

KLAUS W. VOPEL  
**KINDER KONNEN KOOPERIEREN**  
INTERAKTIONSSPIELE FÜR DIE GRUNDSCHULE  
BAND 1  
**iskopress**

Клаус Фопель

**Как научить детей сотрудничать?**

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

*Практическое пособие для педагогов и школьных психологов*

Часть 4 Перевод с немецкого

**Москва «ГЕНЕЗИС» 1999**

Переводчик *Дмитрий Дмитриев*

Научный редактор *Альбина Локтионова*

Художник *Виктор Топылин*

Фопель К.

Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 4.— М.: Генезис, 1999.— 160 с: ил.

ISBN 5-85297-012-1

"Как научить детей сотрудничать?" — это сборник психологических игр и упражнений. Он адресован психологам, педагогам и всем взрослым, которые думают о психическом здоровье детей, об их эмоциональном опыте, о необходимом каждому человеку умении строить конструктивные отношения с другими людьми и позитивно относиться к себе.

Проведение подобных игр с детьми младшей школы способствует развитию их "эмоционального интеллекта" и помогает педагогу создавать в классе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с учителем, облегчив тем самым процесс совместного обучения.

© 1996 by iskopress, Salzhausen © Издательство «Генезис», 1999 © Дмитрий Дмитриев, перевод, 1999 © Василий Храмов, рисунок на обложке, 1998 ISBN 5-85297-012-1 ©

Виктор Топылин, иллюстрации, 1999

*От издательства*

Уважаемый читатель!

Мы предлагаем Вашему вниманию серию книг немецкого психолога *Клауса Фопеля* "Как научить детей сотрудничать?". Серия состоит из четырех частей, и так получилось, что в России последней выходит первая часть, которую Вы и держите сейчас в руках. В 1998 году в издательстве "Генезис" были изданы три предыдущие книги серии.

"Как научить детей сотрудничать?" — это сборники психологических игр и упражнений. Они адресованы психологам, педагогам и всем взрослым, которые думают о психическом здоровье детей, об их эмоциональном опыте, о необходимом каждому человеку умении строить конструктивные отношения с другими людьми и позитивно относиться к себе. Книги написаны психологом, живущим в Германии, но прочитав Введение, Вы, вероятно, будете удивлены тем, насколько то, что автор пишет о ситуации в немецкой школе и вокруг нее, похоже на положение дел в нашей стране.

Сегодня усилия многих людей, в том числе и психолога К. Фопеля, направлены на создание школы, обеспечивающей здоровые условия для уникальных процессов, происходящих с ребенком. Для многих читателей школа была важным жизненным опытом, нередко, к сожалению, стрессогенным и неприятным. 10 или 11 лет, проведенные в школе — это целый кусок жизни, это время встреч, время завязывания отношений, время формирования самоуважения. Школа ставит человека лицом к уникальной ситуации, требующей от него прежде всего личностного развития, и очень хотелось бы, чтобы она стала как для ребенка, так и для учителя прежде всего явлением ценным и позитивным. Глубокое убеждение мое и моих коллег состоит в том, что сейчас это возможно.

Клаус Фопель давно занимается приложением открытий, сделанных разными школами психотерапии, к решению конкретных задач в различных областях жизни: образовании, менеджменте, рекламе, управлении. Экономные немцы, встречаясь с Клаусом Фопелем и желая сказать ему приятное, обязательно заметят, что потратили уже немало средств на покупку его трудов. И это правда. В личных библиотеках психологов, психотерапевтов, учителей, социальных работников, специалистов по консалтингу и рекламе я обязательно видела от пары книг до пары

полок с кни-

5

гами К. Фопеля. Наше издательство, ориентирующееся на поиск практических психологических технологий для системы образования, не могло пройти мимо трудов этого автора.

Мы с радостью представляем Вам его книги и выражаем надежду на то, что они будут Вам не просто полезны, но и доставят массу удовольствия и радости. Мы также рассчитываем, что Вы творчески подойдете к выбору, адаптации к конкретным условиям и, может быть, дальнейшему развитию предлагаемых игр и упражнений. Нам было бы очень интересно и полезно узнать о Вашем новом опыте.

Желаем успехов!

Научный редактор издания А. В. Локтионова

*Введение*

**"Как научить детей сотрудничать?"** — новый сборник интерактивных игр. Проведение подобных игр с детьми способствует развитию их "эмоционального интеллекта" и помогает педагогу создавать в классе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с учителем, облегчая тем самым процесс совместного обучения.

Естественно, мы не случайно перечислили именно эти ценности, поскольку я полагаю, что сегодня особенно важно усиливать психологические связи между детьми, развивать их способность устанавливать и поддерживать контакты, ибо все больше и больше детей страдают от одиночества и изоляции.

### ***1. Социальные и психологические изменения последнего времени***

Многие учителя считают, что и детям, и учителям сейчас приходится тяжелее, чем раньше. Они отмечают, что изменилось все: и дети, и их родители, и отношение семьи к школе. Они говорят и о том, что дети сейчас иначе общаются друг с другом.

Этому существует множество объяснений. Мы знаем, что члены семьи теперь проводят все меньше и меньше времени друг с другом, что дома люди в основном не беседуют друг с другом, а смотрят телевизор или проводят время за компьютером. Число детей, растущих "без присмотра", возросло. У многих родителей хватает своих личных трудностей, а также вредных привычек и зависимостей. В результате разводов все большее число детей живет с одним из родителей. Дети сейчас меньше занимаются спортом, многие из них нерегулярно питаются.

Часто учителя жалуются, что даже маленькие дети теперь уже не такие вежливые и "невинные", как раньше. Их грубое поведение часто повторяет увиденное на телевизионном экране. Для многих детей все труднее становится нормально взаимодействовать с другими. Они не понимают и не учитывают индивидуальных особенностей других людей, все меньше говорят о действительно существенных и важных для них проб-

7

лемах, обмениваясь лишь формальными и поверхностными замечаниями. Им с трудом удается внимательно слушать других.

Многие учителя вынуждены больше времени уделять заботе о дисциплине в классе, и, к сожалению, приходится признать, что милым и дружелюбным детям достается все меньше и меньше учительского внимания. Нередко педагоги говорят о своеобразном замкнутом круге: им приходится работать с все большим числом беспокойных детей, что вынуждает их устанавливать все более строгие порядки. Это, в свою очередь, приводит к тому, что дети чувствуют себя менее свободно и меньше общаются друг с другом и с педагогом. В результате они не имеют возможности осваивать и совершенствовать коммуникативные навыки и становятся все более агрессивными и "неуправляемыми". Тогда учителя пытаются еще сильнее вмешиваться в работу класса и ведут себя все жестче и жестче...

Изменилась и атмосфера в семьях. Родители и дети живут сейчас более интенсивной жизнью, в которой все меньше времени остается для общения друг с другом, для совместных занятий и семейных ритуалов. Многие отцы и матери гордятся тем, что зарабатывают больше денег и живут лучше, чем их родители, пережившие войну и период восстановления разрушенной страны. Вместе с тем возросшая потребность в деньгах заставляет их работать еще интенсивнее и еще больше. Если раньше семьи в основном сталкивались с внешними проблемами (нехватка денег, материальные затруднения), то сейчас более выражены проблемы внутренние: напряженные отношения, острая и резкая реакция на ошибки и проступки отдельных членов семьи. В то время как внешние проблемы нередко сплывали и укрепляли семью, внутренние напряженные

отношения ослабляют ее. Если в семье людям трудно найти общий язык друг с другом, то и распадается она легче, чем прежде.

Мы живем в эпоху, полную противоречий. И у родителей, и у детей стало больше возможностей для приятного времяпрепровождения, и в то же время они чаще жалуются на скуку. Культура все больше внимания уделяет чувствам, и в то же время мы все меньше встречаемся с сочувствием и готовностью помочь окружающим. Хотя у нас появилось немало способов экономии времени, как раз времени-то нам всегда и не хватает. У нас становится все больше социальных работников и психотерапевтов, но, несмотря на это, увеличивается число людей с серьезными психологическими проблемами.

8

На детей давят не только описанные выше изменения в школе и дома, они чувствуют, что и в профессиональной жизни происходят полные драматизма изменения. Никто не может сказать с уверенностью, что даже успешно окончив школу, он сможет работать в той области, которая его привлекает и которая соответствует полученному им образованию. Рынок труда стал придирчивым. Для многих, похоже, уже нет на нем места, а те, кто получает возможность работать, должны быть не только квалифицированными специалистами в своей области, но и обладать рядом совершенно новых социальных навыков: они должны уметь общаться с самыми разными категориями людей, быть способными работать в команде, заинтересовывать и мотивировать других.

## **2. Задачи учителя**

Предлагая детям Вашего класса интерактивные игры, Вы тем самым дарите им совершенно особое время. В ходе игр дети имеют возможность получить новые впечатления, приобретают социальный опыт и общаются друг с другом совершенно не так, как в ходе обычной школьной жизни. Обогадите ваше общение душевной теплотой, чуткостью и уважением. После проведения игры предложите детям проанализировать и обсудить полученный ими опыт. Всякий раз подчеркивайте ценность выводов, сделанных самими детьми.

Поначалу предлагайте игры сами. Чем больше дети будут с Вами играть, тем чаще они будут просить Вас провести какие-то определенные игры, которые им кажутся необходимыми именно сейчас, например: "Мы хотим такую игру, в которой можно научиться улаживать споры" и т. п.

После окончания игры учитель помогает детям выразить и обсудить свои впечатления. Выражайте заинтересованность и с пониманием относитесь к ответам детей, побуждайте их искренне и подробно рассказывать о своих переживаниях или проблемах. Для этого не нужны сложные теории или владение особыми методическими приемами. Важнее всего обычный здравый смысл, тактичность и Ваше умение, будучи взрослым, помогать детям.

