**Игры для проведения занятий в тренинге.**

**Данные игры можно предложить родителям для организации досуга с детьми или семьей и при необходимости коррекции возникшей поведенческой проблемы. Классный руководитель может использовать данный материал для организации совместных тренингов детей и родителей на родительских собраниях, праздниках или при проведении необходимых коррекционных занятий в классе.**

**Игры для установления контакта.**

**1. «КОМПЛИМЕНТЫ»**

Стоя в кругу, дети и родители берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу. Упражнение проводится по кругу.

Рекомендации:

1.  Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово.

2.  Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрустит его сосед, скажите комплимент сами.

**2. «УЛЫБКА»**

Сидящие в кругу берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят ему молча самую добрую улыбку (по очереди).

**3. «ЗНАКОМСТВО»**

Начните, пожалуйста, ходить по комнате и здороваться с каждым за руку. При этом вы говорите простые слова: «Привет! Как твои дела?» Говорите только эти простые слова и больше ничего. Но в этой игре есть одно простое правило: здороваясь с кем-то из участников,  вы можете освободить 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.

**4. «ПАУТИНА»**

 Упражнение выполняется стоя, в кругу. Вам понадобятся разноцветные клубки шерсти или толстые мотки веревки, маленькие кусочки картона 4х6 см и небольшие подарки для каждого из игроков. Число участников – от 4 человек. Для каждого игрока отрежьте от мотка куски нитки или бечевки длиной примерно 6–8 метров. Если нити будут разноцветными, ваша «конструкция» получится веселой и красивой. Кроме того, это поможет самым маленьким игрокам распутать паутину. Для усложнения задачи можно использовать одноцветные нитки. На один конец каждой нити прикрепите табличку с именем игрока, а на другой – подарок для него. Теперь вы должны «соткать паутину», протягивая нити через всю комнату.

Другие варианты игры:

-поздороваться, используя вежливые слова;

-высказать свое пожелание, совет, просьбу и т.д.

**Игры для снятия страхов**  **и повышения уверенности в себе**

**1. «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ЛИСТУ БУМАГИ»**

Для игры вам понадобятся ватман и краски. Можно играть в группе детей или вдвоем со своим ребенком. Вы предлагаете: «Сегодня мы все вместе отправимся в путешествие по… листу бумаги. Каждый из вас внесет свой вклад в создание общей картины. Один за другим мы будем выходить   и рисовать какие-нибудь линии. При этом следует придерживаться одного *правила*: нельзя отрывать кисточку (маркер) от бумаги. Как только человек оторвал руку от бумаги – это сигнал того, что он закончил. Кроме того, каждому из нас дается ограниченное время, примерно 10 секунд. Дольше этого рисовать никто не может, но если кто-то сможет уложиться в меньшее время – то это хорошо. Лучше, если мы будем работать быстро, не оценивая свои результаты.

И еще одно: нарисованные нами линии могут пересекаться, мы можем выбирать маркеры разных цветов, можем рисовать все, что хотим. Но помним при этом – как только кисточка (маркер) перестанет касаться бумаги, мы должны будем вернуться на свое место»

**2. «ШАГ В ПРАВИЛЬНОМ НАПРАВЛЕНИИ»**

Вы должны будете ответить на 30 моих вопросов, причем, если вы даете правильный ответ на вопрос, то я делаю шаг вперед, если же ответ не верен, то я делаю шаг назад. Я начинаю от двери. Я хотел(а) бы пересечь всю комнату и вернуться обратно. Фактически я становлюсь пешкой, которую ваши ответы двигают туда или сюда. Посмотрим, куда, в конце концов, я приду.

Я был (а) бы очень рад(а), если бы в конце игры я снова стоял(а) здесь, у двери.

Вопросы могут касаться учебного материала или межличностных отношений.

**3. «МЫШЬ И МЫШЕЛОВКА»**

Необходимое количество играющих – 5-6 человек. Все встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, плечами и обнимаются за пояс – это «мышеловка» (или сеть). Водящий – в кругу. Его задача – всеми возможными способами вылезти из «мышеловки»: отыскать «дыру», уговорить кого-то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться из создавшейся ситуации.

**Предупреждение:**

1.  Взрослый следит, чтобы ноги «мышеловки не пинались, не делали больно «мышке».

2.  Если взрослый замечает, что «мышонок» загрустил и не может выбраться, он регулирует ситуацию, например: «Давайте все вместе поможем «мышонку», расслабим ножки, руки, пожалеем его».

