

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОД ОКРУЖНОГО ЗНАЧЕНИЯ НИЖНЕВАРТОВСК**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

**Сборник в помощь педагогам
«Игры в работе с детьми и подростками»
(методическое пособие)**

Педагог- психолог: Будник Инна Борисовна

г. Нижневартовск

2023 год

Методический сборник «Игры в работе с детьми и подростками» -
г. Нижневартовск, 2023.-23с.

Методический сборник «Игры в работе с детьми и подростками» предназначен для педагогов центра детского творчества, которые думают о психическом здоровье детей, об их эмоциональном опыте, о необходимом каждому человеку умении строить конструктивные отношения с другими людьми и позитивно относиться к себе.

Пособие содержит психологические игры на знакомство детей между собой, на сплочение детского коллектива, игры на доверие, игры на командообразование. Проведение подобных игр с детьми и подростками помогает педагогу создавать в группе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогом, облегчив тем самым процесс совместного творчества.

Пособие может быть применимо при работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья и инвалидность. Игры способствуют созданию близких, доверительных отношений с детьми и педагогом. Игротерапия снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающими, повышает самооценку ребенка с ограниченными возможностями здоровья, позволяет проявить себя в различных ситуациях общения.

Представленные материалы пополнят методическую копилку педагогов дополнительного образования, осуществляющих работу с детьми и подростками.

Содержание

Введение.....	2-3
Игры в работе с детским коллективом	
Игры на знакомство.....	3-7
Игры на сплочение детского коллектива.....	7-12
Игры на доверие.....	12-14
Контактные игры.....	14-18
Игры на начало и окончание занятий.....	19-21
Игры на командообразование.....	22-23
Дополнительные игры для детей с ограниченными возможностями здоровья.....	24-25
Список литературы.....	25

«В игре ребенок живет, и следы этой жизни глубже остаются в нем, чем следы действительно жизни». К. Д. Успенский.

Введение

Педагогам и психологам известно огромное значение игры в развитии ребёнка. В играх есть возможность, говоря словами известного польского педагога и психолога Януша Корчака «отыскать себя в обществе, себя в человечестве, себя во Вселенной». Игры ребят – это, в первую очередь, площадка их человеческого общения. Известно, что развитие ребёнка, его социализация и нравственное становление могут осуществляться только в процессе общения с другими людьми, а игра для ребёнка – это лучшая сфера общения, её процесс – это всегда удовольствие. В игре каждый может проявить себя, примерить своё «Я» к другим «Я». Одна из высочайших ценностей участия в играх – обогащение эмоциями. Играя, дети накапливают опыт эмоциональных переживаний, формируют необходимый для общения эмоциональный запас – контактность, толерантность, доброту, бескорыстность, умение сопереживать, радоваться чужому успеху. Коллективные переживания сплачивают детский коллектив, рождают чувства единства, коллективной радости. Именно в играх рождается детское содружество.

Игры в работе с детским коллективом.

1. ИГРЫ НА ЗНАКОМСТВО.

Такие игры позволяют облегчить знакомство ребят в группе, помогают отбатывать умение устанавливать социальные контакты, снижают повышенную тревожность, связанную с ситуацией общения с незнакомыми людьми.

Игра «Моё имя»

Каждый ребенок произносит свое имя так, как ему хотелось бы, чтобы его называли. Остальные хором повторяют имя с той же интонацией, какую использовал «автор». Далее дети говорят друг другу фразу приветствия: «Виктория, приятно с тобой увидеться».

«Снежный ком»

Группа встает в круг, и первый называет свое имя. Второй называет имя первого и свое. Третий имя первого, второго и свое. Вместе с именем можно изобразить свой любимый жест, назвать свой любимый напиток,

личностное качество (вариант - начинающееся на первую букву имени), хобби и т.п.

«Под общей звездой»

Педагог дает задание найти среди ребят (желательно, чтобы было много человек) наиболее близкого себе по дате дня рождения, для этого детям придется громко кричать или делать блиц-опрос. Как только пара образовывается, им нужно очень быстро рассказать друг другу о себе как можно больше информации. Победит пара, у которой разница в датах дней рождения будет минимальна (16 июня – 18 июня) или вообще совпадает и которая сможет рассказать о своем только что обретенном «астральном брате или сестре».

«Мяч по кругу»

Все сидят в кругу. У первого игрока в руках мяч. Он называет чье-либо имя и кидает этому человеку мячик. Поймавший мяч должен назвать другое имя и кинуть ему мяч. Так до тех пор, пока не будет обойден весь круг, причем мяч должен побывать у каждого, только один раз.

«Перемена мест»

Несколько ребят становятся в шеренгу и называют водящему свои имена. Потом водящий отворачивается, участники меняются местами и водящий должен правильно назвать их по именам.