Скорее всего, Вам не надо будет жестко управлять процессом обсуждения. Понаблюдайте за тем, как дети сами приходят к продуктивным

9

решениям или за тем, как они помогают друг другу при затруднениях. Помогите им понять, что их контролю неподвластно, а что они могут контролировать сами. Поддерживайте детей в формулировании доступных им конкретных целей и в активном стремлении к их достижению. Доходчиво объясните, что допустимо проявление любых чувств, но не любое поведение. Побуждайте детей искренне выражать свои чувства и при этом вести себя уважительно по отношению к другим. Радуйтесь их искренности и умению следовать принятым правилам, Вы тем самым помогаете детям соединить воедино вчерашние и сегодняшние ценности. Прежде важным считалось лишь корректное поведение, и мало кого волновало, какие чувства испытывает ребенок. В девяностые годы стало приемлемым проявление любых чувств, но в то же время общество стало сквозь пальцы смотреть на проблематичные и не всегда соответствующие социальным нормам формы поведения. На самом же деле детям необходимо научиться связывать между собой чувства и мораль, чтобы затем быть счастливыми в личной и профессиональной жизни.

Сегодня у детей, подростков и взрослых больше возможностей выбора, что осложняет взаимоотношения. Это значит, что умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится все более важным. К сожалению, многие дети ни в семье, ни в школе так и не приобретают этого важнейшего социального навыка, но хорошие учителя могут научить детей решать конфликты, слушать и понимать других, уважать чужое мнение и не в последнюю очередь — следовать социальным нормам и правилам.

Важным аспектом работы с интерактивными играми является организация времени. Детям необходимо время для прояснения своей личной ситуации и нахождения способа преодоления

трудностей. Хорошо, если учитель предоставляет детям такое время. Конечно, это непросто, учитывая перегруженную программу и 45-минутный ритм школьных уроков. Для многих детей класс — это единственное место, где они могут спокойно поговорить о своей жизни. Возможность выговориться и послушать других целебна уже сама по себе. У многих первобытных народов есть обычай организовывать так называемые "круги бесед", то есть места, где каждый член племени может изложить свое отношение к любому событию или проблеме, в то время как все остальные в это время внимательно слушают и пытаются понять говорящего. Мы следуем древней и мудрой традиции, приглашая детей сесть в круг для того, чтобы погово-

10

рить друг с другом и поделиться переживаниями, почувствовав общность многих проблем и своеобразие каждого человека.

Особенно целебен такого рода опыт для "трудных" детей, поскольку благодаря этому они видят, что педагог и одноклассники пытаются понять их и интересуются их жизнью. На это тоже требуется время. Никакой учитель и никакой ребенок не в состоянии мгновенно понять жизнь другого. Нет простых детей и детей "таких, как все", поэтому для психосоциального обучения необходимы покой и время.

Учитель может помочь детям осознать свои ценности и установить приоритеты, может также помочь им стать более терпимыми, гибкими и внимательными, испытывать меньше страхов, стрессов и чувствовать себя менее одинокими. Он может научить их простым жизненным мудростям:

- проанализируй ситуацию, в которой ты оказался, и прими решение, не позволяя себя подгонять
- взаимоотношения людей — большая ценность, и важно уметь поддерживать их, чтобы они не испортились
- не ожидай от других, что они прочтут твои мысли, говори им о том, что ты хочешь, чувствуешь и думаешь
- не обижай других людей и не давай им "потерять лицо"
- не нападай на других, когда тебе плохо.

Педагог может помочь детям найти смысл жизни. Он может помочь им ценить правду. Он может научить их простым жизненным принципам: избегай лжи и тайн, не трать больше, чем у тебя есть, научись отдыхать, доводи начатое дело до конца.

Помогая детям преодолевать трудности, мы всякий раз сотворяем своего рода чудо. Это результат совместных усилий учителя и детей, маленькое произведение искусства, в создании которого все принимают участие, подобно музыкантам одного оркестра.

### ***3. Цели, которых можно достичь, организуя интерактивные игры с детьми***

#### **Мы можем помочь детям ощутить единение с другими**

Наиболее значимой группой для детей, разумеется, является их семья. Но чем старше они становятся, тем важнее для них становит-

11

ся принадлежность и к другим группам: к классу, спортивной команде, к отряду скаутов и т.д. Многим детям трудно сконцентрироваться на учебе, если они не чувствуют своей принадлежности к школьной жизни. Нередко "плохое" поведение на уроке возникает из-за того, что ребенок ощущает себя изолированным и беспомощным, с помощью асоциального поведения он пытается привлечь к себе внимание. Чтобы научиться ощущать свою принадлежность к группе, детям, как ни странно, необходимо признание их личной истории. Они хотят показать, что они гордятся своей семьей, хотят, чтобы все обратили внимание на то, какие они, что они умеют, чему хотят научиться, каким видят свой класс.

Есть дети, которым очень трудно почувствовать свою общность с другими. Дети с низкой самооценкой, застенчивые или неуверенные в себе опасаются, что другие люди могут обнаружить их слабые стороны. Поэтому они пытаются держаться в стороне от всех. Часто у них уже есть негативный опыт и им приходится долго и постепенно учиться доверять одноклассникам и учителю. Таким детям требуется время, чтобы понять, что не только они "не такие как все", но и всякий другой человек является неповторимой личностью, имеющей не только сильные, но и слабые стороны. Не всегда дети, сторонящиеся других, происходят из трудных семей, довольно часто это просто чувствительные дети, страдающие от утрат, которые они понесли, от событий, которые драматическим образом потрясли сами основы их доверия к миру: смерть близких, развод или безработица родителей, переезды, потеря друга. В таких случаях педагогам потребуется немало терпения, чтобы вывести ребенка из ощущения изолированности и одиночества.

### **Мы можем вселить в детей надежду**

Важнейшая задача педагога — укрепить веру детей в то, что они сами могут управлять своей жизнью. Очень важно научить детей гордиться своей собственной историей и с надеждой смотреть в будущее. Надежда — это та экзистенциальная установка, которая помогает человеку пережить тяжелые обстоятельства. Когда все в порядке, надежда не нужна. Надежда дает человеку способность наслаждаться жизнью со всеми ее трудностями и поражениями, она дает детям и взрослым внутреннюю силу и целеустремленность.

### **12**

Читая эту книгу, Вы можете заметить, что надежда — это то, на чем построены многие путешествия в страну фантазии. Кроме того, надежда — это то, без чего невозможно доверие к нашей собственной внутренней, часто даже неосознаваемой мудрости. Мы можем помочь детям услышать этот тихий голос.

### **Мы можем показать детям, что значит уважение**

Хорошие учителя на своих занятиях не только заботливы по отношению к детям, но и уважительны с ними. При этом забота должна быть скорее не прямой и проявляться в каких-то действиях, направленных на то, чтобы лучше познакомиться с детьми, постепенно понять истории их жизни и не отказываться даже от тех детей, с которыми Вам трудно и тяжело. Напротив, уважение к ребенку может и должно проявляться напрямую, непосредственно, в связи с его конкретным поведением.

Уважение взрослого проявляется, например, в том, что он подчеркивает ответственность детей за свое поведение. Ребенок чувствует, что его уважают, когда его спрашивают: "Чему научил тебя этот случай?" или "Что ты сейчас чувствуешь?" и внимательно выслушивают его рассуждения на эту тему. Уважение проявляется также и в том, что учитель по возможности избегает навешивания психологических ярлыков. Как говорится, "никто не болен настолько, насколько указывает его диагноз."

### **Мы можем помочь детям ясно мыслить, исследовать и анализировать реальность**

Именно в младшем школьном возрасте детям важно научиться различать мышление и эмоции, истину и фантазию. Мы должны помочь им жить в мире реальности.

### **Можно помочь детям научиться принимать решения — самостоятельно и в группе**

Дети, так же, как и взрослые, стараются поступать правильно, но иногда они торопятся, не знают, что правильно, а что нет, и не всегда замечают все имеющиеся у них возможности. Мы можем выработать у них навык обсуждения и анализа различных вариантов ре-

### **13**

шения. Мы можем упражняться с ними в принятии справедливого группового решения. Также мы можем помогать детям видеть и понимать те возможности, которые в нашей культуре подавляются или искажаются. Например, можно обратить их внимание на то, что самый лучший подарок — это наше время и внимание, а не какая-либо очень дорогая вещь. Очень поучительно для детей, например, услышать от учителя необычное определение богатства, вроде такого: "Я полагаю, что богата та семья, которая больше других в полном составе наблюдала за закатами солнца".

### **Мы можем учить детей сочувствию**

Достичь этого можно, пробудив у детей интерес к тому, что чувствуют и как мыслят другие люди. Мы можем учить их ставить себя на место другого, понимать и чувствовать внутренний мир человека другого возраста, другой культуры или воспитанного в совершенно другой семейной традиции. Если же в классе собрались дети различных культур и национальностей, то ребенок получает еще больше возможностей развивать в себе эмпатию<sup>1</sup>). Когда дети в спокойной обстановке разговаривают о своей жизни, идет важный процесс, в ходе которого они пытаются хоть на некоторое время увидеть мир глазами другого человека. При этом мы можем донести до детей также и мысль о том, что в жизни есть множество различных способов выражения любви. Некоторые люди всю свою жизнь проводят в поисках только одного, определенного проявления любви и нигде не находят его, в то время как окружающие проявляют свою любовь к ним всеми возможными способами, кроме искомого. Поскольку все люди жаждут любви, умение видеть ее различные проявления — важная составляющая искусства быть счастливыми.

