**Психологические игры**

**Игры на узнавание друг друга**

Часто ребята, которые учатся в одном классе несколько лет, довольно мало знают друг о друге. Они далеко не всегда представляют, кто из них чем увлекается, кто что любит. А ведь узнать что-то о человеке – значит проявить к нему внимание, сравнить его интересы со своими – значит задуматься о разнообразии людей, попробовать принять чужие, пусть даже странные на твой взгляд интересы – значит проявить терпимость. С помощью игр на узнавание начинает создаваться атмосфера доверия и уважения в классе.

**Визитная карточка**

***Описание игры:*** играющие садятся в круг и, передавая друг другу какой-нибудь маленький предмет, рассказывают о себе. Рассказывают не просто так, а по специальной схеме.

Первый играющий называет свое имя. («Меня зовут Вася».)

Второй тоже представляется и добавляет какую-нибудь информацию о себе, например, сколько ему лет. («Меня зовут Таня, мне одиннадцать лет».)

Третий говорит, как его зовут, сколько ему лет и еще что-то о себе, например, чем он любит заниматься в свободное время. («Меня зовут Сева, мне двенадцать лет, я люблю кататься на роликах».)

Четвертый должен рассказать о себе по двум первым пунктам (имя, возраст), как-то прокомментировать третий пункт и добавить еще что-нибудь новое («Я – Андрей, мне одиннадцать лет и три месяца, я на роликах кататься не умею, зато очень люблю свою собаку») и т.д.

***Комментарий:***с этой игры можно начать работу с новым классом. В то же время ее можно повторить несколько раз в течение года, так как она требует от участников быть внимательными к словам друг друга и запоминать, кто что сказал. При обсуждении игры можно спросить ребят, что требовалось тем, кто вступил в игру в самом конце, и предложить поговорить о том, как правильно слушать собеседника.

**Все – некоторые – только я**

*****Описание игры:*** стулья выстраиваются в круг на один меньше числа играющих. Все садятся на них, а водящий встает в центр круга. Водящий называет какой-нибудь признак, который может подойти ко всем ребятам, сидящим в кругу, только к некоторым из них или к одному человеку. Тотчас все, кто считает, что названное относится к нему, встают, добегают до центра круга, а затем стремятся занять любой свободный стул (но не свой). Точно так же поступает и водящий, однако в центр круга ему бежать не надо, он и так там стоит.

***Комментарий:***учитель может начать игру, приведя ребятам примеры разных признаков: «Все, кто пришел сегодня в школу; все, кто любит поболтать; все, у кого в косе красная лента». Водящий может использовать эту игру, выбирая признаки, которые помогут ему больше узнать об одноклассниках, например: «Все, кто хочет пойти в поход» или «Все, кто любит сериал «Вавилон-5». В то же время у ведущего должно остаться право накладывать «вето» на вопрос, который может быть оскорбительным для кого-то.

В качестве домашнего задания можно предложить ребятам выбрать несколько признаков, относящихся к каждой категории, а затем использовать их в игре.

**Охота за сокровищем**

***Описание игры:*** участники игры свободно двигаются по классу и беседуют друг с другом. Задача играющего – найти одно свое сходство и одно различие с каждым, с кем он поговорит. Чем больше людей он опросит, и чем интереснее будут сходства и различия, тем лучше.

Для каждого участника игры понадобится вот такая карточка:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Имя | Сходство | Различие |
| 1 |  |  |  |

***Комментарий:***перед началом игры учитель может привести примеры сходств и различий (и я и он живем в одном доме, но у меня есть собака, а у него никто из животных не живет; и она и я хотим стать фотомоделями, но я люблю миндальные пирожные, а она – мороженое).

**Ассоциации**

***Описание игры:*** Выбирается водящий, который «задумывает» кого-нибудь из присутствующих здесь людей. Далее все играющие по кругу задают ему вопросы типа: «Если бы это было дерево (дом, цветок, погода, занавески, книга, собака...), то какое?»

