

## **Игры на сближение формирование коллектива**

### **ГОМЕОСТАТ**

Эта игра помогает осознать силу группового единства. По команде ведущего все участники выкидывают на пальцах какое-либо число. Можно провести несколько тестов ещё. *Варианты:* по команде все начинают показывать друг на друга. Выигрывают те, кто оказался парой. Или все прыгают в одну сторону. Выигрывает большинство тех, кто прыгнул на одинаковый градус. За весёлым соревнованием стоит отработка «чувства плеча», умения предугадывать каждый шаг своего партнера.

### **ПАРЫ**

Каждая пара берет по одному листку бумаги, встает лицом друг к другу и, прижимая лист лбами с двух сторон, руки заводит за спину, в таком положении пары должны произвольно передвигаться по помещению (*можно под музыку*). Разговаривать нельзя. Главная задача участников – найти каналы интуитивного понимания партнера, которое всем нам необходимо в жизни среди людей.

### **ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА**

Все участники прогуливаются по комнате, ведущий выкрикивает фразу, сообщающую об опасности. Например: "Внимание!". На вас напали пещерные львы (хулиганы, римские легионы, вирусы гриппа, маленькие зелененькие человечки, угрызения совести, зевота и т.п.) После сигнала опасности участники игры должны собраться в тесную группу, спрятав слабых в середину, а затем произнести фразу: «Дадим отпор... (пещерным львам и т.п.) Потом группа опять разбредается по комнате и игра продолжается.

### **МУХА**

Все участники воображают перед собой квадрат, разделенный на 9 клеток. В центре находится муха, движением которой мы будем по очереди управлять. Своим приказом её можно перемещать либо по оси «вверх-вниз», либо по оси «вправо-влево» на одну клетку. Ходы делаем по очереди, и проигрывает тот, после чьего хода муха окажется выведенной за пределы игрового поля. Нельзя делать «обратные ходы».

### **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. *Вариант того же:* кладется два покрывала, задача – всем разместиться, не падая и не заступая за эти покрывала. Затем задача усложняется: покрывала складываются вдвое, втрое и т.п. В середине упражнения кого-то поражает глухота, слепота, немота. При обсуждении говорится, что каждый сделал для того, чтобы другие не упали, о чем он думал (о себе, о других, ни о чем) и т.д.

### **ПРИСОЕДИНИСЬ К ДРУГОМУ**

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 приготовиться 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. Данное упражнение вызывает интерес ребят к различным формам выражения чувств, в том числе через рукопожатие.

### **ИСПОРЧЕННЫЙ ВИДЕОМАГНИТОФОН**

Участники садятся в круг. Дается задание – передать эмоциональное состояние, используя только невербальные средства. Состояние передает один участник следующему по кругу. Остальные сидят с закрытыми глазами. Когда каждый из группы получил и передал состояние, первый передающий сопоставляет то, что он получил, с тем, что передавал. Зачастую бывает, что начинают передавать удивление, возвращается гнев и т.д. Начинаящий передавать состояние отмечает, кто из группы наиболее достоверно его воспринял, а где произошел сбой. После этой игры у участников возникает желание понять, что такое невербальное отношение, как расшифровать и понимать других по позе, жестам, выражению лица.

### **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.

### **ИГРА В ПРЯТКИ**

Участники игры рассаживаются в разные места комнаты и изображают, что прячутся. Один из участников говорит: «1,2,3,4,5 – я иду искать!» Он идет по комнате и делает вид, что никого не замечает. Он подходит к одному – из спрятавшихся, говорит: «Это ... (имя) Я нашел его, потому что была заметна какая-нибудь присущая ему черта». Например, «Я нашел его, потому что ударился о твердость духа», или «Я нашел его, потому что меня окатил бьющий из него фонтан идей». Затем нашедший прячется, а найденный идет искать, и так игра продолжается.

### **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 или т.п., но повторяться нельзя). По окончании ведущий «радует» оставшихся. 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.

### **КЛОУН**

Для проведения этой игры необходимо разделить на 2-3 команды и приготовить 2-3 коробки спичек. Точнее нужен не весь коробок, а только верхняя его часть. Внутреннюю, выдвигающуюся часть вместе со спичками можно отложить в сторону. Для того чтобы начать игру, все команды выстраиваются в колонну, первый человек надевает коробок себе на нос. Суть игры заключается в том, чтобы как можно быстрее передать этот коробок с носа на нос всем членам своей команды, руки при этом должны быть за спиной. Если у кого-то коробок упал, команда начинает процедуру заново. Соответственно выигравшей считается та команда, которая закончит передачу коробка быстрее. Недостатка смеха в этой игре не будет!