### **Педагог может помочь расцвету личности ребенка**

Если мы хотим, чтобы ребенок развивался и рос как личность, нам нельзя допускать, чтобы он ориентировался только на наши требования. Напротив, мы должны помочь ребенку следовать его собственным внутренним целям и желаниям. Обычно детям бывает легче осознавать свои личные

цели, когда они выражают их в творче-

<sup>1)</sup> Эмпатия — форма понимания другого человека путем временной и частичной идентификации с ним. — *Примеч. науч. ред.*

## 14

стве: когда они пишут, сочиняют музыку, играют на музыкальных инструментах, рисуют или ставят детские пьесы.

### **Мы можем развивать в детях открытость и мужество выражать свое отношение к другим**

Желание принадлежать к группе отчасти препятствует общению детей с ровесниками. Боясь испортить отношения со значимыми людьми, дети очень часто ведут себя по примеру взрослых, а именно: молчат, когда им что-то неприятно, подавляют свои желания в угоду желаниям других, не выражают свою точку зрения. Очень важно побуждать детей давать обратную связь одноклассникам и учителям. Это обеспечивает открытое, искреннее и живое общение.

### **Педагог может помочь детям справляться со своими страхами и стрессом**

Для этого нам необходимо предоставить детям возможность говорить и о неприятных для них вещах, внимательно выслушивая их при этом. Мы можем показать им, как рационально распределять свое время, выполнять свои обязательства и расслаблять душу и тело.

### **Мы можем показать детям, как можно жить без насилия**

В ситуации, когда ребенок рассержен или обижен, можно помочь ему выразить свои чувства без агрессии и конфликта. Мы можем помочь классу отказаться от разрешения проблем с помощью кулаков, можем научить детей контролировать свой гнев и проявлять накопившуюся агрессию в игровой форме.

### **Мы можем помочь детям достичь баланса между стремлением к личной свободе и близким отношениям**

В первую очередь необходимо дать себе отчет в том, что современная культура защищает личную свободу гораздо больше, чем прежде. Призывы рекламы и индустрия развлечений нацелены на удовлетворение эгоистических интересов отдельного человека, на его стремление к счастью и скорейшему удовлетворению всех своих желаний. Современная культура делает упор на конкуренцию и обостряет желание быть быстрее, сильнее и могущественнее других. Честно говоря, приходится признать, что и в центре внимания психотерапии оказались изолированные интересы отдельного человека, его права, желания, обиды. Никто не обращает внимания на то,

## 15

что тем самым усиливается опасность одиночества и ухудшения взаимоотношений между людьми. Чтобы избежать этой опасности, мы постарались по возможности уменьшить в предлагаемых интерактивных играх элемент соревновательности.

### **Мы можем помочь детям открыть для себя искусство достигать внутренней гармонии и уравновешенности**

Это означает, что мы тщательно продумываем, кого из класса мы хотели бы в первую очередь вовлечь в ту или иную игру. Иногда, например, мы делаем что-то для детей-перфекционистов <sup>1)</sup>, для чересчур возбужденных или ригидных <sup>2)</sup> детей. Этим детям мы принесем пользу, если научим их расслабляться и при необходимости прибегать к помощи собственной фантазии. Особенно эгоистичным и самовлюбленным детям пойдут на пользу игры, направленные на эмпатию и сочувствие. Неуверенные в себе дети могут развить в себе недостающие качества с помощью игр, описанных в главах "Как добиться успеха?" и "Повышаем самоуважение". Конечно, и для остальных детей эти игры окажутся полезными, и все же было бы хорошо, если бы Вы, выбирая игру, имели в виду конкретных детей, которым эта игра поможет больше других.

### **Мы можем развить в детях чувство юмора**

"Жизнь и без того достаточно сложна, чтобы мы еще и чувствовали себя несчастными" (Жанна Моро). Как можно чаще проявляйте чувство юмора, тем самым показывая детям, что жизнь вполне сносна, если уметь даже в сложных ситуациях видеть комическое и иногда позволять себе просто смеяться. В нашем сборнике Вы встретите немало игр, основная цель которых — посмеяться и повеселиться. Нам кажется, что совсем неплохая идея — ввести за правило раз в неделю проводить занятие, в ходе которого дети будут рассказывать анекдоты и смешные истории. Тем самым Вы сможете добиться и того, что на уроках заметно снизится число мешающих учебно-

<sup>1)</sup> Перфекционизм, или "синдром отличника" — это невротическая установка исключительно на совершенные и безукоризненные действия, когда ребенок болезненно воспринимает любой намек на то, что его действия были недостаточно хорошими. Такие дети, как правило, предпочитают не

делать вообще, чем сделать недостаточно хорошо. — *Примеч. пер.*

<sup>2)</sup> Ригидный ребенок — ребенок, который с трудом переключается с одних эмоций или желаний на другие, "застревает" на каждом действии дольше других, с трудом меняет свои планы.— *Примеч. пер.*

16

му процессу дурачества, ведь тогда дети будут знать, что в школе есть время и для их чувства юмора.

### **Мы можем помочь детям развить в себе сильные стороны своего характера**

Общество часто рассматривает детей прежде всего как будущих потребителей, заставляя их иметь множество желаний и поощряя их стремление к скорейшему удовлетворению этих желаний. В этой связи самое важное, что дети могут вынести из школы и семьи в самостоятельную жизнь, это необходимые для жизни социальные навыки и качества личности. К таким навыкам в первую очередь относятся умение сопереживать другим и брать на себя ответственность за свои поступки. Требуется немало времени, чтобы эти навыки выработались и стали прочными и устойчивыми, поэтому чем раньше мы начинаем развивать их в детях, тем более мы можем быть уверенными в том, что они смогут проявить эти важные для жизни добродетели даже в очень сложных и неоднозначных ситуациях. Мы знаем, что рано или поздно все дети окажутся в тяжелых условиях переполненного рынка труда, на котором многое зависит от их способности работать в команде, в то же время оставаясь самостоятельными личностями. И лишь тот добьется в дальнейшем успеха, кто научится держаться до конца и при самых сложных обстоятельствах не отказываться от своих устремлений. Поэтому очень важно показать детям, что Вы не только любите их, но и предъявляете высокие требования к их поведению.

Приведенные выше задачи могут показаться слишком сложными для школы, которую многие воспринимают прежде всего как место, где получают знания. Но наряду с передачей знаний задачей школы является и подготовка детей к самостоятельной жизни, их правильная социализация. Эта задача вновь должна стать одной из важнейших. Школа должна стать противовесом обществу, молящемуся на технологии и проповедующему всеобщее потребление. Она должна возвращать терпимость и уважение к другим и помогать детям видеть смысл и ценности жизни. Школа должна стать адвокатом для детей при всем многообразии и сло-

2 К. Фопель, ч. 4

17

жности их характеров. Педагогика вновь призвана указать детям пути, вступив на которые, они научатся жить ответственно и развивать в себе самостоятельность и независимость. Мы все хотим, чтобы наши дети умели любить, творить, были добрыми. Мы хотим, чтобы у них хватило мужества решать проблемы, стоящие перед нашей планетой, и чтобы они чувствовали свою принадлежность не только к народу своей страны, но и к четырехмиллиардному населению всей нашей Земли.

Клаус В. Фопель Зальцхаузен, август 1996 г.

## **Глава 1**

### **Чувство принадлежности к группе**

*Паутина*

*ИГРА 1 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта игра помогает детям познакомиться друг с другом и в ходе веселого и приятного общения занять свое место в группе. Поэтому ее хорошо использовать в начале совместной работы. Наряду с этим "Паутина" — прекрасный опыт для прочувствования сплоченности группы.

**Материалы:** Клубок ниток.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас сейчас есть возможность сообщить нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Может быть, кто-нибудь из вас захочет рассказать о своей любимой игрушке, о том, что у него лучше всего получается, или о том, чем он любит заниматься в свое свободное время. У вас есть минута, чтобы подумать, что вы хотите рассказать нам о себе... (Возьмите клубок в руки и начните игру сами.) Меня зовут Ольга Васильевна, и я очень люблю петь... (Зажмите свободный конец нити крепко в руке и киньте клубок ребенку, сидящему напротив.)*

20

*Если хочешь, ты можешь назвать нам свое имя и что-нибудь рассказать о себе. Если ты ничего*

*не хочешь говорить, то можешь просто взять нить в руку, а клубок перебросить следующему.*

Таким образом, клубок передается дальше и дальше, пока все дети не окажутся частью одной постепенно разрастающейся паутины. Затем поговорите с детьми обо всем, что может способствовать групповой сплоченности. Спросите их: "Как вы думаете, почему мы составили такую паутину?"

После этого разговора нужно будет снова распустить паутину. Для этого каждый ребенок должен возвращать клубок предыдущему, называя его по имени и, может быть, пересказывая его рассказ о себе. Так продолжается до тех пор, пока клубок не вернется к Вам обратно. Возможно, иногда нить будет запутываться при попытке распустить паутину. В таких случаях можно с юмором прокомментировать ситуацию, сказав, что члены группы уже тесно "связаны между собой".

#### **Анализ упражнения:**

- Все ли высказались в ходе игры?
- Как ты чувствуешь себя сейчас?
- Чувствуешь ли ты себя теперь иначе, не так, как в начале игры?
- Трудно ли тебе было запоминать имена?
- Чьи рассказы тебя заинтересовали больше всего?
- Кто в группе вызывает у тебя любопытство?

*Прошепчи имя!*

*ИГРА 2 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта веселая игра помогает детям сблизиться друг с другом.

Игра кажется детям привлекательной и необычной, поскольку говорить в ней можно только шепотом. Она позволяет "задействовать" даже застенчивых детей, так как в ней можно вести себя тихо и незаметно. При этом дети наслаждаются интимностью отношений "один на один", и им становится легче воспринимать свои и чужие ошибки.

