Игры на сплочение коллектива

**Игра «Летний дождь»**

Время проведения: 10 минут.

Ход работы:

1. Члены команды должны образовать как можно более правильный круг. Как только это удалось, все поворачиваются направо, так что теперь все игроки стоят друг за другом на расстоянии вытянутой руки.

2. Расскажите игрокам, что в этом упражнении каждый сможет услышать шум и шорохи летнего проливного дождя. И чем лучше будет взаимодействие в команде, тем прекраснее будет ощущение от игры.

3. Встаньте сами в круг вместе с группой и продемонстрируйте движения рук, которые производят желаемые шорохи:

- положите ладони на спину стоящего впереди игрока, приблизительно в районе лопаток, и опишите ими круг. Возникший шорох соответствует ветру, предшествующему проливному дождю (фаза А);

- потихоньку начните нежно похлопывать кончиками пальцев по спине партнера, чередуя при этом обе руки. Это начало дождя (фаза В);

- теперь начинайте барабанить ладонью по спине партнера (фаза С);

- вернитесь к фазе В;

- перейдите к фазе А;

- остановитесь, пусть руки спокойно полежат на спине партнера.

Это упражнение дает потрясающий эффект, если при этом все закроют глаза.

- Начинайте игру с фазы А. Стоящий перед вами игрок «передает» это движение дальше – участнику, стоящему перед ним, и т.д., пока оно не вернется к Вам. Когда вы почувствуете, как руки партнера совершают круги по Вашей спине, начинайте фазу В, и так далее, пока последовательность не дойдет до конца. (Каждый продолжает выполнять движение, которое он чувствует своей спиной, до тех пор, пока не получит новый сигнал.)

**Упражнение «Липучки»**

Цель: Эта веселая и динамичная разминка направлена на повышение сплоченности группы. Участники учатся быстро ориентироваться в ситуации, устанавливать контакт, вступать во взаимодействие. Разминка снимает межличностные барьеры.

Время: 10 минут.

Материалы: Не требуются.

Инструкция: «Сейчас я дам знак, и вы начнете двигаться произвольно. На счет стоп, по двое руками, вы должны остановиться и объединиться с кем-то руками. Давайте попробуем».

Процедура проведения: В открытом пространстве группа двигается. По команде тренера участники объединяются определенным образом по его заданию. Сначала по двое, затем по трое и т.д. Задание усложняется. Объединяться участники могут руками, ногами, головами, любыми частями тела. В конце игры тренер может разбить группу пополам (на три части и т.д.), предложив объединиться половинкам, и оставить группу в таком составе (но не в таком виде) для следующего упражнения. То есть тренер может использовать данную разминку как весьма необычное средство для разбиения группы для дальнейшей командной работы.

**Упражнение «Мамино ожерелье»**

Участники стоят в кругу и держатся за руки.

Инструкция. Давайте представим, что это большое прекрасное ожерелье, а каждый из вас – бусинка. Ожерелье находится на шее мамы, переливается разными цветами, а бусинки двигаются быстро по шее (дети ходят по кругу в быстром темпе, с постоянно увеличивающейся скоростью). Но вдруг ожерелье разорвалось, и все бусинки рассыпались (все разбегаются в разные стороны). Нам необходимо выбрать ювелира, который соберет бусинки вместе. (Ювелир ловит одного из участников за руку, второй, не отпуская руки, ловит третьего и т.д. Образуется цепочка. Ювелир соединяет бусинки в ожерелье.) Все бусинки собрались! Как хорошо, когда мы вместе!

**Упражнение «Групповой коллаж»**

Участники группы склеивают между собой 6 листов ватмана. Используя принесенный природный материал, вырезки из журналов, кусочки ткани и т.д., вся группа делает коллаж-пейзаж на тему «Мы вместе!»

**Игра «Новоселье»**

Цель: формирование чувства единения с группой.

Ход игры: Детям предлагается нарисовать свои портреты и «поселить» их в домик, рисунок которого висит на доске. Затем дети все вместе раскрашивают дом красками.

**Игра «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 сначала. Затем мешочек кидают через одного, потом через двоих.