Ведущий думает, стараясь представить себе этого человека, и отвечает, например: «Это был бы дуб, растущий в чистом поле». Все играющие стараются понять, кому же из них подходит это определение. Тот, кто решил, что он догадался, может попытаться назвать задуманное имя. Если он угадал, он сам становится водящим, если нет – пробует кто-то другой.

**Игры на развитие доверия**

Эти игры помогают ребятам научиться доверять друг другу, чувствовать настроение другого человека, терпимее относиться к нему.

**Слепой и поводырь**

***Описание игры:*** участники игры делятся на пары. Один человек закрывает (или ему завязывают) глаза: он – «слепой», второй – его «поводырь». Задача «слепого» – бродить по классу, по препятствиям; задача «поводыря» – обеспечить его безопасность, голосом или прикосновениями руководя действиями «слепого», но не отбирая у него инициативы.

***Комментарий:***задание можно усложнить, предложив «поводырям» не просто следить за «слепыми», но и самим активно участвовать в игре: описать окружающую обстановку; познакомить своих «слепых» друг с другом или с другими «поводырями»; поиграть со «слепыми» в какую-нибудь игру и т.д. Через 5–7 минут «слепые» и «поводыри» меняются ролями.

Обсуждая игру, можно поговорить с учениками о том, как чувствовали себя «слепые» и «поводыри», кому какая роль была легче. Легко ли было доверять «поводырю»? Что способствовало, а что мешало доверию?

**Прогулка с компасом**

***Описание игры:***как и в предыдущей игре, ребята делятся на пары. В каждой паре один человек – «турист» (ведомый), а второй – «компас» (ведущий). «Турист» закрывает (или ему завязывают) глаза, а «компас» встает сзади него и кладет ему руки на плечи. Задача «туриста» – передвигаться по классу (можно расставить стулья, как на полосе препятствий), задача «компаса» – направлять его движение.

**Корабли и скалы**

***Описание игры:***половина играющих – «корабли», половина – «скалы». «Скалы» рассаживаются на полу, «корабли» закрывают глаза и хаотично двигаются по комнате. При приближении «корабля» «скала» издает шипящий звук, с которым «волны накатываются на камень». Цель «скал» – не допустить «кораблекрушение». Потом играющие меняются ролями.

**Лабиринт**

***Описание игры:***из стульев и веревок строится некое подобие лабиринта: на площадке примерно 10?10 м хаотично расставляются стулья, между ними на разной высоте натягиваются веревки с таким расчетом, чтобы некоторые можно было переступить, а под некоторые – подлезть. На стульях можно разложить какие-нибудь маленькие предметы или открытки.

Играющие делятся на пары. Один из них должен пройти с завязанными глазами по лабиринту, собирая лежащие на стульях предметы, а второй будет руководить его действиями. Делать это можно с помощью словесных инструкций, подсказывая, куда повернуться, что переступить или откуда взять предмет. Ведущий засекает время, которое требуется каждой паре для выполнения задания. Побеждает пара, справившаяся с заданием быстрее всего.

***Комментарий:***эту игру лучше проводить на классном часе или после уроков – для нее требуется достаточно много времени.

**Ветер в ивах**

***Описание игры:*** семь-восемь человек образуют тесный круг, соприкасаясь плечами. Водящий встает в центре круга, закрывает глаза и падает вперед или назад, задача играющих – не просто подхватить человека, но и осторожно передавать его из рук в руки по кругу.

***Комментарий:***эта игра предназначена для более старших ребят, уже научившихся доверять друг другу. Проводя игру, учитель должен быть уверен, что все ребята адекватно оценивают степень опасности падения.

**Падения на руки**

***Описание игры:***человек закрывает глаза и начинает падать назад, на руки товарища. Естественно, партнер должен быть в состоянии удержать его. Проводя эту игру с ребятами, лучше всего пользоваться физкультурными матами.

***Комментарий:***эта игра похожа на предыдущую – «Ветер в ивах», и к ней относятся те же предостережения. Лучше проводить ее в старшем классе.