Когда все уже хорошо знают друг друга и "обыгрывать" имена становится неинтересно, можно использовать и другие варианты игры. Например, можно предложить: "Прошепчите другому на ушко самое прекрасное из того, что вы пережили вчера!", "Прошепчите другому на ушко, что вы делали в эти выходные!", "Прошепчите другому на ушко, чему новому вы научились!" и так далее.

**Инструкция:** *Уберите в сторону парты и стулья, чтобы у нас в классе было достаточно свободного места... Начните бродить по классу... При этом подходите к разным детям и шепчите им на ушко свое имя... (2-3 минуты.)*

*Теперь, пожалуйста, остановитесь... Сейчас, когда вы снова начнете бродить по классу, вам нужно будет подходить к разным детям и шептать им на ушко теперь уже не свое, а их имена. Если вы не помните чьего-то имени, то попытайтесь угадать его. Ваш партнер поправит вас, если вы ошибетесь. (2-3 минуты.)*

#### **Анализ упражнения:**

- Узнал ли ты, как кого зовут?
- Чье имя тебе было труднее всего запомнить?
- Чье имя тебе нравится больше всего?
- Доволен ли ты своим собственным именем?

22

*Имя и движение*

*ИГРА 3 (с 6 лет)*

**Цели:** Детям легче почувствовать свою принадлежность к группе, когда они могут задействовать свое тело. Именно такая возможность и предоставляется им в этой игре. Также она помогает детям в начале знакомства запомнить имена друг друга и дает им возможность представить себя группе самым необычным и фантастическим способом.

Детям нравится, что вся группа повторяет их жесты. По мере развития игры желание постоять в центре круга и "запечатлеть" свое движение в группе становится все более сильным. На несколько мгновений каждый ребенок становится Режиссером, по воле которого действуют все остальные, включая и учителя. При этом дети не только запоминают имена друг друга, но и получают прекрасную возможность посмеяться.

**Инструкция:** *Сядьте в один большой общий круг. Сейчас каждый из вас будет произносить свое имя и при этом делать какое-нибудь движение — руками, ногами, всем телом. Вся группа хором говорит имя ребенка и повторяет движение, сделанное им. После этого тот же ученик произносит свою фамилию и делает еще одно, уже другое, движение. И снова мы все вместе становимся эхом. Мы говорим хором его фамилию, и все повторяем его движение. Я начну*



*первая.* (После этого передайте ход своему соседу слева или справа).

**Анализ упражнения:**

- Чьи имена тебе было легко запомнить?
- Чьи имена ты забывал?
- Чьи движения тебе понравились больше других?
- Знаешь ли ты, что означает твое имя или фамилия?

23

*Знакомство*

*ИГРА 4 (с 6 лет)*

**Цели:** Это игра направлена на развитие партнерских взаимоотношений, в ней каждый ребенок может представить классу другого человека. В начале игры каждый может удовлетворить свое любопытство, узнав особенности своего партнера по игре. Затем каждый ученик должен запомнить и удержать в памяти основную информацию о партнере, чтобы составить из нее маленькое сообщение классу. В этой игре подчеркивается индивидуальность каждого ребенка. Никто не остается без внимания, и у каждого появляется приятное чувство, что кто-то заботится о нем.

Это прекрасная игра для начала совместной работы. Вы можете через сравнительно большие промежутки времени повторять эту игру с иным заданием — попросите детей выяснить, что нового появилось в жизни его партнера за время, прошедшее с предыдущей беседы. Эта игра способствует развитию у детей способности ясно и развернуто формулировать и излагать свои мысли. При работе с детьми более старшего возраста Вы можете увеличить время, отведенное для беседы, примерно на десять минут.

*Инструкция: Сегодня мы постараемся поближе узнать друг друга. Встаньте, пожалуйста, и выберите того одноклассника, которого вы хуже всего знаете... Выберите себе место, где вы спокойно можете поговорить друг с другом. Один из вас начинает и проводит пятиминутное интервью. Постарайтесь выяснить, как живет ваш собеседник, сколько у него братьев или сестер, с кем он дружит, какой у него характер... Выслушайте очень внимательно все, что он расскажет о себе. Через пять минут я подам вам сигнал того, что время прошло. После этого вы меняетесь ролями... (10 минут.)*

*А теперь все вернитесь и сядьте в один большой круг. Пусть каждый представит классу своего партнера. Встаньте позади него, положите руки ему на плечи и расскажите все, что смогли запомнить.*

В конце каждого рассказа спрашивайте у представляемого, достаточно ли корректен был рассказ, и хочет ли он что-нибудь добавить к сказанному.

24

**Анализ упражнения:**

- Понравились ли тебе вопросы твоего партнера?
- Твой партнер на самом деле испытывал любопытство и с интересом расспрашивал тебя?
- Что тебе было приятнее: спрашивать или отвечать?
- Кто из вас двоих сам выбирал себе партнера, а кто был выбран?
- О ком из остальных детей ты узнал что-то интересное для тебя?
- Как ты теперь чувствуешь себя в классе?

**Что я люблю делать...**

*ИГРА 5 (с 6 лет)*

**Цели:** В этом упражнении дети имеют возможность рассказать что-нибудь о себе, проявив при этом оригинальность и артистизм. Поскольку игра построена на принципе отгадывания, она нравится детям и развивает их любознательность.

Часто дети младшего школьного возраста — гениальные актеры. В этом упражнении Вы можете задействовать эту их склонность, при этом создавая для остальных ситуацию загадки. Однако не у всех детей в равной мере развиты артистические наклонности, поэтому очень важно, чтобы участие в игре было только добровольным. Следите, пожалуйста, за тем, чтобы дети начали высказывать свои предположения только после того, как выступающий ребенок завершил свою пантомиму.

*Инструкция: Я хотела бы, чтобы мы лучше узнали друг друга. Для этого я хочу предложить вам следующую игру. Один из нас выберет что-то, что он очень любит делать, и начнет без слов показывать нам это. Все остальные внимательно смотрят, что делает выступающий, и пытаются угадать, что он хочет сказать нам, но сами пока ничего не говорят. Как только*

*выступающий завершит свою пантомиму, поблагодарив нас за внимание, мы можем начать высказывать наши догадки. После того, как все желающие выскажутся, мы сможем спросить выступавшего, есть ли среди нас те, кто понял его правильно. После обсуждения будет выступать следующий. Давайте я буду первой выступающей.*

В первый раз имеет смысл помочь детям. Через некоторое время они поймут смысл игры и смогут полностью насладиться этой формой импровизации.

#### **Анализ упражнения:**

- Из выступлений каких детей тебе удалось понять, что они любят делать?
- Кто из детей любит делать то же, что и ты сам?
- Кто из выступавших удивил тебя своими увлечениями?
- Трудно ли было объяснять что-либо другим без слов?
- Трудно ли было тебе отгадывать?

26

*Все мы чем-то похожи...*

*ИГРА 6 (с 9 лет)*

**Цели:** В ходе этой игры очень красиво проявляется как своеобразие каждого ребенка, так и общие черты, объединяющие его с другими. Каждого успокаивает мысль о том, что в чем-то он не одинок. Относительный недостаток времени обеспечивает некоторую поверхностность общения, что облегчает участие в игре стеснительных детей.

Эта игра вовлекает детей в интенсивный процесс обмена информацией о себе. Покажите им, что Вы искренне заинтересованы в этом, разместив в классе получившиеся в результате игры списки, и возвращаясь время от времени к тому общему, что дети обнаружили у себя и других.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** *Разбейтесь, пожалуйста, на четверки или пятерки. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: "У каждого из нас есть сестра...", "У каждого из нас есть мягкая игрушка...", "Любимый цвет каждого из нас — синий...", "У каждого из нас мама ходит на работу...", "Мы все очень любим макароны...", "Мы все не выносим, когда кто-нибудь ябедничает", "В каникулы мы все любим ездить на море..." и так далее. У вас есть пятнадцать минут. Победит та команда, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.*

#### **Анализ упражнения:**

- Узнал ли ты что-нибудь интересное о ком-нибудь из других детей?
- Есть ли что-нибудь такое, что объединяет всех детей в классе?
- Есть ли что-нибудь такое, что отличает тебя от всех детей в классе?
- Как вы работали в своей команде?
- Нравится ли тебе быть похожим на других или ты предпочитаешь от всех отличаться?
- Какими должны быть твои друзья — похожими на тебя или совсем другими?

27

*Скульптуры*

*ИГРА 7 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта игра хороша для кинестетически и визуально одаренных детей, поскольку в ней практически не нужно говорить. Своими телами дети выкладывают на полу скульптуру, включающую в себя всех учеников. Эта скульптура станет в конце игры прекрасным символом сплоченности класса.

Для игры требуется большое свободное пространство.

Игра может послужить для Вас хорошим диагностическим средством, поскольку она выявляет социальную структуру класса<sup>1</sup>). Игру можно повторять через некоторые промежутки времени. При этом, если Вы будете просить детей изображать конкретные объекты (например: "Расположитесь так, чтобы из вас получился дом...", "...чтобы из вас получился велосипед...", "...чтобы вы были самолетом..."), то тем самым Вы будете развивать еще и их пространственное восприятие.

**Материалы:** Каждому ребенку нужно по одной спичке.

**Инструкция:** *Я хочу предложить вам игру, правила которой не так-то просто объяснить. Зато я могу показать вам, как в нее играют. Возьмите, пожалуйста, каждый по спичке... Один из вас начинает игру: он кладет спичку посреди класса на пол. Второй кладет свою спичку рядом с предыдущей так, чтобы они соприкасалась друг с другом. Третья спичка должна касаться одной из ранее положенных. Игра так и продолжается до тех пор, пока не будут выложены на пол все*

спички. Может быть, вам захочется расположить спички так, чтобы из них получилась какая-нибудь картина, скульптура и т.д.