**Игра «Кенгуру»**

Цель: Отработать навык взаимодействия с партнером, способствовать сплочению группы.

Содержание: Участники делятся на пары. Один из них кенгуру – стоит, другой – кенгуренок – сначала встает спиной к нему (плотно), а затем приседает. Оба участника берутся за руки. Задача каждой пары именно в таком положении, не разнимая рук, пройти до противоположной стены, до ведущего, обойти помещение по кругу, попрыгать вместе и т.д. На следующем этапе игры участники могут поменяться ролями, а затем - партнерами.

Обсуждение: Участники игры в кругу делятся впечатлениями, ощущениями, возникшими у них при выполнении различных ролей. Затем они обсуждают области применения игры в повседневной практике, а также отмечают, как игра может быть использована при работе с тревожными детьми.

**Упражнение «Кого не хватает?»**

Ведущий. Замечаете ли вы, когда в группе нет кого-то из детей? Я хочу сыграть с вами в такую игру: один из вас будет прятаться, а остальные – отгадывать, кто именно спрятался. Сначала я попрошу всех закрыть глаза и, пока никто этого не видит, тихо прикоснусь к плечу одного из вас. Тот, кого я выберу, должен будет открыть глаза, тихо выйти на середину, сесть на пол и укрыться вот этим покрывалом. После того как он спрячется, я попрошу всех открыть глаза и угадать, кого не хватает. А теперь закройте глаза...

**Игра «Лохматый пес»**

Ситуация этой игры носит сюжетный характер. В ней создается образ персонажа, которого нужно опасаться. Задача ребенка состоит в том, чтобы идти навстречу этой опасности и не убегать до определенного сигнала (последнего слова текста). Таким образом, игра учит детей управлять своим поведением, преодолевать боязнь и не пасовать перед трудностями.

Образный характер этой игры способствует развитию воображения, а совместная деятельность – сближению и объединению детей.

Описание игры

Воспитатель чертит на земле кружок - это дом для «лохматого пса». На расстоянии 2-3 шагов от него проводится черта, до которой обязательно должны дойти дети. На расстоянии 15-20 шагов от этой черты рисуется вторая черта, где дети будут спасаться от лохматого пса.

Такая подготовка к игре привлекает внимание малышей. Пользуясь этим, воспитатель настраивает их на игру и объясняет правила. В начале роль лохматого пса берет на себя воспитатель. По его указанию все дети подходят к черте своего дома, берутся за руки. Один из детей, наиболее организованный, находится в центре шеренги; он будет направлять движение остальных и задавать темп. Чтобы показать, как это нужно делать, воспитатель сначала сам ведет шеренгу и произносит следующие слова, которые повторяют все дети:

Вот лежит лохматый пес, В лапы свой, уткнувши нос. Тихо, смирно он лежит, То ли дремлет, то ли спит. Подойдем к нему, разбудим и посмотрим, что-то будет!?

Под этот текст все дети, взявшись за руки, подкрадываются к черте. На последние слова текста они протягивают руки и дотрагиваются до лохматого пса. Пес в это время не должен шевелиться: он, сидя с закрытыми глазами, позволяет себя погладить.

Вдруг неожиданно для детей пес открывает глаза и лает, а малыши убегают в свой дом (за черту). Пес бегает за детьми, лает на них и снова возвращается в свой дом. Игра начинается сначала. Каждый пес дважды выполняет свою роль (следом за воспитателем пса изображают сами дети).

**Упражнение «Слепой – Поводырь»**

Цель: Развитие сплоченности, невербальных способов общения.

Проведение: Группа делится на две команды – «поводырей» и «слепых». Задача «слепого» – закрыть глаза и найти в группе «поводыря». Для этого необходимо двигаться по помещению с закрытыми глазами в полной тишине. Первый, с кем столкнется «слепой», и станет его «поводырем». Главное – невербальное взаимодействие. Отметим, что выбор может быть сознательным, если все участники разделяются на пары по обоюдному желанию. Однако для сравнения ощущений полезно повторить упражнение со случайно найденными «поводырями».

После смены ролей и повторения упражнения в различных вариантах участники сначала в парах, а затем в группе обсуждают происходившее.

