

## ИГРЫ НА ЗНАКОМСТВО ГРУППЫ

### «Математика»



Сидящие по кругу называют цифры от одного до пяти. Каждый пятый вместо того, чтобы сказать «пять», называет свое имя и встает (он больше не участвует в игре). И так далее, пока каждый не представится.

### «Рассказы в тройках»



Студенты разбиваются по тройкам и в течение 2 минут рассказывают друг другу о себе все, что успеют. Затем тройки меняются, и повторяется та же деятельность. После этого группа садится в круг и обсуждает наиболее запомнившиеся факты и истории из жизни одноклассников, с которыми успел познакомиться. При этом обязательно сначала назвать имя и фамилию человека, о котором будет идти речь.

### «Я не умею»



Группа садится кругом (так чтобы все друг друга видели) и по очереди рассказывает о себе, начиная со слов: «Я не умею...» Куратор после высказывания студента может задать возникшие вопросы. После того как выступили все студенты, могут задавать вопросы все желающие (тем, к кому они появились во время проведения упражнения). Задача куратора наблюдать и анализировать выступления. Кто-то из студентов действительно старается быть искренним, признаться в своих неумениях (которые часто означают, что человек желает этому научиться), а кто-то постарается показать себя с лучшей стороны, не желая раскрываться перед малознакомыми однокурсниками (соответственно, высказывания «Я не умею стирать» и «Я не умею лгать» явно отличаются по информационной нагрузке). Задача куратора – организовать свободный, интересный диалог.

### «Приседалки»



Группа встает в круг. Задача студентов называть по очереди свои имена и приседать. При этом нельзя называть имена стоящим подряд (стоящим рядом) и через одного студентам. В случае одновременного произношения имен или нарушения правил чередования игра начинается сначала. Продолжается до тех пор, пока задание не будет выполнено правильно.

## ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ, ДОВЕРИЕ, КОМАНДНУЮ РАБОТУ, ЛИДЕРСТВО

### Упражнение «Автопортрет»



Участники сидят за столом, каждому участнику ведущий выдает игровой листок (лист А4, согнутый пополам, нижняя половина каждого листа согнута на полоски по количеству участников).

Задание каждому участнику – нарисовать на верхней половине игрового листка (не согнутой на полоски) свой автопортрет, не подписывая его. Время на выполнение: 5 минут.

1. По истечении времени на выполнение участники сдают автопортреты ведущему.
2. Ведущий перемешивает их и раздает участникам в произвольном порядке.
3. Каждый участник пишет на самой нижней полоске под автопортретом, какая, на его взгляд, профессия подходит человеку, нарисованному на портрете. Время – 1 минута.
4. После этого участник загибает полоску, на которой писал, на обратную сторону игрового листка и передает его по кругу.
5. Участникам нельзя смотреть на предыдущие записи.
6. Участники, получившие свой автопортрет, также заполняют полоску.
7. Когда портреты «обошли» весь круг, ведущий собирает их. Затем участники разбирают автопортреты.
8. По желанию каждый участник может высказаться о надписях под своим автопортретом, показать их другим участникам.



### «Маятник»

Группа стоит в плотном кругу. В центре в расслабленном состоянии стоит один из студентов. Он начинает падать в какую-либо сторону, не сгибая колен. Группа ловит его и передает в другую сторону. Важно, чтобы стоящие в кругу занимали удобное положение для поддержки «маятника»: правая нога вперед, левая сзади в упоре, руки ладонями вперед. От группы требуется большое внимание и аккуратность, необходимо помогать другу, ловить и передавать стоящего внутри круга. Группа должна работать совместно так, чтобы «маятнику» было комфортно и безопасно.

Примечание: физически сильные и слабые студенты должны чередоваться.

## ИГРЫ НА ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ГРУППЕ (ВЫЯВЛЕНИЕ ЛИДЕРА, СПЛОЧЕНИЕ)



### «Веревочка»

Все игроки стоят по кругу, крепко держа друг друга за руки «замком». Между первым и вторым студентами висит веревочка со связанными концами. Второй участник, не разнимая рук с первым, должен продеть через себя веревочку, как обруч. Веревка теперь находится между вторым и третьим студентами, потом третий повторяет действия второго и так далее по кругу. Главное: во время проведения веревки через себя участники не должны разнимать рук. Длина веревки – 1 м.



### «Слепые фигуры»

Студенты встают в круг и берутся за руки. Им предлагается закрыть глаза и всем вместе, не расцепляя рук, построить квадрат. После того как студенты решат, что квадрат готов, ведущий просит их открыть глаза и посмотреть, что у них получилось. Если они не довольны увиденным, то вновь закрывают глаза и продолжают выполнять задание. Затем таким же образом можно построить прямоугольник, треугольник, равнобедренный треугольник и т.д.

Можно использовать веревку со связанными концами, за которую берутся все студенты группы.



