. Вы вправе, конечно, не только удалять, но и оставлять человека на месте, либо приближать его к себе до 30 см. Начали!» После размещения участников игры вокруг «светила» психолог дает следующую инструкцию: «Вы создали сейчас свое психологическое пространство. Хорошо вам в нем? Если не вполне, можете внести любые изменения в расположение окружающих вас людей. Добивайтесь такой расстановки, чтобы ощутить чувство комфорта внутри данной среды». Расстановку играющих после первой инструкции можно рассматривать как демонстрацию симпатий или антипатий подростка. Однако среди участников игры, удаленных на значительное расстояние или вообще «изгнанных», нередко находятся те, кому подросток отдает особое предпочтение, но хочет скрыть это от группы. Точно так же среди играющих детей, оставленных близко, могут оказаться лица, безразличные или даже антипатичные подростку. Расстановка после второй инструкции в большей степени отражает подлинную систему отношений подростка. Не рекомендуется последующее обсуждение группой действий подростка. В заключение игры психолог объявляет: «Право любого играющего формировать свое пространство в этой игре так, как ему подсказывает интуиция. Люди могут быть весьма схожи образом мысли, но интуиция все-таки у каждого своя». После этого можно предложить быть «светилом» другому подростку. Однако не рекомендуется проводить занятия более чем с тремя подростками – «светилами», так как это может быстро надоесть остальным участникам группы.

### **«Почетный гость»**

Участникам тренинга объявляется, что через некоторое время один из членов группы (*на роль протагониста*) *желательно выбрать лиц, не принадлежащих к числу «звезд»*) покинет помещение и войдет только тогда, когда его позовут. Из остальных будут выбраны семь человек – большое жюри, которое по пятибалльной системе должно оценить все последующие действия каждого из участников. Человек, находящийся за дверью, – почетный гость группы (*иностранец, представитель города-побратима и т.п.*), который сам выбирает себе национальную принадлежность. Еще один из участников станет гидом и переводчиком гостя, а остальные члены группы должны сделать так, чтобы почетный гость чувствовал себя как дома. Члены большого жюри независимо друг от друга вправе снижать оценку тем, кто ведет себя излишне сухо или слишком фамильярно, подобоострастно или грубо, скованно или развязно. Грубых, фамильярных или развязных можно выводить из игры. По оценкам членов жюри будет выведена средняя для каждого участника. Эта игра несложна и при заведомо комических эффектах (экзотическая одежда, необычный язык) доставляет явное удовольствие участвующим. Однако, наряду с этим, она и весьма серьезна, ибо требование вежливости по отношению к почетному гостю далеко не всегда выполняется, причем в первую очередь теми, кто недоброжелательно настроен к

«протагонисту». Их задевают знаки внимания к гостю, и за показной приветливостью они часто прячут издевку или даже прямой укол, поступаясь ради этого оценкой жюри. Подобное поведение должно обязательно замечаться и комментироваться ведущим, который может даже ставить вопрос о выведении из игры систематически нарушающего ее правила участника.

Другое описание игры «Почетный гость», которая направлена на решение задачи – формирование у подростка положительного статуса в группе и позитивных форм группового взаимодействия. Психолог объясняет сущность игры: «Сейчас один из вас на время покинет помещение и подождет за дверью, пока его не вызовут. Из остальных мы выберем семь человек в состав жюри, которые будут оценивать по пятибалльной шкале поведение каждого участника игры. Задача состоит вот в чем: человек за дверью – ваш почетный гость. Вообразите себе, что он очень уважаемый человек, имеет много заслуг. Когда он войдет в комнату, каждый из вас постарается пожать ему руку, о чем-то спросить, что-то рассказать, в общем, сделать так, чтобы ему было не скучно. Члены жюри, принимая решение, независимо друг от друга, снижают оценку тем, кто поведет себя с гостем слишком сухо или слишком формально, подобострастно или грубо, скованно или раскованно. По оценкам членов жюри будет выведена средняя оценка».