**Упражнение «Радуга»**

Упражнение можно использовать на тренингах, посвященных самопознанию, самопрезентации, знакомству участников друг с другом (например, при включении новичков в коллектив).

Материалы: краски, кисточки, ватман.

Инструкция: «Каждый из нас помнит, как прекрасна радуга, как мы радуемся, когда удается ее увидеть. Давайте представим, что сейчас чудесный летний день. Только что прошел теплый дождь и светит яркое солнце. В небе раскинулась яркая красивая радуга. Сейчас у нас появится возможность лучше узнать друг друга и поделиться позитивными ассоциациями, приятными воспоминаниями. Я прошу каждого из вас по очереди выходить к доске с ватманом и рисовать красками небольшую радугу. Нарисовав одну полосу, нужно ответить на вопрос: Что я особенно люблю в себе и в своей жизни из того, что ассоциируется с этим цветом. На каждый цвет радуги – короткий импровизированный рассказ. Следующий участник рисует свою радугу на этом же листе ватмана».

Упражнение занимает довольно много времени, поэтому при его дефиците можно дать участникам задание нарисовать одну общую радугу, (или 2 радуги, в зависимости от числа участников в группе). В этом случае каждый участник сообщает ассоциацию на один цвет радуги. Цвета распределяются либо по расположению участников в кругу, либо по желанию участников.

**Упражнение «Кочки»**

Описание: Каждому участнику выдается листок бумаги А4. Все собираются на одном конце комнаты и ведущий поясняет, что впереди – болото, листы – это кочки, все участники – лягушки, а ведущие – крокодилы. Задача группы – не потеряв ни одной лягушки, добраться до противоположного конца комнаты. Наступать можно только на кочки. Крокодилы могут топить (забирать) оставленные без присмотра кочки. Наступать можно только на кочки. Если лягушка оступилась, или не все лягушки смогли перебраться на другой берег, потому что не осталось кочек, то выиграли крокодилы, и игра начинается сначала.

Обсуждение: Обсуждение в общем кругу. Участники рассказывают, что помогало или, наоборот, мешало выполнению задания. Что чувствовали те лягушки, которые шли первыми, а что чувствовали те, кто замыкали цепочку.

Психологический смысл упражнения: Развитие коммуникативных навыков, сплоченности членов группы; Осознание важности этих качеств для эффективной работы группы; Развивает умение идти на уступки, сотрудничать и действовать сообща.

**Упражнение «Шарики»**

Описание: Участники, объединившиеся в тройки, получают задание: сначала как можно быстрее надуть 3 воздушных шарика, а потом добиться, чтобы они лопнули, зажав их между своими телами. При этом нельзя наступать на них, использовать какие-либо острые предметы, ногти, детали одежды.

Психологический смысл упражнения: Сплочение, ломка пространственных барьеров между участниками.

**Упражнение «Тропинка»**

Дети делятся на две команды с одинаковым количеством учащихся. Каждая команда берется за руки, образуя два круга, и по сигналу ведущего начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока не прекратится музыка (пауза в музыке через разное количество тактов: 6, 12, 18 и т.д.). После чего ведущий дает задание, которое выполняется обеими командами. Если ведущий говорит: «Тропинка!», участники каждой команды, становясь друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего, приседают, наклоняя голову чуть-чуть вниз. Если ведущий говорит: «Копна!», все участники игры направляются к центру своего круга, соединив руки в центре.

Если «Кочки!», то все участники игры приседают, положив руки на голову. Эти задания чередуются ведущим. Кто быстрее выполнит задание, тот получит очко.

**Упражнение «Рукавички»**

Для занятия нужны вырезанные из бумаги рукавички с различным незакрашенным узором. Количество их пар должно соответствовать количеству пар участников. Каждому ребенку дается одна вырезанная из бумаги рукавичка, и детям предлагается найти свою пару, т.е. рукавичку с точно таким же узором. Когда пара одинаковых рукавичек встретится, дети должны как можно быстрее и (главное!) одинаково раскрасить рукавички. Каждой паре дается только три карандаша разного цвета.