**Путаница**

***Описание игры:***играющие становятся в круг и вытягивают вперед правые руки. По сигналу ведущего они соединяют руки попарно. Второй сигнал – теперь нужно соединить левые руки, но уже с каким-то другим человеком (не с тем, с кем соединены правые руки). Задача играющих – не отпуская рук, постараться распутаться и оказаться стоящими в кругу.

***Комментарий:***если играющие оказались в неразрешимой ситуации, стоит предложить одному из игроков взять на себя ответственность за всю группу и указать одну из пар рук, которую можно разъединить, чтобы распутать «мертвый узел». Игру можно повторять несколько раз, засекая время, которое потребовалось участникам для выполнения задания. Чтобы усложнить задание, можно запретить ребятам разговаривать.

**Гусеница**

***Описание игры:***для игры понадобятся несколько воздушных шаров – по числу играющих. Ребята становятся в колонну в затылок друг другу, положив руки на плечи впередистоящим. Воздушные шарики зажимаются между животами задних и спинами передних игроков. Дотрагиваться до шариков, поправлять их – нельзя. Передний игрок держит свой шарик на вытянутых руках. Цель игры – пройти по некому заданному маршруту. На пути можно поставить стулья, натянуть веревки, положить какие-то предметы на пол.

***Комментарий:***главное, на что учителю стоит обратить внимание, а потом помочь ребятам осознать это в ходе обсуждения: как сами ребята координировали свои действия? Рискнул ли кто-то взять на себя роль лидера, руководителя движения? Что потребовалось от каждого, чтобы удачи достигли все?

**Рефлексия**

***Описание игры:***играющие разбиваются на пары. Игра будет проходить в несколько раундов (пять или семь), победитель в каждом раунде получает одно очко. По сигналу ведущего играющие хором начинают произносить по слогам «СА-МО-...». Последним слогом может быть «ЛЕТ», «КАТ», «ВАР», «СВАЛ», «СУД», «ГОН». Задача первого игрока, назовем его «подстраивающимся», понять, почувствовать своего партнера и сказать последний слог одинаковый с ним. Задача второго игрока, «ускользающего», произнести отличающийся слог.

***Комментарий:***обратите внимание игроков, что произносить последний слог они должны строго одновременно, ориентируясь на анализ тактики игры партнера, а не на звук, вырвавшийся из его уст.

**Робот**

***Описание игры:***игра проходит в парах. Один человек в паре – «робот», второй – «оператор». «Робот» может делать только то, что говорит ему «оператор», глаза у него закрыты. Вместе пара должна, например, взять какой-то предмет и переложить в другое место. Затем играющие ребята меняются ролями.

**Зеркало**

***Описание игры:***играющие разбиваются на пары и встают или садятся друг напротив друга. Первый в паре – «человек», второй – «зеркало». «Человек» начинает медленно, плавно двигать руками, а «зеркало» старается как можно точнее повторить его движения, «слиться» с ним. «Зеркало» может почувствовать ритм дыхания «человека» и синхронизировать с ним свое дыхание. Через несколько минут ведущий предлагает «зеркалу» и «человеку» поменяться ролями.

***Комментарий:***когда ребята освоятся в роли «зеркал» и упражнение станет для них достаточно легким, игру можно усложнить. «Человек» начинает двигаться, а «зеркало» повторяет его движения, опаздывая на один или два такта. Этот вариант потребует от «зеркала» гораздо больше внимания и собранности. В конце упражнения можно попросить ребят рассказать о своих ощущениях в разных ролях. Какая роль была легче – «зеркала» или «человека»? Почему? Что нужно для того, чтобы быть хорошим «зеркалом»?

**Трио**

***Описание игры:***трое играющих встают плечом к плечу. Первый человек ставит левую ногу в картонную коробку (или на лист бумаги). В ту же коробку ставит правую ногу второй играющий, свою левую ногу он ставит в другую коробку, и туда же ставит правую ногу третий человек. Задача игроков – пройти всем вместе некоторое расстояние. Потом к ним может присоединиться четвертый человек, пятый.