### **«Живая скульптура»**

Одного из участников усаживают или укладывают на помост или стол и объявляют «комком глины», из которого любой желающий может в качестве скульптуры вылепить его таким, каким он его себе представляет. Грубые прикосновения к «глине» запрещены – разрешено только легкое касание. «Материал» может сопротивляться, а в случае, если «скульптор» поведет себя слишком бесцеремонно, и объявить себя «рассыпавшимся», после чего в роли скульптора выступит кто-нибудь другой. Ведущему следует внимательно следить за реакциями «протагониста», который изначально оказывает сопротивление тем, кому приписывает враждебные намерения, и, наоборот, раскрыт для «лепки» тем, кому доверяет. После окончания игры «скульптура» может быть предметом обсуждения, которое желательно проводить следующим образом. «Протагонист» и «скульптор» независимо друг от друга записывают свои суждения о замысле скульптуры, после чего обе записи зачитываются, и группа начинает обсуждать выявленные в них несоответствия.

### **«Скверная компания»**

В игре участвуют двенадцать человек: Главарь, Авторитет, Приближенные (два человека), Подхалим, Шут, Марионетки (два человека), Недовольные (два человека), и Забитые (два человека). Первоначально исполнителей этих ролей должен подбирать сам ведущий, но обязательно из числа добровольцев, однако в дальнейшем на ту или иную роль необходимо обязательно приглашать зрителей и вообще менять роль внутри самой «удачной», примитивной группы, дабы каждый

побывал «в шкуре» каждого. Наиболее важным элементом игры являются правила взаимодействия ее участников, за выполнением которых должен внимательно следить ведущий и в дополнение к нему кто-то из неиграющих. Правила эти таковы:

- Главарь вправе обрывать любого
- Авторитет – любого, кроме Главаря
- Приближенный – любого, кроме Главаря и Авторитета
- Подхалим – любого, кроме Приближенного, Авторитета и Главаря
- Шут – всех, кроме Главаря
- Марионетка – только Недовольных и Главаря
- Недовольные – всех, кроме Главаря и Авторитета
- Забитого обрывает любой, он же – никого
- Игрок, нарушивший правила, переводится в Забитые, ну а если их нарушил сам Забитый, то его могут не только дружно осудить, но и попросту изгнать.

Форм театрализации достаточно много: шайка гангстеров, пиратский корабль, первобытное племя, стая волков... После окончания игры целесообразно провести обсуждение.

#### **«Сесть на стол»**

Ваша группа должна по моей команде как можно быстрее сесть на стол так, чтобы все члены группы разместились на столе. На полу не должно быть ни одной ноги.

#### **«Маленькие зеленые человечки»**

Все участники прогуливаются по комнате, а ведущий выкрикивает фразу, сообщающую об опасности: «Внимание! На вас напали маленькие зеленые человечки!» После сигнала опасности все участники тренинга должны немедленно собраться в тесную группу, спрятав слабых в середину, а затем произнести фразу: «Дадим отпор маленьким зеленым человечкам!»

#### **«Галактический совет»**

Представьте, что вы оказались на планете, на которой находится Совет Галактических цивилизаций. Ваша группа представляет человечество. В комнату заходит представитель Галактического Совета и просит одного из Вас пойти на Совет представлять Землю. Решайте, кто из вас пойдет. Через некоторое время представитель Галактического Совета просит кого-то отправиться на Землю. Затем эти приглашения и просьбы повторяются. Таким образом, составляется рейтинг лидеров.

### **«Кто есть кто»**

Встать быстро со стульев тому количеству человек, сколько пальцев покажет ведущий. Интерпретация: встают, обычно, лидеры группы, кто после того, как встал, садится, в группе играет роль «совести».

### **«Нетрадиционное приветствие»**

Вам необходимо придумать нетрадиционное приветствие и показать его группе.

### **«Подарок»**

На листочках бумаги мы пишем, что хотели бы подарить каждому из членов группы. «Подарки» собираются в конверты и одновременно вручаются участникам. Участники должны сделать ранжировку подарков и объяснить ее.

### **«Разговор больших пальцев»**

Группа распределяется по парам. Партнеры выставляют вперед, навстречу друг другу свою правую руку, сжатую в кулак, но с оттопыренным большим пальцем. Большие пальцы начинают «разговор» друг с другом:

- пальцы встретились, заинтересовались друг другом и начали знакомиться
- пальцы познакомились и договариваются о том, где и как они проведут сегодняшний вечер
- пальцы не договорились и поругались, они бранятся
- пальцы обиделись друг на друга
- пальцы ищут возможность помириться
- пальцы помирились