**4. «НЕВАЛЯШКА» (другое название «ОПОРА»)**

Необходимое количество участников – трое, желательно родители и ребенок, либо один взрослый и двое детей. Двое встают на расстоянии 1 метра лицом друг к другу. Ноги ставятся устойчиво, делается упор на одну. Руки выставлены вперед. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему дается команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!» Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперед, там ребенок встречает снова выставленные руки. Подобное покачивание продолжается в течение 2-3 минут, при этом амплитуда раскачивания может увеличиваться.

Анализ: Что было легче делать: опираться или удерживать?

Если эту процедуру сравнить с процессом общения, какие мысли возникают?

**Предупреждение:** дети с сильными страхами и робостью могут выполнять упражнения с открытыми глазами, амплитуда раскачивания может быть сначала минимальной.

**5. «НАРИСУЙ СВОЙ СТРАХ»**

Ребенку предлагают нарисовать свой страх. Обычно это происходит после какого-то сна или испугавшего ребенка случая. После того, как ребенок нарисует свой страх, задайте ему вопросы по поводу того, где он живет, насколько он страшен, какой у него характер, что в нем хорошего, что плохого, боится ли он сам чего-нибудь (имеется в виду сам страх), почему он боится. Обычный вывод бывает таков, что страх сам чего-то боится и он одинок потому, что с ним никто не дружит. Предложите ребенку нейтрализовать страх на рисунке. Может быть,  нарисовать ему друзей или раскрасить яркими красками, или дорисовать яркие крылья, как у бабочки. Обсудите с ребенком, какие преимущества теперь есть у страха. Договоритесь с ребенком, что нужно делать или говорить, если страх опять появится.

**6. «ХУДОЖНИКИ-НАТУРАЛИСТЫ»**

Для игры вам понадобятся большие листы ватмана и краски. Предлагается нарисовать картину сначала пальчиками рук, затем пальчиками ног или всей стопой. Затем можно рисовать любой частью тела. Главное ограничение – это страх самих родителей.

**7. "БРОУНОВСКОЕ ДВИЖЕНИЕ"**

Все участники стоят в кругу. Закрыв глаза, все начинают двигаться произвольно в разных направлениях; разговаривать нельзя; по хлопку ведущего  останавливаются и открывают глаза.

Снова закрывают глаза и проделывают ту же процедуру,  но при этом еще издают жужжание; по хлопку останавливаются и открывают глаза.

Анализ упражнения - ответы на ряд вопросов.

Какие чувства возникают в первом и втором случае?

Что мешало движению?

Что помогло не сталкиваться?

Наиболее частыми бывают  такие ответы: а) "преобладает чувство тревоги, страха"; б) "возникают ощущения неловкости". Следует сравнить ощущения в ходе упражнения с ощущениями, когда участники попадают в новые компании, непривычные ситуации. Такое сравнение  помогает понять и сформулировать причину тревожности и страха в общении. Неудач больше у тех, кто концентрирует внимание в большей степени на себе, чем на окружающих.

**Игры для развития коммуникабельности, на сплочение коллектива.**

**1.«СЕКРЕТ»**

Всем участникам ведущий раздает по «секрету» из красивого сундучка (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.д.), кладет в ладошку и зажимает кулачок. Участники ходят по помещению и, снедаемые любопытством, находят способы уговорить каждого показать свой «секрет».

Рекомендации: ведущий следит за процессом обмена «секретами», помогает наиболее робким найти общий язык с каждым участником.

**2. «ПИСЬМО НА РУКЕ»**

Каждый выбирает себе партнера и становится напротив него. Тот, кто выше, должен закрыть глаза. Если дети одинакового роста, пусть закроет глаза тот, кто раньше родился. Он протягивает вперед свою руку ладонью вверх. Его «зрячий» партнер должен будет сейчас писать на ладони отдельные печатные буквы. «Слепой» игрок должен попытаться расшифровать эти буквы и сказать партнеру, что он прочитал. Прежде чем второй партнер напишет новую букву, он должен «стереть» с руки старую. Задачу можно усложнить, записывая на руке целое слово или целое предложение. Не забывайте прежде, чем написать новое слово, стереть старое.

**3. «НА ЧТО ПОХОЖЕ НАСТРОЕНИЕ?»**

Игра проводится в кругу. Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать лучше взрослому: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твое?» Упражнение проводится по кругу. Взрослый обобщает, какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, веселое, смешное, злое и т.д. Интерпретируя ответы детей, помните, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

**4. «СТРОИМ ЦИФРЫ, БУКВЫ»**

Играющие свободно двигаются по помещению. По команде ведущего: «Я буду считать до 10, а вы за это время должны выстроить все вместе из себя цифру 1 (2, 3, 5 и т.д.), букву», - дети выполняют задание.

