**Путешествие на материк Общения.**

**Упражнение 1. «Приветствие в разных манерах».** Поздоровайтесь носами, животами, ушами, щеками, плечами.

**Упражнение 2. Энергизатор «Ладони».**

Участники стоят или сидят в кругу.

Ведущий начинает какое-то движение и передает его соседу справа, который в свою очередь передает это движение соседу справа и т.д. , пока не получит от соседа слева новое движение, которое должен передать. Затем ведущий начинает другое движение.

Движения:

1.Трение ладони о ладонь;

2.Щелканье пальцами;

3.Хлопанье ладонями по бедрам;

4. Топанье ногами;

5. Хлопанье по бедрам;

6.Щелканье пальцами;

7. Аплодисменты поднятыми вверх руками.

Упражнение направлено на повышение групповой сплоченности; способствует развитию внимания.

**Упражнение 3 .«Переправа»**

**Цель**: Сплочение, «ломка» пространственных барьеров между участниками, тренировка уверенного поведения в ситуации вынужденного физического сближения, необходимости решить нетривиальную задачу в межличностном взаимодействии.

**Описание упражнения**: Участники стоят плечом к плечу на полосе шириной 20-25 см. Игра проходит интереснее, если эта полоса представляет собой не просто линию на полу, а небольшое возвышение: например, гимнастическую скамейку, бордюрный камень на обочине дороги или бревно на лесной поляне. Каждый участник поочередно переправляется с одного конца шеренги на другой. Ни ему, ни тем, кто стоит в шеренге, нельзя касаться ничего за пределами той полосы, на которой стоят участники.

**Обсуждение:**

* Какие психологические качества у вас проявились при выполнении этого упражнения?
* Что происходило с вами, вызвало ли у вас дискамфорт это упражнение?

**Упражнение 4. «Поезд»**

**Цель**: Сплочение, повышение взаимного доверия участников, тренировка уверенности поведения при необходимости действовать в условиях недостатка информации, положившись на партнеров.

**Ход упражнения**: 6-8 участников изображают «поезд», встав в колонну и положив руки на плечи стоящим впереди. Все, кроме первого, закрывают глаза. Этому «поезду» нужно проехать через препятствия, которые изображают другие участники. При малом количестве играющих часть препятствий можно изобразить с помощью стульев.

Задача «поезда» – проследовать от одной стены помещения до другой, по пути обязательно объехав по кругу 3-4 препятствия (ведущий указывает, какие именно) и, не столкнувшись с остальными. Препятствия, изображенные с помощью других игроков (желательно, чтобы те, которые нужно объехать по кругу, были именно из их числа), при приближении к ним «вагонов поезда» на опасно-близкое расстояние могут издавать предостерегающие звуки – например, начинать шипеть.

Игра повторяется несколько раз, чтобы дать возможность каждому побыть и в роли препятствий, и в составе «поезда».

Если участников много и позволяют размеры помещения, можно сделать игру более динамичной, запуская одновременно по два «поезда».

**Обсуждение:**

* Кому кем больше понравилось быть «локомотивом», «вагонами», препятствиями; с чем это связано?
* Какие эмоции у кого возникали при движении в составе «поезда»?
* Каким реальным жизненным ситуациям можно уподобить эту игру?

**Упражнение 5. «Сходства и различия»**

**Ведущий**: Все мы разные, но все мы люди, что-то объединяет нас, в чем-то мы отличаемся, давайте подумаем, в чем мы похожи, а что делает нас непохожими на других.

Участники в группе делятся на пары и называют по 2 схожие черты и 2 отличающие их черты.

* Как влияют сходства и различия людей на жизнь общества?
* Национальность влияет на взаимоотношения людей?
* Как общаются между собой пожилые и молодые люди?
* Как сказывается на общении с другими людьми наличие физических недостатков у человека?

А теперь за 30 секунд вам предлагается объединиться в группы по различным признакам: пол, цвет волос, гороскоп, рост, цвет глаз и т.д.

**Вывод**: В каждом человеке можно найти не только отличные, но и схожие черты. О человеке судят по тому, какая у него внешность, профессия, вера, как он строит отношения в семье и с окружающими. Сделав добро, человек сам становится лучше, чище и светлее. Это толерантный путь развития личности. – этим самым мы говорим о Сотрудничестве и принятии человека таким каким он есть.

**Игра 6. «Разговор сквозь стекло»**

**Цель**: развитие чувства взаимопонимания между детьми.

**Ход игры**: Дети разбиваются на пары.

«Представьте, что один из вас находится в большом магазине, а другой – ждёт его на улице. Но вы забыли договориться о том, что надо купить, а выход – на другом конце магазина. Попробуйте договориться о покупках сквозь стекло витрины. Но помните, что вас разделяет такое толстое стекло, что попытки кричать бесполезны: вы все равно друг друга не услышите».

**Упражнение 7. МОЙ ПОРТРЕТ В ЛУЧАХ СОЛНЦА**

Детям предлагается на листочках нарисовать солнышко, лучики которого символизируют те качества, способности, за которые они себя уважают и любят. Затем именной листочек с солнышком передается по кругу (если участников более 15 человек, то класс делится на 3—4 группы), и каждый участник подчеркивает лучики, если он согласен с тем, что такие качества есть у его товарища, и добавляет другие лучики — качества, которые он видит в этом человеке.

В конце концов листочки возвращаются к авторам, и каждый комментирует те изменения, которые произошли с его солнышком. У кого-то стало значительно больше лучиков. Кого-то приятно удивило, что качество «веселый» подчеркнули все одноклассники. Кто-то не ожидал, что все в классе к нему относятся хорошо и т.д.

**Упражнение 8. ЭТО — МЫ!**

Последнее упражнение — кульминационное. Дети надувают воздушные шарики, которые дети принесли с собой. На шарики прикрепляется рисунок с солнышком.

Ведущий просит детей по очереди, как они сидят в круге, подойти и отдать ему свой шарик. Сначала у ведущего в руке только один шарик, затем — несколько и наконец — все шарики.

Ведущий спрашивает детей: «Что у меня в руке?» Звучит хор голосов: «Шарики! Мы!» Вопрос необходимо повторить. И тогда звучит: «Это — мы! Это наш класс!»

Ведущий передает все шарики классному руководителю. Звучат пожелания психологов и педагогов детям. Обращается внимание участников на красоту созданной композиции из разноцветных шаров.