Большое спасибо, вы мне очень помогли. Теперь мне гораздо проще объяснить вам суть игры. Сейчас мы уберем спички в сторону, а вместо них нужно будет использовать самих себя. Вам нужно будет выложить на полу подобную скульптуру из своих тел, при этом каждый

<sup>1)</sup> Информация анализируется по принципам социометрии Морено, применяемым в психодраме. Как правило, дети будут стараться ложиться рядом с теми, с кем им приятнее общаться. Тот, кто окажется окруженным большим количеством детей, скорее всего будет своего рода неформальным лидером в классе. — Примеч. пер.

## 28

из вас должен касаться хотя бы кого-нибудь из группы. Решите сами, куда вам ложиться и как расположить в пространстве свои руки и ноги.

Когда все дети расположатся на полу, перейдите к самой сложной части упражнения.

Теперь, пожалуйста, постарайтесь, как можно точнее запомнить эту картину, четко зафиксируйте в памяти, в каком месте вы лежали, кто и в какой позе лежал рядом с вами. Для этого у вас есть еще одна минута... А теперь встаньте, пожалуйста, пройдите по классу и снова займите то же самое положение, в котором вы находились только что.

### Анализ упражнения:

— Понравилась ли тебе скульптура, которую вы сделали "из самих себя"?

— Удалось ли тебе запомнить свое место?

— В каком месте скульптуры ты лежал — в середине или с краю?

— Что тебе нравится больше — быть в окружении других детей или быть одному в тишине и покое?

Машины

ИГРА 8 (с 6 лет)

**Цели:** В ходе этой игры у детей высвобождается много энергии, и они с радостью объединяются в большие группы. Шаг за шагом количество взаимодействующих друг с другом детей увеличивается, пока вся группа не составит собой одну единую фантастическую машину. Игра пробуждает у детей положительные эмоции и веру в сплоченность класса.

**Инструкция:** Вы можете представить машину, составленную из вас самих? В начале игры каждый сам по себе должен быть просто человеком-машиной. Превратитесь в маленьких роботов. Побудьте старой моделью, которая передвигается резкими толчками и движениями. Возможно, время от времени ваш механизм функционирует недостаточно точно, что-то заедает, тогда "робот" останавливается и начинает двигаться слишком медленно или, наоборот, слишком быстро...

Теперь разбейтесь на пары. Можете ли вы вместе стать единой стиральной машиной? Как вы будете двигаться? Что вы делаете при предварительной стирке? Как вы ведете себя при полоскании?

Теперь соберитесь в четверки. Теперь вы сами можете выбрать, какой машиной вы станете. Вы можете стать такими машинами, какие существуют на самом деле. А если захотите, можете придумать такую машину, которой и не существует вовсе. Соберитесь вместе и подумайте над следующими вопросами:

— Какую машину вы хотите составить?

— Из каких частей она будет состоять?

— Какой частью машины хочет стать каждый из вас?

— Должна ли машина издавать какие-либо звуки?

Когда вы выберете, какой машиной вы хотите стать, "запустите" ее для пробы. А другие дети должны будут угадать, что за машину вы придумали. (5—10 минут. Пусть все команды по очереди покажут свои машины.)

А теперь вы все вместе можете составить одну общую машину, которая будет двигаться и издавать звуки. Каждый из вас станет ча-

## 30

стью этой машины. В этот раз нам не нужно знать заранее, для чего данная машина существует. Это должен быть некий фантастический аппарат, которого никогда раньше не существовало. Первые из вас могут начать строить эту чудо-машину, а остальные пусть присоединяются сразу, как только найдут подходящее для себя место. Помните о том, что все составные части машины должны быть связаны друг с другом.

### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Что тебе больше нравится — быть самостоятельной машиной или быть частью одной большой машины?

— Какая "машина" тебе понравилась больше всего?

— Что еще вы можете из себя сделать?

*Ревущий мотор*

*ИГРА 9 (с 8 лет)*

**Цели:** Это оживленная и увлекательная игра, которая создает в классе атмосферу автогонок и высвобождает энергию.

«<sup>^</sup> Инструкция: *Кто из вас видел настоящие автомобильные гонки? Вы помните, как ревут моторы, когда водители после очередного виража давят на газ? Сейчас мы организуем здесь нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля — "Рррмм". Один из вас начинает, произнося "Рррмм" и быстро поворачивая голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же "вступает в гонку" и быстро произносит свое "Рррмм", повернувшись к следующему соседу. Таким образом, "рев мотора" быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот. Кто хотел бы начать?*

Когда "рев мотора" пройдет полный круг, остановите действие и продолжите объяснение игры дальше:

*Конечно же, у нашего гоночного автомобиля есть и тормоза. Когда на них нажимают, раздается другой звук — "Иишик". Когда кто-нибудь во время "движения автомобиля" вдруг произносит "Иишик", он тем самым останавливает нашу машину и разворачивает ее в противоположную сторону. Любой из вас может внезапно "остановить автомобиль и заставить его двигаться в противоположную сторону". Но у каждого есть право только дважды сделать это, чтобы и остальные смогли поучаствовать в игре.*

В конце игры Вы можете попросить детей "проехать" круг особенно быстро, и в конце всей "гонки" всем вместе одним единым "Иишик" закончить игру.

### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Что тебе понравилось больше — "давить на газ" или "тормозить"?

— Нравятся ли тебе такие быстрые игры или ты предпочитаешь более медленные?

— Чувствуешь ли ты себя сейчас бодрым и активным?

**32**

*Браво!*

*ИГРА 10 (с 8 лет)*

**Цели:** Эта игра способствует сплочению группы. Дети, в чей адрес раздаются аплодисменты, получают точно такое же наслаждение от игры, как и те, кто им рукоплещет. В результате в классе создается атмосфера взаимного принятия и хорошего настроения. Повторяйте эту игру периодически, предлагая всякий раз трем-пяти ученикам насладиться всеобщим восхищением.

3 к. Фопель, ч. 4

33

**Инструкция:** *Кто из вас бывал в театре или в цирке и воочию видел, как публика восторженно рукоплещет артистам в конце представления? Кто из вас, хотя бы в своих мечтах, хотел оказаться на сцене и заслужить восторженные аплодисменты зрительного зала? Я считаю, что время от времени каждый из нас заслуживает аплодисментов.*

Поставьте стул в центре класса и попросите всех плотно окружить его со всех сторон.

*Кто из вас хочет первым встать на этот пьедестал и насладиться громом наших аплодисментов?*

В первый раз помогите классу рукоплескать изо всех сил. Когда дети увидят, как аплодисменты приятны стоящему на стуле ученику, они будут хлопать еще сильнее.

### **Анализ упражнения:**

— Понравилось ли тебе получать аплодисменты?

— Получаешь ли ты иногда незаслуженные аплодисменты?

— Тебе понравилось хлопать в ладоши?

— Как ты показываешь окружающим, что восхищаешься ими, что они тебе нравятся?

— Хочешь ли ты, чтобы в классе тебе время от времени дарили признание и аплодисменты?

*Кого не хватает?*

*ИГРА 11 (с 6 лет.)*

**Цели:** Эта игра предоставляет детям отличную возможность подчеркнуть важность каждого ученика. При работе с детьми более старшего возраста Вы можете применять следующую версию данной игры: накройте покрывалами двух или трех учеников и попросите их спрятаться в разных частях класса.

**Материалы:** Большое покрывало (или несколько покрывал для усложненного варианта игры).

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Замечаете ли вы, когда в классе нет вашего друга или подруги? А замечаете ли вы, когда нет кого-то другого?*

*Каждый ученик в классе очень важен для нас. Когда кого-то нет, мы по нему скучаем. Разделяете ли вы это мнение? Я очень рада, что сегодня все здесь (если действительно никто не отсутствует).*

Пройдитесь вдоль всего круга и назовите каждого из присутствующих по имени. Если в этот день кого-то нет, обратите на это внимание всех детей и попросите их вспомнить имя отсутствующего ученика.

*Я хочу попробовать сыграть с вами в такую игру: один из нас будет прятаться, а остальные будут отгадывать, кто именно спрятался. Сначала я попрошу всех закрыть глаза, и пока никто этого не видит, тихо подойду к одному из вас и прикоснусь к его плечу. Тот, кого я выберу, должен будет открыть глаза, тихо-тихо выйти на середину, сесть на пол и укрыться вот этим покрывалом. После того, как он спрячется, я попрошу вас всех открыть глаза и угадать, кого не хватает. А теперь закройте глаза...*

Начните игру сами, спрятавшись под покрывало, чтобы подстегнуть активность детей. После того, как дети Вас отгадают, вернитесь обратно в круг и спрячьте в центре круга кого-нибудь из детей. Сначала выбирайте достаточно уверенных в себе детей, которые смогут хорошо чувствовать себя и под покрывалом. Когда дети слишком долго не могут отгадать, попросите спрятавшегося что-нибудь сказать, чтобы остальные могли уз-

35

нать его по голосу. Дайте возможность достаточно большому количеству учеников побывать под покрывалом. Повторите эту игру через некоторое время снова.

**Анализ упражнения:**

- Как ты думаешь, заметил бы класс твое отсутствие?
- Почему важен каждый ученик в классе?
- Как ты показываешь остальным детям, что они важны для тебя?
- Знаешь ли ты всех одноклассников по именам?
- Чьи имена ты еще не запомнил?

*репетиция оркестра*

*ИГРА 12 (с 8 лет)*

**Цели:** В этой игре каждый ребенок получает возможность дать выход своим эмоциям, подирижировав воображаемым оркестром. Это упражнение взбадривает детей и создает у них ощущение тесной связи с другими учениками.