**Замечание:** если дети справляются с заданием быстро, то можно считать быстрее, то есть сократить время построения.

Варианты игры: Необходимо изобразить, используя всех участников команды: оркестр, электричку, сороконожку, зоопарк, телевизор, телефон.

**5. «ЖИВАЯ СКУЛЬПТУРА»**

Участники свободно стоят вместе. Ведущий предлагает одному ребенку выйти и принять какую-нибудь позу, в которой ему удобно стоять. Следующего участника просят присоединиться к нему в том месте, где много свободного пространства, затем к ним (уже в своей позе) присоединяется третий. Затем выходит осторожно из скульптуры первый и смотрит на общую композицию, а четвертый занимает любое пустое место в общей скульптуре и так далее. Тот, кто давно стоит, отходит, его место занимает следующий.

**Замечание:**

1.Взрослый выполняет роль скульптора в течение всего упражнения.

2. Ведущий следит, чтобы участники не застаивались в общей скульптуре и, выходя, обязательно смотрели на общую композицию, отслеживая, на что она похожа.

**6. «РАСКРАСЬ МЕНЯ В ФИОЛЕТОВЫЙ ЦВЕТ»**

Два участника становятся друг напротив друга и представляют, что они большие птицы с сильными и мягкими крыльями. Эти птицы двигаются мягко и плавно, красиво размахивая крыльями. И вот они решили покрасить друг друга в фиолетовый цвет. Они обмакивают крылья в фиолетовую краску и выкрашивают птицу-партнера, где смогут достать. Задача птицы-партнера увернуться от прикосновений и самому раскрасить другую птицу. Красить может не ладонь, а все «крыло» – рука от кисти до плеча.

**7. «ПЕСЕНКА ПО КРУГУ»**

Ведущий выбирает вместе с детьми знакомую всем детскую песню. Затем по кругу каждый поет свою строчку. Последний куплет поют все хором.

**8. «ПОВОДЫРИ»**

Играющие разбиваются на пары. Один с закрытыми глазами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. «Поводырь» сначала медленно начинает передвигаться по помещению, «слепой» следует за ним, стараясь не потеряться, затем траектория и скорость движения увеличиваются. Упражнение выполняется 5 минут, затем пары меняются ролями.

**9. «ТРОПИНКА»**

Эту игру можно проводить как в помещении, так и на свежем воздухе. Все участники встают и становятся в затылок за ведущим. Участники идут змейкой по тропинке в затылок друг за другом, причем ведущий переходит воображаемые препятствия,  перепрыгивает через воображаемые рвы, а остальные повторяют его движения. Ведущий может меняться (он может стать в конец змейки), тогда у каждого  появляется возможность побывать в этой роли. Кто был самым оригинальным ведущим?

Интересен вариант  игры, когда все участники с закрытыми глазами цепочкой (держась за руки) следуют за ведущим. Препятствия в этом случае должны быть настоящими - поваленные деревья, ямы, деревья и т.д. Перед играющими ставится задача - не разорвать цепочку, не потерять соседа. В ходе игры у участников вырабатывается доверие друг к другу, появляется желание помочь идущему за тобой товарищу.

**Игры для укрепления семейных отношений, традиций.**

1. **«СТРОИТЕЛИ»**

Участникам-командам, раздаются заранее приготовленные задания (со словом связанным с постройкой дома: фундамент, крыша, кровля) и формы для ответов сделанные из картона в виде кирпичиков. На стенде или классной доске   висит плакат с изображением жилого дома, Задача команд, придумать как можно больше слов, которые можно предложить для крепости семейных отношений, в связи с данным словом (крепость семьи, очаг, уют, сила защиты семьи... и т.д.). Ведущие приклеивают кирпичики к изображению дома на стенде (доске). У команды давшей наибольшее количество ответов, выстроится стена из кирпичей.

Задания для групп:

 1.Предложите несколько нравственных понятий, которые составляют фундамент дома? Запишите их на кирпичиках.

2. Предложите несколько нравственных понятий,  которые составляют крышу дома? Запишите на кирпичиках.

3.Предложите несколько нравственных понятий,  составляющих кровлю? Зашипите на кирпичиках.

**2. «СЕРДЦЕ СЕМЬИ»**

Ведущий вывешивает на стенде или классной доске изображение  сердца и сообщает:**«**Это сердце счастливой семьи. Перечислите, пожалуйста, сокровища счастливой семьи» Участники( члены одной семьи) договариваются и записывают на стикерах, что, по их мнению, необходимо поместить в сердце счастливой семьи. Участники прикрепляют стикеры на «сердце счастливой семьи». Обязательно зачитываются все ответы. Проводится анализ игры.