«Давай познакомимся»

Играющие образуют два круга. Стоящие во внутреннем круге поворачиваются лицом к внешнему. Звучит музыка, играющие в кругах движутся в противоположные стороны. После прекращения музыки участники игры останавливаются друг перед другом, знакомятся, называя имя. Далее вновь звучит музыка, только уже теперь, двигаясь в разные стороны и пробегая мимо знакомого, махают ему рукой. Музыка перестает играть, появляются новые знакомые. Игра продолжается.

«Мы идем с тобой по кругу»

Все играющие встают в два круга, один внутри другого. Стоящие во внутреннем круге поворачиваются направо, а во внешнем – налево. Эта игра с речевкой, поэтому всем необходимо выучить слова.

«Мы идем с тобой по кругу,
Поглядим в глаза друг другу,

На минуту замираем –
Имена запоминаем...»

С этими словами ребята идут по кругу, каждый круг - в свою сторону, в конце речевки все играющие останавливаются, здороваются за руку с тем, напротив кого они остановились, и каждый называет свое имя. Игра начинается сначала и повторяется 4-5 раз.

Таким образом, ребята могут быстро познакомиться друг с другом.

«Паровоз»

Участники стоят в кругу. Ведущий подходит к любому игроку и говорит: «Привет, я - паровоз. Как тебя зовут?» Участник называет своё имя, «паровоз» повторяет. Важно повторять с той же интонацией, с какой произнёс участник. Кто представился, присоединяется к паровозу. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не присоединятся друг к другу.

«Я знаю пять имён»

Участники стоят в кругу - мальчик, девочка. По очереди каждый игрок называет 5 имён мальчиков и 5 имён девочек данного коллектива, начиная с фразы: «Я знаю 5 имён...».

«Любимое занятие»

Все участники сидят в кругу на стульях. Ведущий в центре, он произносит некую характеристику (например: кто любит танцевать, кто играет на гитаре, кто любит мороженое и др.), относящие её к себе игроки должны поменяться местами. Если ведущий первым занимает свободный стул, то игрок без стула становится ведущим.

«История»

Ведущий делит ребят на две команды, используя любой вариант разбивки. Определяется время для выполнения первого задания (например, 5 минут). За это время каждая команда сочиняет о себе историю, используя реальные данные. Например: "Мы живем в Туле, Казани и Москве. Дома у нас 9 собак, 14 кошек, 2 попугая и 1 черепаха. Трех наших мам зовут Ольгами, а еще у нас два папы по имени Саша" и т.д. По истечении назначенного времени каждая команда выбирает рассказчика, и команды как бы меняются местами, то есть команда «А» рассказывает про команду «Б» и наоборот. Побеждает та команда, которая допустит меньшее количество ошибок.

«Сбор автографов»

Для этой игры потребуется писчая бумага и карандаши для каждого участника. Пока играет мелодия (примерно 1 мин), каждый игрок берет автографы у других играющих, стараясь запомнить их имена. Музыка останавливается, игра прекращается.

Победителем считается тот, кто собрал больше автографов у своих друзей. Победителю предлагается назвать имена и показать тех, у кого он брал автографы. Ему вручается дополнительный приз и за исполнение последнего задания.

«Веселые настроения»

Скорейшему знакомству ребят помогут маленькие игровые приемы – построения в шеренгу по заданной тематике:

по алфавиту имен;

по цвету волос (от темных к светлым);

по цвету глаз (от светлых к темным) и т.п.

«Как кого зовут?»

Эта игра на внимание. В ней участвуют одновременно все, кто присутствуют. В зависимости от цели общего дела играющие могут стоять или сидеть.

В начале педагог обязан представиться, назвать свое имя.

По команде ведущего игры каждый из играющих громко и четко называет свое имя (ребята хором, одновременно делают это). Затем ведущий приглашает подойти к нему одного мальчика и одну девочку, чьи имена звучали наиболее четко. Еще раз знакомит всех играющих с этими детьми, просит всех повторить имена ребят и начинает сначала поочередно поднимать вверх то руку мальчика, то руку девочки, все остальные дети должны называть их имена. Игра идет с ускорением темпа. Когда ребята запомнили имена своих друзей, ведущий, продолжая игру, несколько раз подряд поднимает или только руку мальчика - все по инерции говорят имя девочки, или только руку девочки - присутствующие в зале будут называть имя мальчика. Эта путаница вызывает у играющих веселье, а также заставляет их быть более внимательными.

«Поменяться местами»

Ребята садятся кругом так, чтобы одного стула не хватало. Начинает игру педагог. Он просит ребят поменяться местами (например, тех, у кого

голубые глаза, или тех, кто любит читать, у кого дома живет собака, у кого день рождения летом и т.д.). Когда ребята меняются местами, педагог занимает один из освободившихся стульев. Теперь игру продолжает один из ребят, пока тоже не займет освободившееся место.

«Найди человека, который...»

Каждый человек получает лист бумаги с 6-9 клетками. В каждой из клеток - предложение найти человека, который... (любит петь, знает, сколько звезд на небе, умеет вязать, свистеть, шевелить ушами и т.п.).

По команде ведущего все участники игры одновременно пытаются за ограниченное время вписать в каждую клеточку имя человека, который...