### **ЯБЛОЧКО**

Эта игра опять же связана с передачей предмета двумя или несколькими командами. Этим предметом будет яблоко, и держать его нужно будет, зажав между подбородком и шеей. Руки за спину, итак... Начали! Если у вас не оказалось под рукой яблока, то с таким же успехом можно воспользоваться апельсином или теннисным мячом.

## **САНДАЛИК**

Для этой игры нужно организовать не меньше трёх команд. Команды выстраиваются в колонны, расположенные на одной линии, предварительно разувшись. После того, как команды построятся, вожатый собирает всю обувь ребят, сваливает её в кучу и перемешивает. Предлагается инструкция: «Это небольшая весёлая эстафета. Сейчас по очереди каждый из участников должен подбежать к этой куче, обуться в свою обувь и в обуви добежать до своей команды, передав эстафету следующему. Выигрывают умеющие быстро обуваться!»

## **ТУКАН**

Тукан – это рыба, которую рыбаки часто сушат, нанизывая на длинные верёвки. Сейчас мы, подобно тукану, будем «нанизываться» на длинную, около 15 м. длиной верёвку, на одном конце которой привязана сосновая шишка. Эту шишку все члены команды должны продеть через всю одежду сверху вниз, передавая шишку друг другу по очереди. Естественно, выигравшей считается та команда, последний участник которой первым из всех команд вытащит из штанины брюк сосновую шишку с пятнадцатью метрами верёвки, привязанными к ней.

## **КЛУБОК**

Та же самая верёвка связывается в кольцо. Водящий выходит из комнаты или отворачивается, а остальные, держась двумя руками за верёвку, запутываются, образуя живой клубок, который водящий должен распутывать. Его задача – снова образовать круг.

## **ПРИВЕТ**

Цель: сближение участников группы друг с другом и привнесение в совместную работу элемент дружеских отношений.

Инструкция (слова ведущего): 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. Когда все поздоровались друг с другом и группа привыкла к этому ритуалу. Вы можете запустить второй круг - с другим приветствием, например: «Как хорошо, что ты здесь», или использовать игру в конце занятия со словами «Спасибо» С тобой было так хорошо работать!»

## **ОБЪЕДИНЕНИЕ**

Цель: понять, что объединяет людей.

Инструкция: Группа рассаживается в комнате. Один из участников выходит на середину комнаты или круга, он становится ведущим. Он выбирает несколько участников из группы и просит встать рядом с ним. После этого, оставшиеся игроки должны угадать, по каким признакам ведущий отобрал себе команду (что их объединяет). После того, как признак отгадан, человек, отгадавший занимает место ведущего.

### **ПУТАНИЦА**

Цель: повысить тонус группы и сплотить участников

Инструкция: 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 другого партнера по рукопожатию. И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться в круг, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить тем, что запретить всякое словесное общение.

### **ЕДИНЕНИЕ**

Цель: концентрация своих действий с действиями другого человека

Материалы: монетки

Инструкция: Участники разбиваются на пары и садятся за стол. У каждой пары в руках должны быть монеты одинакового достоинства, и как можно большего размера. Партнеры одновременно раскручивают свои монеты, стараясь, чтобы они остановились в одно и то же время, чтобы при падении обеих монет можно было услышать только один звук. Игрокам предоставляется неограниченное время для достижения синхронности действий. Когда определенный результат достигнут, можно попробовать проделать то же самое, но в тройках. Также можно провести своеобразный чемпионат по синхронному вращению монет. В конце упражнения участники делятся опытом, как добиться синхронности действий.

### **МАГНИТ**

Цель: установление доверительных отношений

Инструкция: Участники закрывают глаза и осторожно двигаются по помещению по произвольным траекториям. По команде ведущего «Магниты отталкиваются», участники при касании друг друга, продолжают движение в противоположном направлении. После команды ведущего «Магниты притягиваются», участники, коснувшиеся друг друга продолжают движение вместе.

### **ИЩИ И НАЙДИ**

Цель: развитие доверительных отношений в группе

Инструкция (слова ведущего): «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 найти потом даже с закрытыми глазами. У вас есть 2 минуты, чтобы увидеть и запомнить, как выглядит ваш партнер: какая у него одежда, прическа, форма рук, ширина плеч, обхват талии. Запомните как можно больше деталей, характеризующий 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 очень 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 его по 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.