***Комментарий:***предложите ребятамопределить на опыте, сколько человек смогут ходить вместе?

**Игры на сплочение класса**

Задача этих игр – улучшить коллективные взаимоотношения, поднять класс на более высокий уровень сотрудничества и взаимопонимания.

**Встаньте в круг**

***Описание игры:***в эту игру нужно играть, отодвинув парты к стене. Ведущий просит ребят собраться вокруг него. По сигналу они должны закрыть глаза и начать хаотично двигаться по классу, стараясь не наступать друг на друга и жужжа, как пчелы, собирающие мед. Через некоторое время ведущий хлопает в ладоши, и играющие должны мгновенно замолкнуть и 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.

***Комментарий:***если ученики умеют работать согласованно, доверяют друг другу, построить круг удается довольно быстро. Если же класс постигла неудача, можно обсудить с ребятами, почему это произошло, как вели себя разные играющие (не называя конкретных имен). Игру можно повторить несколько раз.

**Постройтесь по росту**

***Описание игры:***игра начинается с хаотичного движения по комнате с закрытыми глазами. По первому сигналу все замирают на месте, по второму – играющие должны открыть глаза и, не говоря ни слова, быстро выстроиться в шеренгу по росту.

**Переходы со стулом**

***Описание игры:***ведущий просит ребят встать в круг, держа перед собой стулья. По сигналу они должны перестроиться и встать по росту, по алфавиту имен, по каким-то другим признакам. Глаза в этом случае закрывать не надо. Главное, чтобы задание выполнялось в абсолютной тишине, так, чтобы стулья не стучали друг о друга.

**Счет до десяти**

***Описание игры:***играющие становятся в круг, не касаясь друг друга плечами и локтями. Все закрывают глаза. По сигналу ведущего группа должна сосчитать до десяти, соблюдая одно важное условие: называть числа нужно по очереди. Кто-то говорит «один», другой – «два», третий – «три» и т.д. Если одно и то же число назвали два или больше человек, группа с заданием не справилась. Договариваться об очередности нельзя.

**Гомеостат**

***Описание игры:***играющих просят встать в круг, вытянуть вперед руку, сжатую в кулак, и по знаку ведущего выбросить произвольное количество пальцев. Задача: не разговаривая, не перемигиваясь и не используя никаких других способов общения, добиться того, чтобы все играющие выбросили одно и то же количество пальцев. Попытки повторяются произвольное число раз.

***Комментарий:***гомеостат – это прибор, который используют психологи для изучения групповой совместимости. Можно для тех же целей вместо прибора воспользоваться игрой. Понаблюдав за играющими, учитель сумеет выявить лидеров, под которых подстраивается большинство ребят. Возможно, себя проявят стойкие «одиночки», которые не захотят согласовывать свои действия с другими играющими, или отдельные группировки, успешно решившие проблему внутри своей группы, но не желающие подстраиваться под остальных.

**Шеренга**

***Описание игры:***усложним предыдущую игру, сделав ее подвижной. Играющие встают в шеренгу на расстоянии шага друг от друга. По сигналу ведущего они подпрыгивают на месте, поворачиваясь в прыжке вправо или влево, на 90, 180, 270 или 360 градусов. Более простая задача – после прыжка оказаться стоящими лицом в одну сторону. Более сложная – совершать синхронные прыжки, поворачиваясь в одну и ту же сторону на одинаковое число градусов. Как-либо договариваться нельзя.

**Встреча взглядами**

***Описание игры:***для игры нужно четное число участников. Они садятся в круг, закрывают глаза и опускают головы вниз. По сигналу ведущего каждый должен открыть глаза, поднять голову и с кем-нибудь встретиться, «сцепиться» взглядами (вариант – указать пальцами друг на друга). Цель игры – разбиться на пары всем сразу, с одной попытки. Число сложившихся пар подсчитывается в конце каждого раунда.

