

ИГРОТЕКА ДЕТСКОГО ТИМБИЛДИНГА

Упражнения на знакомство участников группы

Упражнение «Прилагательное на первую букву имени»

Цель: знакомство участников группы, снятие тревожности.

Ход упражнения. Каждый участник называет свое имя в таком виде, как любит, чтобы его называли, и подбирает на первую букву своего имени прилагательное, которое как-то его характеризует, отражает какие-то особенности его характера, его индивидуальности. Например, «Я Мариночка. Я мудрая, аккуратная...» Упражнение «Я могу, я умею...» Цель: возможность познакомиться друг с другом, узнать новое об участниках группы, если прежде члены группы были знакомы. Ход упражнения. Каждый участник по очереди должен продолжить фразу: «Я могу, я умею». Работа происходит по кругу. Вопросы для обсуждения: Кто испытывал неловкость, затруднения?

- Кому показалось, что кто-то хвастается?
- Узнали ли вы что-то новое об участниках группы?
- Если фраза в упражнении была построена наоборот, были бы у вас затруднения? Почему?

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

Цель: познакомиться (если участники не знают друг друга), узнать, чем они похожи, найти приятелей по интересам.

Ход упражнения. Участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах должно быть одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам напротив фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например, тем, что живем на планете Земля, учимся в одном классе и т.д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...». Например, тем, что у нас разный цвет

глаз, разная длина волос и т.д. Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Вопросы для обсуждения: какие эмоции испытывали во время упражнения?

- что нового узнали о других?
- что интересное узнали?



Упражнение «А я еду...»

Цель: разрядка участников, расслабление.

Ход упражнения.

1 вариант.

Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников (по часовой стрелке) садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним садится на освободившийся стул и говорит: «А я зайцем». Следующий пересаживается и говорит: «А я с ...» (называет имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом. Таким образом, круг разрывается, и вся цепочка начинается заново. С каждым разом участники пересаживаются по часовой стрелке все быстрее и быстрее.

2 вариант. Участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников (по часовой стрелке) садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник, по цепочке, передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним садится на освободившийся стул и говорит: «А я зайцем». Следующий пересаживается и говорит: «А я с ...» (имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом и называет факт о себе.

Упражнение «Чужие

коленки»

Цель: развитие внимательность и навыков группового взаимодействия.

Ход упражнения. Все садятся в плотный круг, чтобы соседи могли дотянуться до коленей друг друга таким образом: правую руку на левую коленку соседа справа, а левую - на правую коленку соседа слева. Сама игра заключается в том, чтобы руки хлопали по коленкам последовательно, не обгоняя друг друга, не сбивая порядок расположения рук. Когда группа освоила хлопки по кругу, задание усложняется. Любой участник, когда очередь доходит до него, может поменять направление движения хлопков. Для этого ему необходимо хлопнуть дважды своей рукой по коленке, на которой она лежит. Тот, чья рука пропустила этот сигнал, убирает свою руку. Выбывает тот участник, который ошибся дважды. Однако это условие может быть изменено следующим образом: выбывший участник выбывает не навсегда, а пропускает один круг. Также в качестве усложнения можно



ввести следующее правило: выбывшие члены группы переходят со своими стульями (или просто садятся на корточки) в центр круга, где образуют свой внутренний круг. Там игра начинается снова, а выбывшие оттуда превращаются в зрителей. Два круга сосуществуют одновременно, и игра становится еще более эмоциональной. Допустившие ошибку могут оставаться в игре по согласованию с группой.

Упражнение «Постройтесь по росту!»

Цель: преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Ход упражнения. Участники становятся плотным кругом и закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться в ряд по росту с закрытыми глазами. Когда все участники найдут свое место в строю, надо дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: игра имеет несколько вариантов. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных, разумеется, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т.д.

Вопросы для обсуждения: удалось ли группе это сделать?

- что помогало? Что поддерживало?
- какие эмоции испытывали во время упражнения?•

Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»

1 вариант

Цель: разогрев группы, раскрепощение участников тренинга, удовлетворение потребности получения информации о других членах группы и подачи информации о себе. Ход упражнения. Участники сидят в кругу, а один стоит в центре и говорит фразу: «Поменяйтесь местами те, кто...», указывая какое-то качество, присущее ему самому. Те, кто обладают тем же качеством, меняются местами. Если участник встал со стула, то обратно на свой стул садится он уже не может. Задача «ведущего» – занять свободное место. Тот, кто остался без стула, становится «ведущим».

2 вариант

Цель: активизация участников группы.

Ход упражнения. Участники сидят в общем кругу. Ведущий просит встать и найти себе



новое место в кругу всех тех, кто обладает определенными характеристиками, например: имеет светлые волосы;

- имеет пуговицы на ботинках;
- считает себя добрым;
- в черных туфлях;
- любит играть в теннис;
- любит собак;• любит болтать по телефону;
- кто любит красный цвет;
- кто любит мороженое;•

у кого есть дома собака (кошка);

- кто любит ходить в кино.
- кто любит петь;
- кто любит танцевать;
- кому сколько лет;
- кто первый раз участвует в тренинге;
- любит ли читать фэнтези;
- любит ли смотреть телесериалы;
- любимый вид спорта (волейбол, баскетбол).

• Пока участники меняются местами, ведущий занимает один из освободившихся стульев. Участник, оставшийся без стула, становится ведущим. Игра продолжается 5-10 минут (до тех пор, пока группа не придет в активное работоспособное состояние).

Вопросы для обсуждения: Как вы себя чувствуете?

- Что нового вы узнали о себе (или других) выполняя это задание?•



Подготовила: воспитатель МБДОУ № 2 г. Невинномысска Евгения Викторовна Тимохова