## **СТОЛ**

Цель: формирование навыков взаимодействия

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

## **ШАРИКИ**

Цель: снятие напряжения, развитие взаимопонимания, взаимодействия

Материалы: воздушные шары

Инструкция: Группа разбивается на мини группы (от 3 до 5 человек). Группы распределяются по помещению так, чтобы не мешать друг другу при выполнении заданий. Каждая группа получает воздушный шар. Задача группы: удержать воздушный шар в воздухе без помощи рук. Ведущий усложняет задание, называет ту часть тела, при помощи которой участники должны удерживать шар (локоть, голова, колени, правое плечо, и т.д.). И последнее задание: удержать шар в воздухе, не используя другие части тела. Это задание можно выполнить, если одновременно дуть на шарик.

## **ОДНА ЦЕПЬ**

Цель: дать возможность решить группе общую проблему и почувствовать себя единым целым. Исходное положение: на земле чертятся две параллельные линии, на расстоянии 6-8 метров друг от друга. Вся группа встает в шеренгу у одной линии. *Инструкция:* Группа должна пройти расстояние от одной линии до другой не разрывая контакт у щиколотки. Если

контакт нарушен, вся группа возвращается в исходное положение. После выполнения задания проводится анализ.

### **КОСТЮМ ИЗ ГАЗЕТЫ**

Цель: проверка готовности к кооперации участников

Материалы: старая толстая газета, клеящий карандаш, 5 английских булавок

Инструкция: Группа делится на команды по 3 человека. Каждая команда распределяет, кто будет «первым», кто «вторым», кто «третьим». Каждый игрок обладает специфическими ограничениями:

- «Первый» видит, разговаривает, но не может ни к чему прикасаться
- «Второй» не видит, не разговаривает, не может ни к чему прикасаться.
- «Третий» не видит, но говорит и может действовать руками.

Время выполнения задания - 15 минут. За это время для «второго» игрока нужно соорудить оригинальный костюм, прикрывающий как можно большую площадь его одежды, и достаточно надежную, чтобы продемонстрировать ее на подиуме. Газету нельзя резать ножницами, можно только рвать руками. По команде ведущего «второй» и «третий» игроки закрывают глаза (или надевают повязки), а «первый» убирает руки за спину. По возможности, команды не должны видеть друг друга в процессе изготовления костюма. Через 15 минут каждая команда демонстрирует свой костюм. После этого проводится обсуждение.

### **ОСТРОВ СОКРОВИЩ**

Цель: развитие навыков взаимодействия

Материалы: листы бумаги, ручки или карандаши на каждого участника.

Инструкция: Участники разбиваются на пары и садятся спина к спине. Они договариваются, кто из них «первый», кто «второй». «Первый» участник рисует план острова сокровищ, ландшафт, особые места, и обязательно то место, где находится сокровище. В то время, как «первый» рисует, он также рассказывает «второму», что он в свою очередь должен рисовать на своем листе, чтобы получить точную копию первого плана. На выполнение этого задания дается 10 минут. После этого проводится обсуждение работы в парах. Затем пары демонстрируют свои рисунки, и группа делает выводы эксперимента.

### **УЗЕЛКИ**

Цель: развитие навыков взаимодействия

Инструкция: Участники становятся в круг. Ведущий подает руку любому, стоящему напротив, но не соседу. Тот, подает вторую руку другому члену группы, так образуется цепочка. Последний участник подает свободную руку ведущему и круг замыкается. Далее команда должна придумать стратегию как «распутаться» не размыкая рук, чтобы снова получился круг. Во время

обсуждения нельзя производить никаких действий. Как только решение принято, группа молча выполняет задание.

### **КЛАД**

Цель: оценить потенциальную возможность возникновения конфликтов в группе.

Инструкция (*слова ведущего*): Представьте себе, 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 есть на это 5 минут. Запрещено: бросать жребий и делить вознаграждение поровну. Если вы не сумеете разделить деньги за отведенное время, их у вас конфискуют.

### **МАЛЕНЬКИЕ ЗЕЛЕННЫЕ ЧЕЛОВЕЧКИ**

Цель: диагностика отношений в группе, позиции каждого члена группы

Инструкция (*слова ведущего*): «Представьте себе, что вы выехали отдохнуть своей группой на природу. Вы находитесь на лугу. Вокруг зеленая трава, цветут цветы, летают бабочки. Чуть подальше прозрачное чистое озеро, 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 лугу: нюхать цветочки, гоняться за бабочками, греться на солнышке. А когда я закричу: «Внимание! На вас напали маленькие зеленые человечки» ваша задача сбиться в кучку, спрятав в середине самых слабых, а затем хором прокричать: «дадим отпор маленьким зеленым человечкам» В зависимости от того, как будет выглядеть группа в процессе выполнения упражнения, его можно провести несколько раз, обсуждал после каждого поведение группы.