**Материалы:** Аудиокассета с записью оживленной задорной музыки, которая нравится детям Вашего класса.

**Инструкция:** *Кто из вас когда-нибудь видел дирижера? Вы заметили, как двигается дирижер за своим дирижерским пультом?*

*Когда я включу музыку, вы все можете встать и начать дирижировать воображаемым оркестром. "Дирижируйте" ладонями, руками, коленями, ногами и всем своим телом, чтобы "показать музыкантам, как те должны играть".*

37

*двадцать вопросов*

*ИГРА 13 (с 8 лет)*

**Цели:** В этой игре дети должны отгадывать, кого из них загадал ведущий. В результате внимание всего класса привлекается к одному из детей, что позволяет тому особенно остро ощущать себя членом группы. В то же время это побуждает весь класс думать о каждом отдельном ученике как о самостоятельном человеке, обладающем своими особенностями.

Когда игра станет для детей привычной, можно предоставить возможность кому-нибудь из учеников побыть ведущим.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием "Двадцать вопросов". Она называется так потому, что вы мне можете задать именно двадцать вопросов, чтобы угадать, кого из вас я загадала. Если хотите, вы можете*

*спрашивать о внешнем виде этого человека, например, о цвете его глаз, а можете спрашивать о его особых качествах и умениях, о чертах его характера. Когда у кого-нибудь из вас возникнет идея, он может молча поднять руку, пока никого не называя. Лишь только тогда, когда я отвечу на все двадцать вопросов, вы можете высказать свои предположения о том, кого же я загадала.*

#### **Анализ упражнения:**

- Ты быстро угадал, о ком идет речь?
- Есть ли среди твоих одноклассников дети, похожие друг на друга?
- Можешь ли ты назвать двух детей, которые во всем отличаются друг от друга?
- Есть ли в классе кто-нибудь, кто похож на тебя?

### **38**

*Сем.ейнал история.*

*ИГРА 14 (с 10 лет)*

**Цели:** В семье, как правило, не обходится без проблем и сложностей, но при этом каждый ребенок хотел бы гордиться своей семьей. Поддержите это желание детей и предоставьте им возможность рассказать о своей семье что-нибудь хорошее.

Для подготовки к этой игре дайте детям задание — принести на следующее занятие такой предмет, который уже давно хранится в их семье и является ее гордостью. Чем этот предмет старше, тем лучше. Это может быть фотография дедушки или бабушки, прадедушки или прабабушки, книга, передаваемая из поколения в поколение, старинный документ или награда.

Попросите детей обсудить с родителями, что именно стоит принести в класс, чтобы показать, чем гордятся их семьи. Если этот предмет слишком большой или слишком ценный, то дети могут просто нарисовать его и принести на занятие этот рисунок. Важно, чтобы дети обсудили с родителями, почему этот предмет достоин уважения, какую память несет он в себе, сколько лет ему, что с ним происходило. Дети должны принести семейную реликвию в непрозрачном пакете или сумке и до начала урока никому не сообщать, что это такое.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Сегодня мы поговорим о наших семьях. Семья состоит не только из нас и наших родителей, но и из наших бабушек и прадедов. Именно им мы должны быть благодарны за свое существование на этой земле, именно они дали нам многое из того, что наполняет нашу жизнь смыслом и дает нам надежный багаж жизненного опыта и знаний. Поставьте свои пакеты перед собой на пол. По очереди каждый из вас должен продемонстрировать принесенный с собой предмет и рассказать о нем. Кто хотел бы начать?*

Помогите некоторым детям, задавая им наводящие вопросы. При этом важно сделать так, чтобы для всех остальных учеников рассказ был понятным и интересным. Проследите, чтобы в первую очередь обсуждались сильные стороны семьи рассказчика.

#### **Анализ упражнения:**

- Узнал ли ты при подготовке этой игры что-нибудь новое о своей семье?
- Кем из своих предков ты больше всего гордишься? О ком ты хотел бы побольше узнать?
- Какую семью ты хотел бы иметь, когда вырастешь?
- О ком из детей ты узнал сегодня что-то новое?
- В какой части мира жили твои предки?
- Чем ты гордишься в своей семье?

*//тое личное место*

*ИГРА 15 (с 6 лет)*

**Цели:** Говоря о своей принадлежности к группе, мы часто используем пространственные сравнения. Например: здесь я чувствую себя, как дома; здесь мое место; здесь каждому найдется местечко и так далее. В ходе этого упражнения мы можем на соответствующем данному возрасту уровне затронуть вопрос о месте каждого в классе. При этом мы подтверждаем право каждого ребенка и на вступление в контакт, и на одиночество, в зависимости от состояния и настроения. И то, и другое является важной предпосылкой гармоничного взаимодействия каждого ученика и группы в целом.

**Инструкция:** *Начните ходить по классу в поисках такого места, которое вам нравится. Не спешите, постарайтесь выбрать себе приятное местечко не очень близко к другим детям. (Предоставьте детям побольше времени и убедитесь, что каждый нашел вполне удовлетворяющее его место.)*

*Твое место находится там, где ты сейчас стоишь. Почувствуй вес твоего тела, ощути, как оно давит на пол. Место, на котором ты сейчас находишься, и есть твое личное место. Никто другой не может находиться на этом месте. Пол под твоими ногами сейчас становится частью*

тебя, образуя прекрасное, уютное местечко. Сядь на пол. Когда ты садишься, тебе нужно чуть побольше места, чтобы удобно разместиться, и все это — тоже твое личное место. Попробуй использовать его, ведь оно принадлежит тебе. Почувствуй почву под ногами. Уютное местечко для симпатичного ребенка...

Теперь вытяни руку и нарисуй воображаемый круг вокруг твоего личного места. Сделай его таким большим, как ты хочешь. При этом обрати внимание на то, чтобы, находясь в центре круга, ты мог дотянуться рукой до любой его части. Вся территория, до которой ты можешь свободно дотянуться, принадлежит тебе...

Теперь прикоснись к полу на твоём личном месте. Это твой собственный пол. Если хочешь, в своём воображении ты можешь окрасить его в любой цвет... Ты можешь мысленно положить на него мягкий вор-

41

систый коврик... А можешь расположить на нём толстый круглый матрац и развалиться на нём. А можешь попрыгать на своём личном месте вверх-вниз...

Быть может, ты захочешь обнести своё место небольшой стеной. Для этого тебе достаточно прикоснуться к полу и мысленно вытянуть из него стену, как рыбку из пруда. (Продемонстрируйте детям это движение). Ты можешь построить эту стену такой высоты, чтобы никто тебя не видел за ней. Проследи за тем, чтобы она плотно облегла тебя со всех сторон. Теперь у тебя есть только твоё совершенно секретное и личное помещение...

Возможно, сейчас ты захочешь сделать в своей стене окошко, чтобы выглядывать наружу. Своему окошку я придам форму сердечка. (Покажите, что вы как будто прорезаете окно в своей воображаемой стене). Л как будет выглядеть твоё окно?

Я хочу выкрасить одну стену в синий цвет, а на другую стену повесить толстый ковер, чтобы было удобно прислоняться к его теплой и мягкой поверхности. (Покажите это с помощью пантомимы.) Что еще ты можешь сделать со своим личным местом и со стеной вокруг него?

Давайте немного помолчим, чтобы в тишине каждый мог приглядеться к своему личному месту и подумать, что бы еще сделать с ним...

Кому из вас нравится место, в котором вы находитесь? Сейчас я громко выкрикну: "Поменяйтесь местами!" И каждый должен будет выбежать из своего места и перейти на место другого. Итак, поменяйтесь местами! Все заняли новые места? Нравится ли вам оно также, как и прежде?

Хорошо. А теперь снова поменяйтесь местами и вернитесь каждый на своё собственное место назад. Как вы чувствуете себя здесь? Старое место вам нравится больше нового? Снова сядьте на пол и подумайте минутку, как вы себя чувствуете, когда у вас есть своё личное место...

А теперь аккуратно "сложите и упакуйте" своё личное место и положите его рядом с собой. Возвращайтесь на свои места в классе.

42

### **Анализ упражнения:**

- За какой партой ты чаще всего сидишь в этом классе?
- Кто сидит рядом с тобой?
- Хочешь ли ты время от времени менять это место?
- Где твоё любимое место дома?
- Где тебе больше нравится — на улице или где-то в укромном месте?
- А где любимое место твоего папы или твоей мамы?
- А где место классной руководительницы и каждого из учителей?
- Достаточно ли в этом классе мест для того, чтобы пошептать, поговорить со своими мягкими игрушками, поиграть "в секретки" или что-нибудь спрятать?

*Что важно для меня?*

*ИГРА 16 (с 9 лет)*

**Цели:** Эта игра способствует развитию взаимодействия между членами группы и дает каждому ребенку возможность представить себя другим детям. Это очень быстро сплачивает учеников класса друг с другом. Многие дети изумляются, когда видят, сколько одноклассников, оказывается, разделяет их интересы и ценности.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** Представьте себе, что вы с родителями надолго уезжаете, чтобы провести каникулы на необитаемом острове. Родители говорят вам, что вы можете взять с собой чемодан и упаковать в него ровно три вещи, самые важные для вас. Что вы выберете? Хорошо

*подумайте над этим и напишите названия этих вещей на листе бумаги. (5 минут.)*

*Теперь встаньте и начните бродить по классу. Держите при этом свой лист бумаги перед собой так, чтобы остальные могли прочитать, что на нем написано. Пожалуйста, ходите молча и лишь читайте, что написано у остальных. Когда я крикну: "Стоп!", вы можете остановиться рядом с кем-нибудь из детей. Расскажите друг другу, почему вы выбрали именно эти три вещи. А теперь начните расхаживать по классу...*

Дайте детям возможность походить примерно с минуту. Ограничьте время обмена мнениями примерно тридцатью секундами. Затем попросите детей вновь побродить в тишине, читая записи других одноклассников. После примерно восьми сигналов "Стоп!" дети возвращаются на свои места в классе.