### **«Рукопожатие вслепую»**

Одному из участников группы завязывают глаза, он слегка вытягивает вперед свою правую руку. Остальные участники по очереди подходят к нему и пожимают протянутую руку. Протагонист должен их распределить по трем группам Родитель-Взрослый-Ребенок, в зависимости от рукопожатия. Интерпретация: по количеству отобранных людей в той или иной группе определяется место протагониста в группе. *(Например, если самая многочисленная группа «Родитель», то протагонист чувствует себя в группе «Ребенком»)*

### **Приветствие «Бегущие огни»**

Участники сидят в кругу, один из них говорит соседу какую-нибудь совсем короткую приветственную фразу, например: «Доброе утро!» Сосед должен как можно скорее встать, повторить эту фразу и снова сесть, а его сосед должен сделать тоже самое, и волна вставаний и повторений бежит по кругу, как по трибунам во время первенства мира по футболу. Просьба выполнять это задание с максимально возможной скоростью.

### **«Прощание»**

Посмотрите, пожалуйста, и запомните Ваших соседей справа и слева. Сейчас мы встанем, и прежде чем уйти из этой комнаты, скажем своим соседям каждому в отдельности, что вам нравится в их поведении.

### **«Кто я такой»**

*(Желательно проводить тренинг, после того как группа уже достаточно хорошо познакомилась. Для проведения тренинга необходимо в группе создать теплую доверительную атмосферу).* Участникам предлагается рассказать о себе, как о какой-то вещи (предмете), т.е. ассоциировать себя (свое поведение, характер, жизненные принципы) с реально существующим предметом. Рассказ ведется о самом предмете: какой он, его характерные особенности, мелкие детали. По окончании рассказа (или по ходу его) остальные участники могут задавать интересующие их вопросы относительно этого предмета, ассоциируя их с теми или иными чертами человека.

### **«Основатели»**

Вы – экипаж космического звездолета, находящегося на расстоянии нескольких миллионов световых лет от родной планеты. Внезапно у Вас отказывает двигатель. Весь экипаж собирается в кают-компанию и бортовой компьютер сообщает: «На нашем корабле имеется одна спасательная капсула, которая может вместить только пять человек *(для группы до 15 человек)*. Недалеко от нас находится планета с окружающей средой очень похожей на планету «Земля», ее атмосфера пригодна для дыхания, есть пресная вода и леса. Ваша задача – как можно быстрее сформировать команду капсулы, так как в любой момент может произойти взрыв звездолета. При выборе команды вам необходимо учесть следующие факторы: вам необходимо основать жизнь на новой планете, продолжать здоровый человеческий род, не растерять имеющиеся знания, умения, сохранить культуру, историю нашей планеты и т.п., в экипаж должны входить люди, способные быстро найти правильное решение в сложившейся ситуации, отличающиеся работоспособностью, выносливостью, чувством юмора, экипаж должен быть психологически совместим.

Механизм выбора. *(Тренинг проводится в абсолютной тишине, под соответствующую музыку.)* Группа сидит в кругу, с закрытыми глазами. Ведущий касается рукой участника группы (желательно, не лидера), после чего участник открывает глаза и взглядом показывает на другого участника, кого бы он взял с собой в капсулу, после чего участник снова закрывает глаза. Ведущий подходит к выбранному участнику и ситуация повторяется. Тренинг продолжается до тех пор, пока один из участников не сформирует команду *(при пятом касании ведущего, участник встает и говорит фразу: «Команда сформирована. Мне больше никто не нужен.»)* По окончании тренинга проводится обсуждение, на котором участники рассказывают о своих выборах. Ведущему для дальнейшей работы желательно фиксировать выборы, сделанные каждым участником

### **«Коллективный счет»**

Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы – называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (*запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально*); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число. В некоторых группах участники бывают достаточно сообразительны, что не договариваясь, начинают последовательно произносить числа натурального ряда по кругу. Обнаружив это, ведущий может похвалить участников за сплоченность и находчивость, но предлагает отказаться от этого приема. Опыт подтверждает, что более сплоченные группы успешнее справляются с этим упражнением.

### **«Рисунок с поводырем»**

Краткое описание. Группа разбивается на пары, одному из пары завязывают глаза. «Поводырь» подводит партнера к рисунку на стене и, используя только вербальные инструкции, помогает ему дорисовать элементы рисунка. Цель игры – снятие возбуждения, межличностный контакт, опыт беспомощности и ответственности, доверия партнеру. Число участников по парам. Примечания: рисунки надо подготовить заранее. Во время игры обращать внимание на то, что происходит со «слепым».