**Печатная машинка**

***Описание игры:***каждому участнику игры назначается одна из букв алфавита. Ведущий предлагает всем представить, что они – клавиши печатной машинки. На этой удивительной машинке можно печатать слова. Для этого «клавиши» должны по очереди хлопать в ладоши. Возьмем слово «дом». Чтобы его напечатать, должен вначале хлопнуть человек, у которого буква «Д», затем тот, у кого буква «О», и, наконец, тот, у кого буква «М». Чем быстрее они справятся с заданием, тем лучше. Ведущий предлагает ребятам все более длинные и сложные слова и фразы.

***Комментарий:*** если играет меньше тридцати трех человек, можно не использовать редко встречающиеся буквы или подобрать слова, где они не используются.

**Игры на коллективное решение задач**

Умение работать в группе, использовать способности каждого – очень важное качество. Такой стиль взаимодействия – наилучший для решения творческих задач. В процессе работы ребята учатся уважать друг друга, прислушиваться к чужому мнению.

**Уменьшить время**

***Описание игры:***играющие встают в круг. Задача – перекидывать друг другу мячик. Мячик должен побывать у каждого игрока только один раз, он не должен касаться пола, одновременно к нему может прикасаться только один человек. Нужно выполнить задание как можно быстрее. Ведущий засекает время. Каждый раз, когда игроки предложат новый способ обмена мячиком, он говорит им: «Вы молодцы, но это можно сделать еще быстрее».

***Комментарий:*** если игроки сложат ладони в форме наклонного желоба (большие пальцы образуют стенки), а последний подхватит мячик внизу, то на выполнение задания уйдут доли секунды.

**Фигуры**

***Описание игры:***каждый участник игры берется за веревку, связанную в кольцо; задача – с закрытыми глазами, переговариваясь, построить из этой веревки некую фигуру: более простую, геометрическую – квадрат, прямоугольник, круг, треугольник – или более сложную, требующую согласования внутренних образов – дерево (какое дерево – лиственное, елку?), собаку и т.д.

***Комментарий:*** более сложный вариант: игроки закрывают глаза и не имеют права переговариваться.

**Общий брезент**

***Описание игры:***Вся группа должна разместиться (встать) на кусок брезента 2?2 м (можно заменить его бумагой), после каждого хода брезент складывают пополам. Он уменьшается, задание остается тем же. Оказывается, что можно разместиться на куске брезента размером с тетрадный лист: если каждый наступит на него только одним носком, все игроки крепко возьмутся за руки и откинутся назад.

***Комментарий:*** желательно проводить эту игру на чем-нибудь мягком, например на матах.

**Переход через болото**

***Описание игры:***играющие – группа исследователей в джунглях Африки. Они подошли к болоту, в котором живет загадочное чудовище. Каждые двадцать минут чудовище появляется из трясины и съедает все живое около болота. Ящики, расставленные недалеко друг от друга, изображают кочки. За двадцать минут «исследователи» должны найти способ перебраться через «болото», перекидывая через «кочки» несколько досок.

***Комментарий:*** это еще одна игра для классного часа или занятий после уроков. Ее можно усложнить тем, что часть играющих «ранены» или «ослепли». Для проведения игры понадобятся несколько невысоких ящиков и досок разной длины.

**Несколько мячей**

***Описание игры:*** играющие достаточно свободно встают в круг. Задача – перекидывать мячик или игрушку от одного человека к другому так, чтобы он побывал в руках у каждого игрока только один раз. Как только играющие запомнили порядок перебрасывания, ведущий вводит в игру второй мячик. Теперь по кругу идут два мяча. Если ребятам удается поддерживать ритм и не сбиваться, в игру вводится третий мяч.

***Комментарий:***для этой игры понадобятся несколько небольших мячиков или мягких игрушек. Со сколькими мячами удастся играть вашему классу?

**Кубики**

Не говоря ни слова, играющие должны вместе построить из кубиков какое-нибудь сооружение. Заранее договариваться о том, что это будет, нельзя.