#### **Анализ упражнения:**

— Кто-нибудь выбрал то же, что и ты?

— Чьи записи тебя удивили?

— Есть ли на свете такие вещи, которые интересны и важны большинству из нас?

44

— Какой предмет из тех, что кому-нибудь захотелось взять с собой, был, на твой взгляд, самым необычным?

— О ком ты узнал что-нибудь новое?

#### **Фоторяд**

##### **ИГРА 17**

**Цели:** С помощью предлагаемой процедуры Вы можете способствовать еще большему развитию у учеников Вашего класса чувства принадлежности к группе. При этом Вы можете подчеркнуть свое желание создать в классе атмосферу, близкую семейной, и показать, что дети очень важны для Вас. Делайте раз в четверть или, что еще лучше, раз в месяц фотоснимок (желательно, не парадный, а "живой") каждого из учеников класса и приклеивайте все фотографии к листу ватмана.

Эта коллекция поможет создать семейную атмосферу в Вашей классной комнате. Для многих детей это будет их единственный фотоснимок за этот период времени. Когда Вы сделаете новый фотоснимок, старый Вы можете снять с ватмана и подарить ребенку.

46

## **Глава 2**

### **Установление контакта**

#### *Передай маску!*

**Цели:** Перед Вами прекрасная игра, заимствованная из традиций театра импровизаций. Она взбадривает детей, делает их более внимательными и помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел в класс, и тем самым освободить голову для работы. Дети очень любят эту игру, позволяющую им вести себя спонтанно и проявлять чувство юмора. Они много смеются, и, проведя эту игру, Вы наверняка почувствуете в классе атмосферу любопытства и жажды действия. Чтобы эта высвобожденная энергия не ушла впустую, важно по окончании игры организовать деятельность, требующую от детей высокой активности.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Посмотрите все на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например, вот такое. (На несколько секунд зафиксируйте на лице какое-то выражение. Медленно поверните голову, чтобы у всех детей появилась возможность увидеть выражение Вашего лица).*

*А дальше будет так. Я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, меняя при этом выражение лица на новое, которое он "передает" своему соседу слева. Так же делают все остальные. Сначала мы в точности повторяем выражение лица соседа справа, затем придумываем собственное выражение лица и "передаем" его соседу слева. Выражение лица может быть комическим или угрожающим, страшным или смешным.*

48

*Да и нет*

#### **ИГРА 19 (с 6 хеш)**

**Цели:** С помощью этой игры дети могут трансформировать накопленные напряжение, агрессию и апатию в готовность к общению и взаимную внимательность. Игра обычно проходит в атмосфере



веселья и радости, и по ее завершении класс становится вполне работоспособным. Впрочем, следует принять во внимание, что иногда в ходе игры в классе становится очень шумно. Иногда имеет смысл организовывать игру так, чтобы дети смогли "поспорить" не с одним партнером, а с двумя или даже тремя. Эффект катарсиса при таком варианте игры выражен в большей степени.

*Инструкция: Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Решите, кто в вашей паре хочет говорить "Да", а кто — "Нет". Один из вас начинает игру, произнеся слово "Да". Второй сразу же отвечает ему: "Нет!". Тогда первый снова говорит: "Да!", может быть, чуть-чуть громче, чем в первый раз, а второй опять отвечает ему: "Нет!", и тоже слегка сильнее. Каждый из вас должен произносить только то слово, которое он выбрал с самого начала: или "Да", или "Нет". Но вы можете по-разному его произносить: тихо или громко, нежно или грубо. Если хотите, можете провести с помощью этих двух слов прекрасный небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого никак не обидел. Через некоторое время я подам вам сигнал о том, что пора заканчивать "спор".*

**Анализ упражнения:**

— Как ты себя сейчас чувствуешь?

— Как тебе удобнее спорить — произнося слово "Да", или произнося слово "Нет"?

— Ты говорил достаточно громко?

49

*Уротеск*

*ИГРА 20 (с 8 лет)*

**Цели:** В этой игре дети могут снять накопленные напряжение и стресс. Поиграв в нее, они смогут отдохнуть и взбодриться перед работой.

**Материалы:** Аудиокассета с записью оживленной музыки, побуждающей к движению.

*Инструкция: Разбейтесь на пятерки и встаньте рядом плечом к плечу. Начинает игру крайний слева. Он производит небольшое движение какой-нибудь частью своего тела. Сосед справа должен повторить это движение как можно точнее, но преувеличив его, сделав более выраженным. Третий повторяет движение второго тоже как можно более точно, но усиливает и его. И так далее, пока последний из ля-терки не сделает движение максимально выраженным. В результате вся пятерка будет производить одно и то же выбранное движение, но каждый со своей силой. Затем другой ученик переходит на место крайнего слева и начинает свое движение, которое остальные повторяют с соответствующим усилением.*

50

*Только вместе!*

*ИГРА 21 (с 6 лет)*

**Цели:** В ходе этой игры дети получают возможность почувствовать то же, что и их партнер. Для этого им необходимо настроиться друг на друга. Очень хорошо, если у детей есть возможность поиграть в эту игру с разными партнерами.

*Инструкция: Разбейтесь на пары и встаньте, пожалуйста, спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне очень интересно, сможете ли вы точно также встать? Постарайтесь определить, с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться.*

**Анализ упражнения:**

— С кем тебе вставать и садиться было легче всего?

— Что было самым трудным в этом упражнении?

51

*Сходства*

*ИГРА 22 (с 9 лет)*

**Цели:** В младшем школьном возрасте дети начинают осознавать и ценить свои индивидуальные качества, то, что отличает их от остальных. В то же время им важно понимать, что они в чем-то похожи на других людей, ведь гораздо легче разрешать конфликтные ситуации, зная, что людей многое объединяет. Эта игра помогает детям увидеть сходство между собой и другими детьми. Кроме того, это весьма оживленное "разогревающее" упражнение, помогающее детям установить контакт друг с другом и преодолеть мешающие общению стереотипы и предрассудки.

Естественно, не все тройки завершат игру одновременно. Поэтому проследите, чтобы каждая тройка успела до окончания игры выполнить всю инструкцию полностью.

Инструкция: *Разбейтесь, пожалуйста, на тройки. Постарайтесь выбрать себе в тройку тех, у кого есть что-то общее с вами, например, совпадает цвет одежды или волос. Это должны быть дети, которых вы еще не очень хорошо знаете. Сядьте где-нибудь все вместе на корточки и начните разговаривать друг с другом. Каждому из вас нужно будет рассказать о себе, причем говорить надо как можно быстрее, ведь в вашем распоряжении всего лишь пять минут, и за это время вы должны найти несколько вещей, объединяющих вас между собой. Например, может выясниться, что каждый из вас хоть раз в жизни побывал на Красной Площади, или, что каждый из вас не любит манную кашу или какао. Совершенно неважно, что это будет, важно, чтобы это было у всех в вашей тройке.*

*Как только вы обнаружите такое сходство, вы втроем должны одновременно подпрыгнуть. Прыгнуть надо как можно выше и при этом надо выкрикнуть: "Первое!". Пусть все услышат, как вы рады. Затем снова сядьте на корточки и дальше так же быстро рассказывайте друг другу о себе, пока не найдете второе сходство. Тогда вы снова подпрыгните вверх и прокричите: "Второе!". Задача каждой тройки — в течение последующих пяти минут обнаружить десять сходств.*

*Я знаю, что у вас хорошее воображение, и вы — творческие люди, поэтому вам будет легко находить все новые и новые сходства. "Вы*

## 52

*любите смотреть телевизор? — Естественно. — Вот вам и первое!". "Ты ногти стрижешь? — Само собой! — Вот вам и второе!". Ты по-русски говоришь? — Конечно. — Вот вам и третье!". Но такие сходства очень скучны. Ваша задача найти самые неожиданные факты. Ищите сходства не простые, а особенные. Например: "Моя мама учит испанский... — А у меня брат знает испанский — А я сам знаю несколько фраз по-испански". Вот это, действительно, первое! Вы поняли, что я имею в виду? Ну, тогда, начали!*

### **Анализ упражнения:**

- Какая команда закончила игру первой?
- О ком из детей ты узнал что-то новое?
- Что из того, что вы обнаружили, показалось тебе самым интересным?
- Понравилось ли тебе очень быстро разговаривать с другими детьми?

*Рецепт приготовления друга*

*ИГРА 23 (с 9 лет)*

**Цели:** В этом упражнении дети знакомятся друг с другом в парах. При этом они могут спрашивать друг друга о чем угодно: о внешнем облике своего партнера, его пристрастиях, чертах характера. В конце игры каждый ребенок должен написать своего рода рецепт на "приготовление" своего партнера. Естественно, текст и его оформление определяются возрастом и уровнем индивидуального развития каждого ребенка в классе. Возможно, некоторые дети смогут описать только внешний облик своего партнера по игре, более зрелые дети, возможно, проявят интерес к его психологическим характеристикам. Может быть, не всем удастся точно следовать стилистической форме рецепта. Все эти отклонения вполне допустимы.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** *Разбейтесь на пары. Выберите каждый себе такого партнера, которого вы еще недостаточно хорошо знаете. Сначала вы можете немного рассказать друг другу о себе. Спросите своего партнера, как тот себя сегодня чувствует, о чем он думает. Выясните, что он любит есть, с кем он предпочитает играть, какую одежду любит носить, какие игры ему нравятся, где он обычно гуляет. Когда вы наберете достаточно информации друг о друге, то возьмите, пожалуйста, по листу бумаги и выпишите рецепт со всеми необходимыми ингредиентами, необходимыми для "приготовления" такого вот друга. Например, это может выглядеть вот так.*

### **Рецепт для приготовления Саши**

#### **Ингредиенты:**

- рыжие волосы средней длины
- два карих глаза
- один большой вечно улыбающийся рот
- 28 блестящих красивых зубов
- одно сильное стройное тело
- одна пара ковбойских сапог.