Суэта, смех, шум, веселая музыка – обязательные условия игры.

Побеждают участники, заполнившие свои карточки быстрее остальных. Игра заканчивается представлением людей, которые...

ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ

помогают обучающимся найти для себя наиболее комфортное положение в детском коллективе, раскрывают межличностные симпатии и устанавливают неформальные связи, формируют навыки совместной работы и коллективного решения задач, оптимизируют уровень эмоциональной и психологической совместимости игроков.

«Приветствие на сегодняшний день»

Инструкция: «Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете апельсин тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили апельсин, в свою очередь бросает его следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы апельсин побывал у всех, и постараемся никого не пропустить».

«Кто быстрее?»

Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры: квадрат; треугольник; ромб; букву; птичий косяк.

«Оркестр»

Ведущий — дирижёр. Когда он поднимает руки вверх, дети поют (любую гласную букву) очень громко, чем ниже опускает руки, тем тише поют дети, когда руки опускает «по швам» — дети молчат. Дирижирование происходит в произвольной форме, можно резко поднимать и опускать руки.

«Дотронуться до одежды ...цвета»

Играющие должны дотронуться до одежды (своей или чужой) того цвета, которого скажет ведущий. Ведущий должен успеть осалить кого-нибудь, кто не успел дотронуться. Осаленный становится водящим.

«Носок-пятка»

Все становятся в круг очень плотно, так чтобы носок упирался в пятку впереди стоящему. Когда встали как надо, все начинают в таком положении медленно приседать - получается, что каждый садится на колени предыдущему. Если успешно сели - нужно попробовать так немного продержаться.

«Космическая скорость»

Цель игры - передать мяч из рук в руки за три секунды. Обязательное условие - чтобы мяч побывал у каждого только один раз и мяч нельзя передавать (одновременно держать мяч два человека не могут).

«40 секунд»

Ведущий, ничего не комментируя, всем желающим выдает листок, на котором написано следующее:

ПОМНИТЕ, У ВАС ЕСТЬ ТОЛЬКО 40 СЕКУНД!!!

1. Присядьте 2 раза.
2. Подпрыгните на левой ноге 5 раз.
3. Поднимите вверх обе руки 2 раза.
4. Внимательно прочитайте все задания.
5. Громко крикните свое имя.
6. Дважды громко мяукните.
7. Поцелуйте любых 3-х человек.
8. Повернитесь вокруг своей оси 3 раза.
9. Громко посмейтесь над ведущим игры.
10. Коснитесь рукой любых 3-х человек.
11. Подпрыгните на правой ноге 5 раз.
12. После того, как Вы прочитали все задания, выполните только задание.
13. Присядьте на корточки.

14. Положите лист перед собой на пол.

Желающие игроки, получив листок, начинают действовать. Единственное, что говорит ведущий, что у игроков всего 40 секунд на выполнение этого сложного задания. Если есть неиграющие дети, ведущий может начать читать вслух содержание листка примерно через 20 - 25 секунд.

«Ассоциации»

Выбирается водящий, которому предлагается на время покинуть аудиторию. После того, как водящий вышел, оставшиеся игроки выбирают того, о ком они будут рассказывать. Вернувшийся водящий задает каждому игроку по очереди вопросы – ассоциации (например – с каким деревом у тебя ассоциируется этот человек, с каким цветом, животным и т.д.). Игроки должны откровенно отвечать на заданный вопрос – задача водящего – угадать кто загадан.

«Невербально е приветствие»

Участникам предлагается молча здороваться друг с другом: а) руками с закрытыми глазами, б) коленками, в) спинами, г) мизинцами, д) плечами, е) локтями и т.д.

Упражнение можно проводить при достаточной разогретости группы не в начале занятия.

«Комплименты»

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу.

Предупреждение: Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрустит его сосед, скажите комплимент сами.

«Я - змея»

- Все становятся в круг. Ведущий идет внутри круга и говорит: «Я - змея. змея, змея. Я ползу, ползу, ползу». Потом он подходит к кому-нибудь из стоящих в кругу и спрашивает: «Хочешь быть моим хвостом?» Отказаться нельзя и выбранный проползает под ногами ведущего и начинает ходить и

говорить вместе с ним. Можно походу игры сделать еще одну змею. Тогда в конце большая змея «съедает» меньшую.

«Передай движение по кругу»

Дети передают друг другу воображаемые предметы: большой мяч, тяжелую гирю, горячий блин, младенца, паука на паутинке, стопку кубиков, горящую свечу. В конце упражнения дети берутся за руки. Взрослый, говоря «Привет», пожимает руку соседу справа, тот следующему по кругу. «Приветик» должен обойти круг и вернуться к взрослому

«Здравствуйтесь!» по очереди

Взрослый говорит, что сейчас он будет здороваться, но не со всеми сразу, а по очереди. Те, с кем он поздоровается, должны встать и сказать: «Здравствуйтесь». Далее игра проходит в два этапа.