### **МОЛЕКУЛЫ**

Группа хаотично передвигается по помещению. Ведущий кричит: "Объединяемся в группы по 3(4,5 и т.д.) человек. Остальные должны быстро объединиться, как было сказано, и крепко обняться в группах. Если после этого в играх нужно несколько микрогрупп, то можно назвать сразу нужное число.

### **САЛКИ-ОБНИМАЛКИ**

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

### **ТЕЛЕГРАММА**

Участники становятся в круг, держатся за руки. В центре круга - водящий. Кто-нибудь из игроков начинает: " Я отправляю поздравительную открытку Кате, в которой желаю ей добра". Как только произносит слова, лёгким



пожатием руки любого из соседей, "отправляет" открытку. По цепочке открытка должна дойти до адресата. Важно слегка пожимать руки друг другу, чтобы водящий не смог перехватить почту. Как только адресат получает открытку, сразу говорит слово "получил" и, теперь он, отправляет свою открытку кому-то в кругу. Отправлять можно письма, посылки, бандероли, телеграммы и т. д. Если водящий заметил, где пожимают руку, т.е. где проходит почта, тот игрок становится водящим.

### **ПОСЧИТАЙ**

Командам выдается комплект небольших карточек с написанными на них цифрами. Задача — найти сумму всех чисел и назвать результат. Выигрывает более точная команда.

### **ЧТО ТАКОЕ?**

Командам раздаются карточки с названиями 3—4-х предметов. Задача для каждой команды: после краткого обсуждения задать присутствующим вопрос о предмете, не называя его, так чтобы все остальные дали ответ. Например, что это такое?

- Удобное сиденье с подставками для рук? (Кресло)
- Жидкость, предназначенная для соединения деталей? (Клей)
- Молоко, телефон, дождь.
- Хлеб, ножницы, луна.
- Жираф, ложка, снег.
- Машина, ночь, сахар.

### **ПОКАЖИ**

Необходимо изобразить, используя всех участников команды:

- оркестр, электричку, сороконожку, зоопарк, телевизор, телефон;
- болельщиков, команда которых проигрывает, зрителей, смотрящих крутой боевик, людей в очереди за колбасой, пациентов из палаты перед операцией;
- крутых зайцев, диких поросят, одиноких волков, сумасшедших куриц;
- Пизанскую башню. Китайскую стену. Кремль, мост над Темзой;
- букву «А», «К», «Ш», «Р», «Ю»;
- картину «Медведи в сосновом бору», «Бурлаки на Волге», «Иван Грозный убивает своего сына» и т.п.

### **РУССКИЕ ПИСАТЕЛИ И ПОЭТЫ**

На листах бумаги команды в течение 2—3 минут записывают имена русских писателей и поэтов. Затем листы сверяются методом исключения. Выигрывают те, у кого фамилий останется больше.

### **МАСТЕРА ПАНТОМИМЫ**

Игрок одной команды для своих соперников должен, используя мимику,

жесты и не произнося ни звука, изобразить заданное животное, так, чтобы все догадались, кто это.

### **ВЕСЕЛЫЙ СЧЕТ**

Для проведения этого конкурса заранее заготавливается комплект карточек с цифрами от 0 до 9 на каждую команду. Команды выстраиваются в шеренгу напротив ведущего, перед которым стоят по два стула. Каждый игрок получает карточку с одной из цифр. После того, как ведущий для команд зачитает пример, игроки с цифрами, составляющими результат» выбегают к ведущему и садятся на стулья так, чтобы можно было прочитать ответ. Допустим, это был пример:  $32 + 4$ . На стулья рядом с ведущим должны сесть ребята, у которых в руках карточки с цифрами 3 и 6, так как сумма 32 и 4 равна 36. Команда, у которой получилось сделать это быстро и правильно, зарабатывает очко. Счет идет до пяти очков.

### **КТО БЫСТРЕЕ?**

Команда выполняет задания быстро и четко.

1-й вариант. Постройте, используя всех игроков команды:

квадрат; треугольник; круг; ромб; угол; букву; птичий косяк.

2-й вариант. Построиться в шеренгу по:

росту; цвету волос; алфавиту имен; размеру ноги.

### **ВЫЙТИ ПО ЧИСЛУ ПАЛЬЦЕВ**

Группа встает в шеренгу. Ведущий называет число, не превышающее количества человек группы. Сразу же из группы должно выпрыгнуть количество людей, равное названному числу. Упражнение повторяется до результата, каждый раз с новым числом. Возникает ощущение умения понимать друг друга без слов.

### **ВЫКИНУТЬ НА ПАЛЬЦАХ**

Всей группе на "раз-два-три" надо выкинуть на пальцах такие цифры, чтобы их сумма равнялась заданной ведущим. Упражнение повторяется до результата.