### **«Доверяющее падение»**

Один из участников падает на подставленные руки остальных с более высокой позиции, спиной. Задача группы – его не уронить. Перед падением участник спрашивает: «Страховые готовы?», на что стоящие внизу отвечают: «Готовы». Затем «падающий» спрашивает ведущего «Падать?», на что ведущий отвечает «Падать». Падение производится с прижатыми к груди скрещенными и сцепленными руками с абсолютно прямым телом. Прогиб тела затрудняет поимку падающего и «портит» впечатления падающего. С высотой падения можно экспериментировать (минимальная удобная высота – стол, подоконник). Цель игры: опыт преодоления недоверия и страха, доверительного отношения и поддержки. Ощущение «кайфа» у падающего. Число участников 7-15. Ответственность ведущего – обеспечить безопасность участников. Важно жестко следить за соблюдением правил, в противном случае проведение упражнения прекращается. Обязательно сначала увидеть и принять участие в упражнении, а потом проводить с подростками. После выполнения упражнения обязательно проведение обсуждения в группе.

### **«Магические квадраты»**

Краткое описание Участникам дается пачка соломинок для коктейля, скотч и ножницы. Задача – построить высокую башню, используя предложенные материалы. Прикреплять или подвешивать башню к любым поверхностям нельзя. 10 минут дается на обсуждение и выбор стратегии выполнения упражнения (не прикасаясь к предложенным предметам), затем 20 минут – на создание придуманной конструкции, причем делается это молча, и за каждое произнесенное слово штраф – 0,5 минуты. Число участников 10-15. Обязательно групповое обсуждение после выполнения упражнения. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.

### **«Бревно»**

Участники встают в шеренгу на бревне, скамейке, обозначенной на полу полосе (шириной чуть больше длины ступни, длиной, достаточной для того, чтобы все стояли вплотную друг к другу). Задача – поменяться местами так, чтобы встать в порядке зеркального отображения. При заступе за черту или падении с бревна участники встают в исходную позицию и начинают все сначала. Можно засечь время, и после завершения упражнения предложить сделать за меньшее время и поставить собственный рекорд.

Цель игры – групповое сплочение, выявление лидеров, поиск конструктивных способов решения проблем. Телесный контакт. Число участников 10-15. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.

### **«Плот»**

Легенда. После кораблекрушения команда корабля оказалась посреди океана на маленьком плоту. Участникам предлагается большой лист ватмана, на который они все должны поместиться, не заступая на пол. Величина листа подбирается в зависимости от величины групп – поместиться должно быть не очень сложно. На «плоту» надо продержаться 30 секунд. Затем к «плоту» подплывает «акула» и небольшой кусочек ватмана вырезается (приблизительно 1/8 куска). Задача повторяется. И так до тех пор, пока не останется 1/4 исходного листа ватмана.

Цель игры – групповое сплочение, взаимодействие, поиск конструктивных способов решения проблем, телесный контакт. Число участников 7-15. Выполнение упражнения может быть предложено сразу нескольким группам, что вносит соревновательный элемент в процесс выполнения.

### **«Слепой паровозик»**

Участники сцепляются в маленький паровозик по двое или по трое. Тот, кто спереди, закрывает глаза и слушается движений последнего. Тот, кто в середине – нейтрален. Игра происходит молча. Интересно когда одновременно двигается не

меньше 5 паровозиков. Цель игры Разрядка, сплочение. Опыт ответственности и доверия или недоверия партнеру. Внимание к телесным ощущениям. Число участников Чем больше, тем лучше. Активно включен телесный контакт, что может вызывать у подростков самые разные эмоции. На материале этой игры можно говорить о «телесных» проявлениях доверия и недоверия.

### **Подвижные игры природе на сплочение коллектива**

#### **«Паутина»**

Между деревьями натянуты веревки в виде паутины. Группа находится по одну сторону от «паутины». Задание: пролезть всей группе сквозь «паутину».

Ограничения:

Сквозь одну ячейку может пролезть только один человек (использование ячейки паутины вторично разрешается, если участников больше чем ячеек, и только после того, как будут использованы все ячейки по одному разу).

Обходить паутину нельзя ни в ту, ни в другую сторону

Нельзя касаться «паутины» (веревки)

При касании любым участником веревки упражнение выполняется всей группой с самого начала.