На первом этапе взрослый предлагает детям осознать свои эмоциональные состояния: «Те, кто сейчас в хорошем настроении, здравствуйтесь!», «Те, кто сегодня не выспался, здравствуйтесь!», «Те, кому грустно, здравствуйтесь!».

На втором этапе настраиваем детей на выполнение различных видов деятельности: «Те, кто любит рисовать, здравствуйтесь!», «Те, кто хочет заниматься, здравствуйтесь!», «Те, кто хочет стать умным (уверенным), здравствуйтесь!».

«Разные, но похожие»

Взрослый говорит:

- Сейчас поднимут руки только девочки... А теперь поднимут руки мальчики... Попрыгают те, кто в брюках... У кого есть сестренка, обнимут себя... У кого есть брат, похлопают в ладоши... Те, кто ел сегодня кашу, погладят себя по голове и т.д.

По окончании упражнения проводится краткая беседа, в ходе которой детей подводят к выводу о том, что все люди разные, но в чем-то они все-таки похожи.

«Фруктовый салат»

Участники сидят в круге. Ведущий называет фрукты (например, яблоко, груша, банан, апельсин). Следующие, сидящие в круге по очереди, повторяют прозвучавшие названия фруктов. Таким образом, каждый «назван фруктом». Ведущий встает в центре круга и выкрикивает название фрукта, например апельсин, и все «апельсины» должны поменяться друг с другом местами. Человек в центре также старается занять одно из свободных мест, и

другой участник остается без места. Новый ведущий опять называет какой-то фрукт, и игра продолжается. Название «фруктовый салат» означает, что все меняются местами.

«Привет! Как твои дела?»

Все дети ходят по комнате, жмут друг другу руки и говорят: «Привет! Как твои дела?»

Главное правило: здороваясь с кем-то, руку можно освободить только после того, как другой рукой начнешь здороваться еще с кем-либо. То есть каждый участник должен быть в контакте с кем-либо постоянно.

Игру можно использовать в конце занятия, заменив слова: «Спасибо. С тобой было интересно»

«Прикосновение тела»

Объясните участникам, что вы дотронетесь до кого-нибудь. Потом они должны, используя только ту часть тела, до которой дотронулись вы, дотронуться до кого-то другого. Продолжайте игру, пока все участники не будут задействованы. Это упражнение заставляет тесно взаимодействовать друг с другом.

«Лицом к лицу»

Каждый находит себе пару. Ведущий называет действия, например «рука к носу», «спина к спине», «голова к колену» и т.д. Участники должны следовать инструкциям в своих парах. Когда ведущий говорит «человек к человеку», каждый должен найти себе другую пару. Упражнение можно применять в середине и в конце занятия.

Вариант: Дети объединяются в пары только после команды ведущего. Например, после команды «Плечо к плечу», дети должны найти себе пару и соприкоснуться частями тела

«Я сегодня вот такой»

Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» - и показывает невербально свое состояние. Остальные дети говорят: «Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой» и копируют его жесты, мимику, позу.

В игре должен принять участие каждый ребенок. В заключение дети берутся за руки и хором говорят: «Здравствуйте все!»

«Царевна Несмеяна»

На стул, поставленный перед детьми, садится один из них. Теперь он становится «царевной Несмеяной», которой необходимо поднять настроение и заставить ее улыбнуться. Для этого ребята по очереди говорят «царевне» о ее достоинствах – о красоте глаз, умении хорошо петь и так далее. Можно, даже нужно в центр круга сажать неуверенных, стеснительных детей.

«Доброе тепло»

Дети становятся в круг и берут друг друга за руки. Это игровое упражнение заключается в том, чтобы передавать друг другу душевное «тепло». Делается это с помощью несильного рукопожатия. Первый игрок передает игроку справа, тот – другому, и так, пока цепочка не завершится на том, кто начал. Сначала игра ведется с открытыми глазами, а потом, с началом второго круга, ребята закрывают глаза.

«Самый-самый»

Каждый человек - уникальная личность, в чем-то он совершенно неподражаем. Однако именно из-за того, что не все это замечают, у человека возникает неудовлетворенность отношением окружающих к его персоне. Попробуйте поправить это. Дети делится на несколько команд. Внутри каждой из них все игроки рассказывают о своих достоинствах. А затем уже команды рассказывают о своих самых-самых веселых, находчивых, умных товарищах.

ИГРЫ НА ДОВЕРИЕ

Доверие – это то чувство, которое ребенок испытывает по отношению к окружающим людям. В процессе общения со сверстниками и педагогами дети учатся доверять. В играх формируется особая атмосфера доверительных отношений между членами группы. Развить это чувство в ребенке достаточно сложно, а вот сломать его – легче простого. Сегодня в педагогике есть немало игр на доверие, которые позволяют сформировать в детском коллективе атмосферу дружбы и взаимопонимания. Кроме того, благодаря этим играм можно выявить многие личностные качества ребенка.

«М-М-М по кругу»

Группа сидит в кругу. Первый человек долго тянет звук м-м-м-м-м... на определенной высоте. В тот момент, когда он заканчивает, следующий должен подхватить, и так далее по кругу. Важно, чтобы звук не прерывался.