### **ПОСЧИТАТЬ ДО 18**

Группа должна по порядку посчитать до N (либо равное, либо большее числа участников), причем каждую цифру должен произносить только один человек. Договариваться, кто, что произносит нельзя. Как только какое-то число произносят несколько человек одновременно или долго не произносит никто, счет начинается сначала. Факультативное правило: Каждый человек должен произнести хотя бы одно число.

### **МУРАВЬИНАЯ ТРОПА**

Группа разбивается на две части и встает на длинную доску по обе стороны от середины. Задача - двум подгруппам поменяться местами. Если кто-то

наступает на землю или касается земли, упражнение начинается сначала.

### **ПЕРЕВЕРНИ КОВРИК**

Вся группа стоит на коврике. Нужно перевернуть его на другую сторону. Если кто-то наступил на пол - упражнение начинается сначала.

### **ВЕРЕВОЧКА ЗА РУКИ**

Веровочка натянута чуть ниже пояса самого высокого человека в группе. Группа стоит, взявшись за руки. Задача - всем пройти над веревочкой, не задев её. Примечание: чтобы шла групповая работа, следует либо ввести правило, что прыгать нельзя, либо ввести "слепых", "немых" людей.

### **ОСЬМИНОЖКА**

К кольцу привязаны длинные веревки, в кольцо кладется теннисный мячик. Задача - не уронив мячик, обнести его вокруг колонны (пронести над полом). Вариант: в большом кольце воздушный шарик.

### **ОРЕХИ**

Каждому человеку в группе дается грецкий орех. Нужно внимательно его осмотреть и запомнить. Затем орехи складываются в общую кучу и перемешиваются (для усложнения можно добавить еще орехов). Каждый должен найти свой орех. Более сложный вариант - то же самое с закрытыми глазами. Затем у каждого по кругу спрашивается, как он определил свой орех. На обсуждении обычно говорится, что сначала все люди кажутся одинаковыми, а на самом деле очень сильно различаются. И очень часто за жесткой, некрасивой оболочкой скрывается что-то нежное и ранимое.

### **РУКА К РУКЕ**

Водящий произносит фразу, например: «Рука к руке! Все меняются местами! – и все участники игры должны найти себе пару и соприкоснуться со своим партнером руками. Тот, кто не успел, - становится водящим. Новый водящий говорит: «Спина к спине!» (нос к носу, плечо к плечу ...)

### **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.

### **ФОТОАППАРАТ**

Группа делится на пары. Первый в паре становится фотографом, второй фотоаппаратом. Фотоаппарат закрывает глаза, фотограф подводит его к интересному месту в помещении, и слегка нажимая на его голову "делает снимки" (Фотоаппарат на секунду открывает глаза, а потом закрывает опять). Потом фотоаппарат должен угадать, в каком месте "сделаны снимки". Затем роли меняются. На самом деле упражнение имеет скрытый подтекст, о котором говорится на последующем обсуждении. Наиболее важные моменты

следующие: кто, из фотографов как вел за собой свой фотоаппарат, предупреждал ли об опасностях, думал ли о напарнике или только, о себе. Насколько фотоаппарату было комфортно со своим фотографом, насколько он доверял ему. Кому приятнее было быть фотографом (то есть ведущим), кому фотоаппаратом (то есть ведомым) и т. д.

### **ПАРОВОЗИК**

Все стоят в колонне, положив руки на плечи друг другу. Глаза закрыты у всех, кроме первого, который ведет группу через разные препятствия. Если препятствие серьезное, то лучше группу о них предупреждать. Вариант: глаза открыты только у последнего, и он говорит первому и всей группе, куда идти.

### **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.

### **МЫШЕЛОВКА**

Из группы выделяются две тройки, которые берутся за руки, встают в кольцо и закрывают глаза. Группа цепочкой проходит сквозь кольца. В какой-то момент тройки резко опускают руки - мышеловка захлопывается. Их задача не разговаривая, не трогая руками, определить количество людей, оказавшихся в кольце.

### **ОСТАНОВКА РУК**

У человека закрыты глаза. Напарник постепенно приближает к нему руку. Когда первому покажется, что чужая рука находится от него на расстоянии 1 см, нужно сказать "Стоп". Вариант - напарник подходит к человеку, стоящему с закрытыми глазами. Когда тот почувствует приближение, он должен сказать "Стоп".

### **ЧЕЛОВЕК С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ**

Окружающие по очереди прикладывают палец к его лбу. Он должен назвать пол и постараться определить имя дотронувшегося.