**3. «РЕКЛАМА МОЕЙ СЕМЬИ»**

Каждая семья (группа участников) должна  каким-либо образом заявить о себе. Это может быть "объявление в газете" (несколько строчек) или "реклама на радио, телевидении". В "рекламе" или "объявлении" необходимо указать главную цель сообщения.

**4. «ХОББИ»**

Каждый участник изображает на бумаге символ своего увлечения. Разговаривать при этом запрещается. Участники должны, используя только рисунок, найти партнера, имеющего сходные интересы. Далее идет презентация друг друга с определением точности совпадения.

**5. «ЧТО ВЗЯТЬ НА МАРС»**

Ведущий предлагает участникам подготовиться к «путешествию на Марс». Возможно, по правилам игры, игрокам никогда не удастся  вернуться на Землю. Взять на Марс можно самое дорогое, что у тебя есть. Но только 3 вещи: 1 одушевленный предмет и 1 неодушевленный и 1 памятную вещь.

Анализ игры: выявляются семейные ценности, предпочтения, оригинальность решения проблемы.

**6. «УТЕШИТЬ РЕБЕНКА»**

Ведущий предлагает ребенку занять стул в центре комнаты. Ведущий сообщает: «Этот ребенок «потерялся», сейчас он начнет плакать и паниковать. Ваша задача, утешить этого ребенка »  Участники по очереди подходят к «потерявшемуся ребенку» и пытаются успокоить его.

**7. «ЗА СТЕКЛОМ»**

 Учитель или ведущий тренинга  предлагает фразу, которую родители показывают с помощью мимики и жестов своим детям,  которые их не слышат. Они за стеклом. Дети должны догадаться, что сказали родители. Затем игра проводится наоборот.

**8. «ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО, ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО»**

Участники сидят в кругу. Ведущий предлагает участникам продолжить фразу: «В детстве можно…» Если кто-то из игроков не согласен, подает звуковой сигнал (хлопает в ладоши). Предлагается другой вариант. После того, как все участники высказались, ведущий предлагает продолжить предложение: «В детстве нельзя…» Игра проводится аналогично.

**Игры и упражнения для снижения агрессии**

**1.  «ЧЕРЕПАШЬИ БЕГА»**

Это необычная гонка, цель которой заключается в том, чтобы прийти к финишу не первым, а последним. Игра требует от детей хорошей моторики, ловкости, расчета, координации движений и умения анализировать действия соперников. Игроки встают у стены в одну линию и по сигналу ведущего начинают двигаться к противоположной стене так медленно, как только могут. Запрещается просто стоять на месте. Вы должны двигаться постоянно, но очень медленно. Победителем объявляется «черепашка», пришедшая последней. Ей достается приз из коробки.

**2. «ПРИНЦ-НА-ЦЫПОЧКАХ»**

В эту игру могут играть даже четырехлетние дети. Главный персонаж – принц, который совершенно не выносит шума, поэтому все усилия будут направлены на то, чтобы сохранить у принца хорошее настроение и не шуметь. Принца зовут Принц-На-Цыпочках, потому что походка у него легкая и совершенно бесшумная. Эту роль играет один из детей.

Ведущий говорит следующее: «Все, кроме принца, расходятся по комнате, и встают в любом месте, где им понравится. Принц-На-Цыпочках прижимает указательный палец к губам и шепчет: «Ш-ш-ш, идет Принц-На-Цыпочках». Все должны замереть, а принц начинает медленно, на носочках проходить между вами. Он тихо подходит к кому-нибудь из вас и прикладывает палец к кончику вашего носа. После этого вы должны пойти за принцем, тоже абсолютно тихо и на цыпочках. Затем принц подходит ко второму игроку, прикладывает палец к его носу, и второй игрок встает вслед за первым, теперь они ходят по комнате уже втроем. Так шаг за шагом они обходят всех игроков в комнате и каждый пристраивается в конец ряда, идущего на цыпочках. Когда все игроки образовали длинную колонну, принц ускоряет шаг, и все следуют за ним в новом темпе. Затем он останавливается, поворачивается к стоящему следом за ним и тихо шепчет: «Ш-ш-ш!». Игрок, который получил этот сигнал, должен на цыпочках вернуться на то место, где он стоял и сесть там. Затем принц смотрит на следующего игрока, говорит ему: «Ш-ш-ш!» и тот тоже возвращается на свое место в комнате. Так продолжается, пока все вы не окажетесь на своих прежних местах. Тогда принц сам садится. На этом игра заканчивается»

**3. «ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС МОЖНО»**

Вы договариваетесь с ребенком о том, что у вас будет один час, когда в доме не будет ни одного звука, и все будут соблюдать «час тишины». Кроме того, будет еще один час, когда можно делать все то, что вы оговорите с ребенком, максимально учитывая его самые нереальные пожелания. Это будет «час можно». Такая договоренность позволит регулировать нежелательное поведение ребенка, предлагая поберечь силы и фантазию для «часа можно».