«Коленочки»

Группа сидит в кругу. Каждый кладет свои руки на колени соседям. Надо хлопать ладонями по коленям, так чтобы ладони хлопали строго по очереди, как они лежат. Сбившийся человек убирает руку, которой ошибся.

«Восковая палочка»

Группа стоит в плотном кругу. В центре в расслабленном состоянии стоит человек. Он начинает падать (не сгибая ног) в какую-то сторону. Группа ловит его и возвращает назад. Первый вариант: человек сам выбирает, куда падать. Второй вариант: группа осторожно качает человека в каком-либо направлении. Техника безопасности: исходное положение у стоящих в кругу - правая нога вперед, левая сзади в упоре, руки вытянуты вперед. Человека ловят на ладони. От группы требуется большое внимание и аккуратность.

«Стена»

Человек с закрытыми глазами быстрым шагом идет в сторону либо стены, либо конца сцены. Его напарник должен в последний момент сказать "Стоп", чтобы человек остановился.

Техника безопасности: предупредить группу, что человеку для восприятия информации необходимо определенное время, что следует учитывать при подаче команды.

«Солнышко»

Один человек становится в центре и закрывает глаза. Это «солнце». Группа («планеты») становится на том расстоянии, на котором им комфортно. Также можно принимать различные позы. Затем «солнце» открывает глаза и смотрит на образовавшуюся картинку. После этого человек, стоящий в центре может передвинуть людей на то расстояние, на котором было бы комфортно ему. В результате все видят реальную и желаемую картину отношений группы к человеку и человека к группе. Это некий вариант социометрии.

«Магнит»

Люди стоят в шеренгу у стены, им говорится, что они к ней «прилипли». Один выходит в центр. Это «магнит». Он закрывает глаза, сосредотачивается и начинает «притягивать» людей к себе. Тот, кто

чувствует, что его «выдернули из клея» присоединяется к магниту и они начинают тянуть вместе. Наблюдая порядок, в котором люди будут «отлипнуть» от стены можно смотреть на отношение группы к человеку «магниту».

«Рука к руке»

В игре принимают участие нечетное количество игроков. Водящий произносит фразу, например: «Рука к руке! Все меняются местами», и все участники игры, в том числе и водящий, должны найти себе пару и соприкоснуться со своим партнером руками. Тот, кто не успел найти себе пару, становится водящим. Новый водящий говорит, например: «Спина к спине! Все меняются местами». Все игроки вновь стараются как можно быстрее найти себе партнера и встать с ним спина к спине. Продолжать игру можно с самыми разнообразными командами: «Нос к носу», «Плечо к плечу» и т. д.

«Электрический скат»

Все участники этапа сидят на полу или траве и крепко держат друг друга за руки. Ноги у всех согнуты в коленях, пятки игроков касаются соседских пяток. По команде ведущего все игроки встают, руками не касаются ничего, продолжают держать ими друг друга. Расцепить руки можно только по команде ведущего. Если некоторые участники команды упали, то участники начинают выполнять задание с самого начала.

«Тоннель»

Все участники встают, наклонившись вперед, на руки, рядом друг с другом, образуя тоннель. Один из игроков проходит сквозь тоннель, не задевая ни одного игрока.

«Минное поле»

Участники делятся на пары, одному из пары завязывают глаза и выпускают на поле с препятствиями, которое с помощью команд другого члена пары «слепому» участнику предстоит преодолеть.

КОНТАКТНЫЕ ИГРЫ

Игры на контактность — это полезная деятельность, способствующая снятию мышечных зажимов, развитию тактильного восприятия. Они стимулируют работу обоих полушарий головного мозга, развивают воображение.

«Рисуем на ладошках»

Выполняется в парах. Ребята закрывают глаза, протягивают друг другу руки: один ладонями вверх, другой - вниз. Один представляет какой-то образ и пытается передать его второму, поглаживая его ладонями (например: море, ветер, двое под фонарем и т.д.). Затем пары меняются.

«Салки – обнималки»

Игра типа салок, но с одним новым правилом: нельзя салить тех, кто стоит, крепко обнявшись. Но так стоять можно не более 7 секунд.

«Определи на ощупь»

Группа стоит в кругу. Нужно пройти и определить, у кого самые теплые руки (носы, уши...).

«Слепой скульптор»

Группа разбивается по три человека, и одному завязывают глаза. В это время второй из третьего "лепит" скульптуру. Затем "слепой" должен из второго слепить то же, что тот слепил из третьего.

«Мешочек»

Группа встает кругом и, взяв друг друга под руки и протянув руки вперед, перебрасывает по кругу мешочек с горохом. Главное его не уронить т.к. в этом случае игра начинается с начала. Затем мешочек кидают через одного, потом через двоих.