#### **«Бревно»**

6 человек от группы встают на бревно – три напротив трех. Необходимо зеркально поменяться местами так, чтобы крайний в тройке с одной стороны стал крайним с другой стороны, и т.д. Все остальные участники группы страхуют и помогают шестерке. При касании земли любым участником упражнение выполняется всей группой с самого начала. Упражнение проходит в полной тишине.

#### **«Квадрат»**

На земле начерчен квадрат. Задание: уместиться всей группой внутри квадрата. Когда задача выполнена, квадрат уменьшается.

Ограничения:

Не заступать за стороны квадрата.

Продержаться в таком положении не менее 10 секунд.

#### **«Крокодил»**

Участники садятся на пол вплотную друг за другом, вытянув в стороны ноги. Руки участников подняты над головой и согнуты в локтях. Первый участник встает и ложится спиной на руки сидящих за ним, скрестив свои руки на груди. Участники передают его на руках в хвост группы. Задание: переправить таким образом всех участников.

Ограничения:

Переправляющим участникам нельзя вставать

Переpravляемый участник не должен касаться пола

При падении или касании пола передаваемым человеком, упражнение выполняется всей группой с самого начала.

### **«Электрическая цепь»**

Команда разбивается на пары. Партнеры садятся напротив друг друга, где соединяют руки и ступни, образуя таким образом, электрическую цепь, по которой ток течет по сцепленным рукам и ногам. Задача: встать, не разрывая электрической цепи. Теперь объединитесь по две пары друг с другом, чтобы получилось цепь по 4 человека. Задача прежняя – встать всем вместе, не разрывая цепь. Затем снова объединяем группы уже по 8 человек. В конце концов получится электрическая цепь образованная всеми участниками. Делать все одновременно не разрывая цепи.

### **«Треугольник»**

Между столбов-деревьев натянут треугольник. Всей команде необходимо выбраться из треугольника не задевая веревку.

### **«Пеньки»**

Необходимо перебраться по пенькам с одного «берега» на другой. Два человека могут страховать, помогать перешагивать. Тот участник, который уже перебрался не может вернуться назад.

### **«Пасть дракона»**

Между деревьями натянуты веревки и на них обруч. Всем участникам необходимо перебраться сквозь обруч на другую сторону. Обходить обруч нельзя ни в ту, ни в другую сторону.

### **«Лабиринт»**

На земле нарисованный лабиринт. Команда выбирает человека, который будет его проходить. Ему завязывают глаза, он становится к началу. Остальные участники становятся вокруг лабиринта в одну линию. Каждый по очереди дает команду как идти. Одно слово (правее, левее, иди, стоп и т.д.). Все остальные стоят молча. Человек должен пройти лабиринт до конца, не заступая за линии.

### **«Покрывало»**

Вся команда встает на покрывало. Необходимо не наступая на землю перевернуть покрывало. Если команда наступает на землю, упражнение начинается заново.

### «Слепой мост»

На земле дорожка из дощечек, по ним надо перебраться всей команде на другую сторону. НО, чтобы перейти этот мост половина лишается зрения, им завязывают глаза. Становятся через одного слепой-зрячий. Упражнение выполняется МОЛЧА!!! Перед началом упражнения ребята могут договориться о стратегии перехода.

### «Ведро-мяч-веревка»

Перенести на веревках мяч и положить его в ведро. Вербки нельзя накручивать на руки. После падения мяча начинается заново.

### «Стройка»

Конфигурация из кубиков и кеглей находится в зараженной зоне. Необходимо перенести эту постройку на безопасную территорию. Один участник – один предмет. За ограничительную линию заходить нельзя. Один участник эвакуирует, а уже другой доставляет в безопасную зону. Таким образом, участники не повторяются. Конфигурацию надо восстанавливать в исходное состояние.

### «Льжи»

На земле лежат доски с привязанными к ним веревками, участники встают на доски так, чтобы левая нога каждого участника стояла на одной доске, а правая – на другой. Задача: держась за веревку и не наступая на землю пройти 2 метра.