### «Глаза в глаза»

Группа садится вокруг так, чтобы было хорошо видно каждого, руки кладут под ягодицы. Молча, не употребляя мимики лица, одними глазами необходимо найти себе пару (нельзя "договариваться" с соседями и с теми, кто сидит через одного). По сигналу ведущего все встают и подходят к своей паре. Скорее всего, сразу не все смогут "договориться глазами", поэтому упражнение повторяется, но при этом студенты рассаживаются на другие места в круге. Игра продолжается до тех пор, пока у каждого не будет своей пары.

## ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ ГРУППЫ, СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ



### «Круг знакомств»

Участники встают в круг. Один из игроков делает шаг в центр, называет свое имя, показывает какое-то движение, жест, характеризующий его, затем возвращается снова в круг.



### «Построитесь по росту»

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

Примечание: эта игра имеет несколько вариаций. Можно предложить построиться по цвету глаз, по цвету волос.

## «Два зеркала»



Все ребята выстраиваются в линию в одной части площадки, напротив, лицом к ним встает один из участников – «немое зеркало». Перед всеми участниками, лицом к немому зеркалу встает «говорящее зеркало». Потихонечку, по одному каждый из членов группы подходит к спиной стоящему «говорящему зеркалу», а «немое зеркало» должно объяснить жестами и мимикой этого человека. «Говорящему зеркалу» необходимо отгадать, кто подошел. Постепенно участники упражнения меняются местами, так чтобы каждый участник попробовал себя в главных ролях. Затем упражнение анализируется, кто что чувствовал, узнал ли кто-то что-то новое о себе.

## ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ИГРЫ

### «Ребенок. Родитель. Ровесник»



Упражнение помогает выяснить положение каждого студента в данной группе относительно остальных, а также общую степень доброжелательности в коллективе.

Студенты встают в круг. Выбирается желающий участвовать первым. Он закрывает глаза, остальные по очереди подходят к нему и пожимают руку. Руководствуясь только своими ощущениями, студент говорит, кто ему пожимает руку: «ровесник», «ребенок» или «родитель». Куратор в это время фиксирует ответы. Затем данная процедура повторяется для каждого студента в группе.

Примечание: «Родителей» чаще называет те, кто чувствует себя в данном коллективе неуверенно («ребенком»). «Детей» чаще называет человек, чувствующий свое превосходство над другими. Рукопожатия «ровесников» чувствует тот, кому в коллективе комфортно, он находится среди единомышленников, среди людей своего уровня, возраста, круга.

Перед началом игры необходимо сказать студентам, что, то, как назвали их во время рукопожатия, ничего не значит, имеют значение только ощущения стоящего в круге.

### «Королевство»



Цель игры: через взаимодействие в ситуации интерактивной игры сделать видимыми и понятными для участников отношения внутри команды.

В захватывающей игровой форме, снимающей барьеры и дающей возможность широкого взаимодействия участников, выстраивается динамическая неформальная структура коллектива. Каждый участник получает опыт управления собой и другими, осознает степень своего влияния и место в группе.

В ходе игры участники осознают:

- степень притязаний каждого члена группы на лидерство;
- распределение ролей внутри группы (неформальные лидеры, их сторонники, оппозиция, аутсайдеры);
- уровень допустимой агрессии, терпимость к инакомыслию, возможность выражения своих желаний и намерений в группе, конкуренция и взаимопомощь;
- подгруппы внутри коллектива и их влияние на процесс в целом;
- общий уровень групповой сплоченности.

Ход игры

Для начала предлагается всем участникам встать в круг, посмотреть друг на друга, попытаться расслабиться, необходимо создать условия, чтобы участники вели себя естественно.

Ведущий объясняет участникам, что отныне они живут в государстве-королевстве и им необходимо избрать короля: кто хочет им быть? (человек, первый поднявший руку, и становится королём). Это фиксируется на бумаге. Король выбирает себе место, где он будет находиться и восседать.

Затем Король выбирает, какие 4 министерства будут существовать в его королевстве, кто эти министерства будет возглавлять и где эти люди будут находиться относительно комнаты.

Выбранные 4 министра выбирают себе по 2 заместителя, оглашают, за что данные люди будут отвечать и где находиться относительно комнаты.

Каждый из заместителей выбирает себе по 1 заместителю, оглашает их функциональные обязанности и располагает относительно комнаты.

Таким образом, сформировалось 4 эшелона власти.

1. Король.
2. Министры.
3. Заместители министров.
4. Заместители заместителей министров.

Роли распределены, каждому из участников даётся возможность сделать два хода.

1-й ход: каждый из участников обменивает двух людей в группе должностями, если он считает, что кто-то не достоин данной роли и есть человек более достойный. Сам меняющий остаётся на своём месте, пока его не поменяют. Каждый имеет право сделать лишь один ход. После того как все сделали ходы, получившиеся результаты фиксируются на ватмане.

2-й ход: каждый из участников сам меняется той должностью, которую бы ему хотелось занять вплоть до должности короля. Участник может сделать лишь один ход. Данные фиксируются на бумаге.

Таким образом, в конце тренинга делается анализ, кто с какой должности начинал, и кто какой должностью закончил.

Далее каждый высказывается о впечатлениях, которые он испытывал в ходе данного тренинга. Также разговор можно вынести на тему лидерства: кто считает себя лидером? Кто такой лидер?