«Гусеница»

Группа становится в линию. Каждый из группы подает свою руку заднему. Для этого играющие расставляют ноги на ширину плеч и подают руку назад между своих ног. При этом каждый также берет руку стоящего впереди. Группа начинает двигаться назад. При этом задний начинает ложиться на пол. Группа двигается назад до тех пор, пока все не лягут на пол. Затем группе предлагается вернуться в исходное положение в обратном порядке.

«Это мой нос»

Что вы ответите человек, который указывает на свой локоть и говорит: «Это мой нос?». Ну, вы можете показать на свою голову и сказать: «Это мой локоть?», тогда он, возможно, покажет мне свою ступню и скажет: «Это моя голова». Задача как можно дольше продержаться и не запутаться.

«Зоопарк»

Члены группы встают в круг и держат друг друга под руки. Ведущий каждому говорит название животного. После этого ведущий громко называет одно из имен. Ребята с эти именем должны поджать ноги. Остальные должны удерживать их. Лучший эффект достигается при большом количестве одного из них.

Игра «Сигнал».

Дети стоят (сидят) по кругу, держась за руки. Педагог передает «сигнал» легким нажатием руки рядом стоящего ребенка справа. Ребенок, получивший «сигнал» (левой рукой), должен передать его рядом стоящему - правой рукой. И т.д. по кругу, пока «сигнал» не дойдет до ведущего, который в этот момент может издать радостный возглас. Тоже повторяется в другую сторону. Когда дети усвоят эту игру можно усложнить: - передавать «сигнал» детям, у которых закрыты глаза; -передавать «сигнал», состоящий из нескольких нажимов руки (от 2 до 5 в зависимости от возраста детей).

«Палочка»

Команда садится в круг и начинает передавать по кругу какой-то предмет, зажав его различными частями тела, меняя их. При падении игра начинается сначала.

«Ноги в руки»

Группа становится в линию. Каждый кладет одну руку на плечо стоящего впереди и поднимает одну ногу. Второй рукой задние подхватывают ногу передних. Задача – пропрыгать без разрыва определенное расстояние.

«Острова»

У каждого есть свой «остров» – газета. Периодически наступает «выходной», и все гуляют по своей территории. Ведущий «отбирает» по

несколько островов, жители должны искать себе другой остров. В заключение идет обсуждение: как вас приняли на другом острове, не оттолкнули ли, пригласили ли сами и т.п.

Обязательно стоит обратить внимание на тех, кому не предлагали присоединиться на другом острове. Сумейте корректно перейти к подобным ситуациям в жизни: не чаще ли мы готовы оказывать помощь, поддержку тем, кто нам нравится, кто нам симпатичен, и не способны ли мы «не замечать» проблем тех, кого относится к «гадким утятам» и т.п.

«Присоединиться»

Работа в паре. У одного – установка «присоединиться», у другого – «не принять». «Присоединяющийся» через улыбку, прикосновение, взгляд и т.п. Все как в жизни, это понимает каждый участник, и логичным будет перейти после упражнения к разговору о том, что именно дает нам возможность найти путь к «сердцу», «душе» другого, порой совсем чужого, человека: умение улыбаться? А может, умение понять состояние, внутреннее настроение этого «другого»?

«Рукопожатие»

Выбирается водящий, который выходит за дверь. В это время каждому дается задание подготовиться через рукопожатие передать какое-либо чувство к водящему (любовь, злость, ненависть, боязнь и т.п.) По пожатию руки водящий должен догадаться о чувствах к нему.

«Круг»

Все рассчитываются на 1-2. Затем образуют два круга – внешний и внутренний. Все закрывают глаза и те, кто стоит во внешнем кругу, делают с закрытыми глазами 10 шагов против часовой стрелки. Затем 1-е и 2-е номера становятся друг против друга. Дается ощупать только руки. После этого всех аккуратно мешают. Глаза у всех закрыты. Теперь все открывают глаза, и их задача – найти свою пару.

«Торопись обрадовать»

Ленточка или т.п. передается по кругу. По сигналу – остановка. Тот, у кого в руках ленточка, должен обрадовать своих соседей (сделать комплимент, подарить что-нибудь и т.п., но повторяться нельзя). Упражнение лишний раз подстегивает ребят для выражения своих добрых чувств по отношению к другим, убеждает в том, что существует множество вариантов для проявления хороших отношений.

«Только вместе»

Инструкция: Разбейтесь на пары и встаньте, пожалуйста, спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне очень интересно, сможете ли вы точно также встать? Постарайтесь определить, с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться.

Анализ упражнения:

— С кем тебе вставать и садиться было легче всего?

— Что было самым трудным в этом упражнении?

«Человек к человеку»

Игроки становятся в круг парами. Водящий – в середине круга – объявляет два приказания, например «Ухо к уху», «Стопа к стопе». Игроки должны выполнить приказания, прижав части тела одного игрока к частям тела другого. Третье приказание звучит, как «Человек к человеку». Игроки должны ухватить другого партнера. В это время водящий тоже стремится найти пару. Если ему это удастся, то водящим становится тот игрок, который остался без пары.