## Из опыта национального детского оздоровительного лагеря «Зубренок»

### «Буриме»

Ребята всегда охотно играют в «буриме». Это стихотворный конкурс. При желании его могут открывать два человека, изображающие крылатого коня – Пегаса и богиню поэзии Эвтерпу, заговорившую так:

*Стихосложение – жизнь моя.*

*Богиня я талантов стихотворных,*

*И коль душа поет и голова ясна,*

*За дело, господа!*

*Перо вас ждет.*

*В надежде я – сейчас родятся удивительные строки.*

Буриме – конкурс, всегда привлекающий внимание любителей словесности. Это попытка написать стихотворение на заданные рифмы Участникам игры предлагаются готовые рифмы. Используя их, они должны сочинить небольшое стихотворение. Например:

...думой

...остылой

...омрачен

...любовь

...угрюмый  
...сон

...милой  
...вновь

### «Кинофестиваль»

Можно провести в форме Кинофестиваля, на который заявлены новые, еще никому неизвестные фильмы. Перед началом дела придется подготовить две стопки карточек. В одной подобрать названия самых известных кинофильмов, например:

- «Кошмар на улице Вязов»;
- «Место встречи изменить нельзя»;
- «Бриллиантовая рука»;
- «Кин-дза-дза»;

А в другой стопке напишите жанры, например:

- триллер;
- боевик;
- комедия и т.д.

Затем каждой группе предлагается выбрать из двух стопок по карточке. В результате может получиться очень интересное задание, например: комедия «Кошмар на улице Вязов», или триллер «Бриллиантовая рука».

### «Заклинание»

В сказках принято произносить заклинания. Например, Буратино, когда закапывал монеты, говорил: «Крекс, пекс, фекс». Придумайте, какое заклинание мог бы произнести...

- футболист перед пенальти;
- рыболов перед забрасыванием крючка;
- больной перед кабинетом зубного врача;
- огородник перед посадкой картофеля;
- парашютист перед прыжком.

### «Определи на ощупь»

Участникам поочередно завязывают глаза. Дают в руки какой-нибудь предмет. Задача участника определить предмет на ощупь.

### «Верю - не верю»

1. Чехов никогда не получал за школьные сочинения больше тройки. (Да.)
2. Прообраз самовара появился в III в н.э. в Японии. (Нет.)
3. Кремлевские куранты когда-то отбивали мелодию «Ах, мой милый Августин». (Нет)
4. Голуби, как и человек, с первого взгляда отличат 6 зерен от 7. (Да.)
5. Обычная лисица перемахнет через забор 2,5 м высоты. (Да.)
6. В отличие от собак, лисы хорошо относятся к кошкам. (Нет.)

7. Сокол, промахнувшись, стремится добить свою жертву со второго раза.  
(Нет.)

#### **«Необычная декламация»**

Декламация - это выразительное чтение стихов. Но иногда красиво продекламировать стихи бывает просто невозможно. Попробуйте прочесть стихотворение М.Ю.Лермонтова «Парус», но так, словно...

- вы сильно замерзли;
- вам придавило ногу;
- у вас во рту горячая картошка;
- вы очень хотите спать;
- вас сейчас расстреляют.

#### **«Новый характер у героя старой сказки»**

Герои сказок бывают разные: добрые и злые, хитрые и простодушные, смелые и трусливые. Каждая сказка - это столкновение разных характеров. А что произойдет, если у одного из героев характер изменится. Представьте, что...

- Колобок - жестокий и коварный;
- Машенька («Машенька и Медведь») - глупая и слезообильная;
- Волк («Волк и семеро козлят») - добрый и заботливый;
- Емеля («По щучьему велению») - жадный и хитрый;
- Курочка Ряба - капризная и высокомерная.

#### **«Сказка в разных эпохах»**

Меняются времена - меняются сказки. Попробуйте рассказать старую, всем известную сказку, например, «Репка». Но расскажите ее так, словно действие происходит...

- в первобытном африканском племени;
- в Мексике, до открытия ее европейцами;
- в средневековом Китае;
- в Америке, в период основания Дикого запада;
- в Японии, в начале 21 века.

#### **«Успевай, пой»**

Включается фонограмма песни. Игроки начинают параллельно с фонограммой петь. Вдруг исчезает звук (убавляется), но игроки продолжают петь. Затем звук снова увеличивается. Кто точнее «вложится» в песню?

#### **«Песенная перстрелка»**

Один из игроков задает вопрос из песни, а второй должен ответить ему словами из другой. Например:

Куда уехал цирк?

В Вологду гду, гду...

Кто в течение 15 секунд не сможет подобрать вариант ответа, ссаживается с карусели. Остается победитель - самый эрудированный знаток песен.