**Игры для родителей на родительском собрании.**

Данные игры и игровые ситуации  классный руководитель может использовать  при проведении родительского собрания, чтобы избежать монотонности. Это  прекрасная  социоигровая разминка для любой категории слушателей (детей и взрослых). Игры помогут родителям более непринужденно выполнить сложное задание.

**1. «АВТОПОРТРЕТ»**

Учитель предлагает родителям создать свой автопортрет и представить его всем присутствующим. Портрет можно нарисовать. Родители могут выбрать несколько предметов, которые представляют их как личность, как специалистов, и с их помощью представить себя окружающим.

**2. «ТРИ ПРЕДМЕТА»**

 Каждый из участников должен положить на стол три предмета, которые есть у него под рукой или в сумке. Его сосед, глядя на эти предметы, должен определить склонности и интересы их владельца.

**3. «СТУЛ ДЛЯ ВОПРОСОВ»**

Один из участников родительского собрания садится на стул в центре комнаты. Остальные участники задают ему вопросы, связанные с обсуждаемой проблемой. Тематика вопросов может быть шуточной. Об этом следует заранее договориться. Сидящий на стуле должен быстро и правильно отвечать на вопросы. В качестве арбитра и ведущего выступает учитель. Участнику необходимо как можно дольше продержаться на стуле. В случае задержки или неправильного ответа его место занимает тот, чей вопрос был последним.

**4. «КОРЗИНА ЧУВСТВ»**

Учитель предлагает «поместить в  корзину чувств»  свои переживания по теме или проблеме  собрания. Например, на первом родительском собрании в 1 классе учитель предлагает родителям:

«Уважаемые мамы и папы! У меня в руках корзина, на дне которой находятся самые разнообразные чувства, позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того, как Ваш ребенок переступил школьный порог, в Вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили все Ваше существование. Сейчас мы будем передавать эту корзину и я попрошу Вас рассказать о ваших впечатлениях за 2 первые недели обучения ребенка в школе».

**5. «ТРИ ЗЕРКАЛА»**

Участникам предлагается нарисовать себя в первом зеркале маленьким и испуганным, во втором – большим и веселым, в третьем – счастливым. В какое зеркало хочется чаще смотреться? В каком зеркале человек более симпатичен? На кого он более всего похож?

**6. «НАПИШИТЕ ЛЕВОЙ РУКОЙ»**

Учитель предлагает родителям выполнить задание: написать левой рукой, если ведущая правая, фразу: «Мы любим своего ребенка» Затем предлагается проанализировать, какие ощущения возникли во время выполнения упражнения, анализируется трудность выполнения упражнения и сравнивается с несформированными навыками ребенка, как трудно учиться новому.

**7.  «БИНГО»**

Разговаривая друг с другом, родители находят среди участников собрания людей, в чем-то на себя похожих, например: родился в феврале; любит тихие вечера; имеет большую коллекцию марок; нравится зима; любит море и т. д. Участникам нужно найти как можно больше людей, которые имеют схожие с ними качества.

**8. «ПРЕДМЕТ МОЕГО ДЕТСТВА»**

На столе раскладывают различные предметы. Это могут быть мячик, кукла, записка и др. Каждый выбирает для себя тот предмет, который связан с его детством, и рассказывает соответствующий эпизод из своей жизни.

**9. «ЗАВЯЖЕМ УЗЕЛКИ»**

 Участникам раздают нити длиной 30–40 см. Родители связывают свои нити, если у них есть что-то общее. Это может быть профессиональный аспект, семейный, внешний признак, любимый цвет, количество детей и т. д. В результате образуется одна общая нить. Далее каждый рассказывает о том, что их объединило в общую систему.

**Литература**

1. Лютова Е. К., Монина Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб., 2001

2. Тихомирова Л. Ф. Познавательные способности. Дети 5–7 лет. – Ярославль: Академия развития, 2000

3.  Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Пер.с нем. / Практическое пособие для педагогов и психологов. – М., 2002