«Размотало – Замотало»

Все становятся в круг, а ведущий говорит: «Размотало (все раскидывают руки и потягиваются), замотало (обнимают себя), соседа справа замотало (обнять соседа справа) - размотало (отпустить соседа справа и т.д.)». Игра идет с различными комбинациями. Главное, чтобы все пообнимались. В финале можно сказать: «Всех сразу замотало (все образуют одну большую кучу)».

«Массаж»

Все становятся в круг и поворачиваются спиной к стоящему сзади. По сигналу ведущего они начинают как можно более сильно делать массаж стоящему впереди человеку (по спине, позвоночнику, лопаткам и т.д.). А затем ведущий предлагает повернуться и проделать тоже самое соседу сзади...

«Слепой скульптор»

Группа разбивается по три человека, и одному завязывают глаза. В это время второй из третьего "лепит" скульптуру. Затем "слепой" должен из второго слепить то же, что тот слепил из третьего.

«Встать спиной друг к другу»

В парах: встать спиной друг к другу и присесть без помощи рук; встать лицом друг к другу и присесть. То же можно делать в группах по 5-7 человек.

ИГРЫ ДЛЯ НАЧАЛА И ОКОНЧАНИЯ ЗАНЯТИЯ

Это очень важный момент групповой работы, способствующий сплочению участников, созданию атмосферы группового доверия и принятия, что очень важно для плодотворной и успешной работы. Начало занятия должно стать своеобразным ритуалом, чтобы дети могли настроиться на совместную деятельность, общение. Ритуалы могут быть придуманы группой в процессе обсуждения. Ритуал можно менять, но не слишком часто. Окончание занятия — это завершение определенного вида деятельности, но не общения, поэтому ритуал должен, с одной стороны, показать, что занятие закончено, с другой стороны, показать, что дети готовы к конструктивному общению в группе и дома. Ритуал может быть одним и тем же.

Игры на начало занятий

Инструкция: начтите, 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!»

Игра «Доброе утро (день, вечер)»

Дети стоят в кругу, им предлагается разучить приветствие, которое нужно пропеть: - Доброе утро, Саша! (Улыбнуться и кивнуть головой.)

Доброе утро, Маша! (Называются имена, идет по кругу.) Доброе утро, Ирина Николаевна! Доброе утро всем нам! (Все разводят руки в стороны, затем опускают.)

Игра «Встаньте все, кто...»

Педагог. Встаньте все, кто любит бегать, радуется хорошей погоде, имеет сестру, любит дарить цветы и т.д.

Игра «Дружба начинается с улыбки»

Стоящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

Игра «Комплименты»

Сидя или стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» При затруднении педагог может сделать комплимент или предложить сказать что-то «вкусное», «сладкое», «цветочное». Во время игры педагог находится в кругу вместе с детьми, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает детей.

«Ртуть по телу»

Цель: упражнение, позволяющее сосредоточиться на работе, когда группу необходимо успокоить и настроить на дальнейшую серьезную работу

Время проведения: 5 минут.

Участники встают и образуют круг. Сейчас мы с вами пофантазируем. Представьте, что у вас в указательном пальце правой руки шарик воображаемой ртути. Мысленно перекатите ее, не торопясь, по суставам пальца, через ладонь к сгибу кисти, потом дальше, к локтевому сгибу и в плечо... Плавно поднимите руку... Мысленно перелейте ртуть в обратном направлении, осторожно опуская и выпрямляя руку, но так, чтобы ртуть «не вылилась». Покатайте ртуть по телу... Верните ртуть в руку... На последнем разгибании пальца «вылейте» ртуть на пол.

Игры для окончания занятия

Игра «Тепло рук и сердец»

Дети встают в круг и передают в ладошке соседу свое имя, улыбаясь самой доброй улыбкой. Педагог просит детей подарить ему что-нибудь на

прощание! У вас нет ничего с собой, но у вас есть тепло сердец, которое можно почувствовать это тепло ваших ладошек. Рукопожатие по кругу.

Игра «Комплименты»

Дети в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу сказать несколько добрых слов, за что-то поблагодарить (либо за то, что произошло на занятии сегодня, либо отметить качества, которые в нем привлекательны. Принимающий комплимент кивает головой и благодарит.

Игра «Прощание»

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо, до свидания».

Игра «Встретимся опять»

Все дети дружно встают в круг, протягивают перед левую руку «от сердца, от души» (получается пирамида из ладошек) и говорят традиционные слова: «Раз, два, три, четыре, пять – скоро встретимся опять!».

Упражнение «Спасибо за приятное занятие»

Педагог. Один из ребенок становится в центр круга, другой подходит к нему, пожимает руку и говорит: «Спасибо за приятное общение!» или «Спасибо за интересное занятие». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за...!» - таким образом, группа в центре круга постепенно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединиться последний участник, замкните круг и завершите церемонию благодарности безмолвным легким троекратным пожатием рук».

Игра «Круг друзей»

Стоя или сидя в круге, всем взяться за руки, пожать их, посмотреть по очереди на всех.

Игра «Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает педагог: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

Игра «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

«Я желаю тебе завтра...»

Все стоят в кругу и по очереди желают соседу справа, себе и соседу слева чего-нибудь хорошего на завтрашний день.

ИГРЫ НА КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ

Упражнение «Остров»

Листу бумаги формата А3 на каждую подгруппу из 3-6 человек.

Участники делятся на мини-группы по 3-6 человек, и каждой команде выдается лист бумаги формата А3. Педагог озвучивает инструкцию: «Перед вами остров. Нужно всей командой разместиться на этом острове, то есть встать таким образом, чтобы никакие ноги, руки и другие части тела каких-либо членов команды не касались пола, все должны быть на острове. Как вы этого добьетесь – ваше дело. Нельзя использовать дополнительные предметы, такие как столы, стулья и т.д.

«Уменьшающаяся газета»

Необходим 1 газетный лист на каждую группу.

Участники делятся на мини-группы размером от 3 до 6 человек и каждой команде выдается газетный лист. Педагог озвучивает инструкцию: «Вам нужно всей командой встать на газетный лист и скандировать «Мы – одна команда!» После того как это будет сделано, педагог складывает газету пополам и повторяет задание. После того как это будет сделано, еще раз складывает газету пополам и снова повторяет задание. Задача группы – разместиться на наименьшем возможном кусочке бумаги на время, достаточное для того, чтобы крикнуть всем вместе «Мы – одна команда!»

«Из спичек – имена»

Инструкция: "Вот лежит коробок спичек. Ваша задача в течение 5 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 5 минут, задается вопрос: «Сколько вам нужно времени, чтобы закончить?». Если опять не успевают, то опять вопрос и т.д.

«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.

Упражнение «Построимся»

Задача участников – построиться в одну линию по росту. При этом нельзя разговаривать. Затем задание усложняется – детям нужно построиться по дате и месяцу рождения, по длине волос, по отдаленности места проживания от центра, по цветам радуги в их одежде. Психологический смысл упражнения: участники лучше узнают друг друга, обучаются эффективному взаимодействию в команде.

«Круг»

Присутствующие закрывают глаза и начинают двигаться по помещению хаотично. Можно предложить участникам изображать пчел и издавать гудение. По сигналу ведущего все должны остановиться и остаться там, где их застал сигнал. После этого они должны стать в круг, стремиться, чтобы круг получился ровным. Участникам нельзя открывать глаза и переговариваться, можно только трогать друг друга руками. По второму сигналу участники открывают глаза и оценивают ровность круга. С первого

раза ровный круг создать не удастся, участникам предлагают повторить упражнение.

Дополнительные игры для детей с ограниченными возможностями здоровья

«Ласковое имя»

Дети встают в круг, каждый из них по очереди выходит в центр. Все остальные дети при помощи взрослого называют варианты ласкового имени ребенка, стоящего в центре круга.

«Ладушки»

Дети стоят напротив друг друга. По команде педагога то одновременно, то попеременно соприкасаются с ладонями партнера.

«Запрет на одно движение»

Педагог показывает различные движения, а дети должны повторять за ним. Движения должны быть лёгкими, чтобы ребёнку было не сложно воспроизвести их. Их следует делать быстро и с упором на разные части тела, чтобы разминались разные мышцы. Предварительно вы должны решить, какое одно движения повторять нельзя! Вместо него нужно, например, хлопать в ладоши или качать головой. Вы можете меняться ролями, так будет намного интереснее.

«Танцевальный батл»

Устройте танцевальный батл. Используйте простые и повторяющиеся движения – это идеально подойдёт для детей, которым необходимо улучшать двигательные навыки. Кроме того, танцевальные движения под музыку помогают лучше чувствовать время, ритм и улучшают координацию.

«Круг».

Участники образуют круг, по команде педагога начинают передавать друг другу мяч. Как только ведущий даёт сигнал (например, один хлопок ладонями), дети меняют направление движения мяча.

«Кулак и ладонь»

Для начала всем участникам необходимо сжать левую ручку в кулак и развернуть его к правой, пальцы которой должны в вытянутом состоянии упереться в него. Потом, наоборот, кисть правой руки сжимается в кулак, а пальчики левой в вытянутом состоянии касаются его. Это упражнение нужно проделывать быстро и четко.

«По команде становись»

Дети выстраиваются перед взрослым, повернувшись лицом, можно полукругом. Расстояние между ребятами должно быть около одного метра. Педагог командует повернуться, покружиться, сделать шаг вперед, назад, в сторону, дети должны быстро изменять направление, переключаться с одного движения на другое. Сначала можно командовать медленно, постепенно ускоряясь. Кто ошибся — выбывает или получает штрафное очко. Побеждает тот, кто выполняет команды с меньшим количеством ошибок.

Список литературы

Калинин В.Б., Гайворон Т.Д. Устойчивое развитие: Игры и упражнения. – М.: АсЭкО, 2003.

Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками: Взрослые игры для детей. – М.: Владос, 2003.

Фопель К., Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. -М.: Генезис, 2006.