### **Способ приготовления:**

*Причеши волосы и сделай посередине ровный пробор, волосы должны равномерно спадать в обе стороны. Затем обеими руками нужно навести максимальный беспорядок на голове. Лицо надо повернуть к солнцу, чтобы глаза сверкали ярче. Чтобы рот улыбался достаточно широко, его нужно хорошенько выдрессировать. Не забудь сразу же надеть ковбойские сапоги, иначе ты никогда не получишь настоящего Сашу. Теперь собери 28 больших зерен белого риса и воткни их по кругу под носом. Сомкни их покрепче и сам улыбнись пошире, потому что Саше это нравится. Когда вы оба напишете свои рецепты, зачитайте их друг другу.*

По завершении процедуры предложите детям сесть в общий круг. Желательно, чтобы они не сидели рядом с теми детьми, с которыми только что работали. Часть детей может зачитать свои рецепты, а остальные должны будут угадать, о ком идет речь. После этого каждый ученик отдает свой рецепт партнеру.

### **Анализ упражнения:**

- Что нового ты узнал о своем партнере?
- Тебе понравился рецепт, написанный для "приготовления" тебя?
- Что в твоём рецепте оказалось самым важным для тебя?
- Какой рецепт тебе понравился больше всего?

*Смешное приветствие*

*ИГРА 24 (с 9 лет)*

® **Цели:** Для **здорового психического и физического развития** детям необходимы разнообразные прикосновения, желательно приятные и способствующие более тесному личностному контакту с себе подобными. Для многих детей моделью прикосновения обычно служит телевидение, в котором все прикосновения связаны либо с насилием, либо с сексом. В ходе данного упражнения дети могут устанавливать друг с другом физический контакт, пожимая друг другу руки. Они должны будут придумать разнообразные формы рукопожатий, причем одна из них на какое-то время становится правилом для приветствия всех детей в классе. Таким образом, эта игра не только обеспечивает возможность физического контакта, но и способствует большей самоидентификации учеников со всем классом.

*Инструкция: Я хочу поговорить с вами о том, как обычно приветствуют друг друга люди. Кто из вас может продемонстрировать типичное русское рукопожатие? А кто знает другой способ подавать руку при встрече?*

Попросите детей показать различные варианты рукопожатий. Очень интересно бывает и развитие самого контакта при этом. Некоторые подают вялую безжизненную руку, другие жмут руку изо всех сил, и так далее.

*Я хотела бы, чтобы вы сейчас придумали смешное приветствие, которые мы будем использовать в ближайшее время. Это рукопожатие должно стать своего рода отличительным знаком нашего класса.*

56

Сначала выберите себе партнера. Вам предоставляется три минуты, чтобы изобрести с ним или с ней новый, как можно более необычный, способ рукопожатия. Это приветствие должно быть достаточно простым, чтобы мы все легко смогли бы его запомнить, но при этом — достаточно смешным, чтобы нам было весело пожимать друг другу руки именно таким способом.

Пока дети выполняют это задание, напишите на отдельных бумажках имена каждой пары, сложите записки в какую-нибудь коробочку или шапку.

*Теперь пусть каждая пара покажет придуманное ей приветствие. Нам необходимо выбрать то рукопожатие, которое мы будем с вами использовать на следующей неделе. Я приготовила жребии, и один из вас должен вытянуть бумажку с именами той пары, чье приветствие мы сейчас и выберем. После жребия эта пара еще раз покажет нам свое рукопожатие, чтобы мы смогли его хорошо запомнить.*

На следующей неделе время от времени напоминайте об этом смешном приветствии и предоставляйте детям время (примерно полминуты), чтобы как можно больше одноклассников могли поздороваться друг с другом выбранным рукопожатием. Некоторые классы стремятся сохранять именно это приветствие в течение достаточно длительного времени, другие хотят через некоторое время сменить приветствие и поэкспериментировать с несколькими формами рукопожатий, прежде чем окончательно выбрать наиболее подходящее для всех.

### **Анализ упражнения:**

- Как приветствуют друг друга ученики нашего класса, когда собираются утром?

- В чем преимущество шутливого рукопожатия?
- Гордишься ли ты своим классом?
- Какой способ рукопожатия тебе показался самым смешным?
- Как приветствуют друг друга дети и взрослые из других стран?

57

*Молчание — золото*

*ИГРА 25 (с 9 лет)*

**Цели:** Это весьма увлекательное упражнение, которое начинается с глубокой тишины и сконцентрированности, а заканчивается всеобщим оживлением. С его помощью все дети могут активно контактировать с другими и получают великолепный шанс проявить свои театральные таланты.

**Материалы:** Каждому ребенку нужна нить цветной шерсти длиной около 30 сантиметров.

*Инструкция: Встаньте, пожалуйста, и возьмите каждый в руку по шерстяной нити. Зажмите нить между указательным и большим пальцами одной руки так, чтобы ее было хорошо видно. Сейчас мы проверим, кто из вас сможет дольше остальных сохранить у себя свою нить. До тех пор, пока вам удастся молчать, вы можете оставлять нить при себе. Тот из вас, кто поддастся на шутки остальных или по забывчивости не удержится и что-нибудь скажет, тот должен будет положить свой кусок нити на мой стол. А до тех пор, пока у вас в руках еще остается нить, вы можете без слов заставлять остальных что-нибудь сказать. Вы можете делать все, что угодно. Нельзя лишь прикасаться к другим и говорить. Тот, кто уже потерял свою нить, может продолжать игру и пытаться "разговорить" молчащих обладателей шерстяных нитей уже словами.*

**Анализ упражнения:**

- Как долго тебе удавалось сохранить свою нить?
- Что тебе понравилось больше: усиленно молчать или заставлять говорить других?

58

*Отдам, тебе то, что есть у меня*

*ИГРА 26 (с 6 лет)*

**Цели:** С помощью этого небольшого ритуала дети могут создавать в классе дружелюбия. Поскольку в ней они передают друг другу что-то невидимое, это активизирует их любопытство и фантазию. Эта игра хорошо работает в качестве "разогрева" в различных ситуациях.

*Инструкция: Разбейтесь на группы от 8 до 10 человек. Пусть каждая группа образует свой круг. Один из вас начинает игру словами, например: "Тебе, Клава, отдам то, что есть у меня..." Произнося эти слова, этот ученик делает вид, что держит что-то в руках, подходит к Клаве и передает ей это. Клава, в свою очередь, "принимает подарок" обеими руками. Неважно, что это за подарок. Достаточно, если вы поймете, какого он примерно размера, хрупкий он или крепкий, легкий или тяжелый. После этого Клава должна решить, кому бы она хотела сделать подарок, и "передает" его с теми же словами: "Тебе, Олег, дам то, что есть у меня". Игра заканчивается, когда каждый получит хотя бы один подарок.*

Побуждайте детей с помощью пантомимы показывать свойства подарка, не называя его при этом. Для этого вы можете, например, спросить: "Твой подарок тяжелый или легкий на вес?", "Если он упадет, он укатится или останется лежать на месте?"

**Анализ упражнения:**

- Какой подарок придумал первый ребенок?
- Ты угадал, что это был за подарок?
- Что тебе понравилось больше — дарить или получать подарки?
- Когда ты в последний раз получал подарок?

59

*Интервью*

*ИГРА 27 (с 6 лет)*

**Цели:** Для того, чтобы у детей установился хороший контакт с учителем, им очень важно знать о нем то, про что они время от времени думают или фантазируют. К таким вопросам относят такие вещи, как:

- Замужем ли Вы?
- Есть ли у Вас дети?
- Как Вы обходитесь со своими детьми?

- Получали ли Вы когда-нибудь двойки?
- Проваливали ли Вы когда-нибудь экзамен?
- Выпивали ли Вы когда-нибудь?
- Пробовали ли Вы когда-нибудь наркотики?
- Чем Вы гордитесь?
- Чего Вы боитесь? и т.д.

Эта игра поможет Вам улучшить контакт с детьми. Если Вы постоянно работаете с одними и теми же детьми, то можете повторить это упражнение несколько раз. Если Вы только начали работать с классом, то игра даст Вам возможность создать в нем атмосферу открытости и честности. Особенно хорошо эта игра работает, когда дети ведут себя чересчур неуверенно или слишком беспокойно.

*Инструкция: Я хочу предложить вам сыграть в игру, которая протекает следующим образом... Вы получаете десять минут на то, чтобы побольше узнать обо мне. Каждый из вас может подойти ко мне и задать мне какой-нибудь вопрос. Ну, например: "Вы замужем?" После того, как один ученик задаст свой вопрос, он возвращается на свое место, а я отвечаю. Затем ко мне может подойти следующий и задать свой вопрос. Итак, у вас ровно десять минут, чтобы поближе познакомиться со мной. Но я хочу удовлетворить и свою собственную любознательность, и потом я буду задавать вопросы всему классу. Я уверена, что после такой игры мы будем больше знать друг о друге, и это поможет нам легче находить общий язык.*

## 60

Вопросы, которые Вы будете задавать всему классу, могут быть, например, такими:

- Есть ли в вашей семье, кроме вас, еще и другие дети?
- Кто из вас самый старший (самый младший) ребенок в семье?
- У кого из вас самое необычное увлечение, хобби?
- У кого из вас самый активный темперамент?
- Кого в классе все слушаются?
- Кто из вас самый большой фантазер?

*Чет и нечет*

*ИГРА 28 (с 9 лет)*

**Цели:** Это отличное упражнение для снятия напряжения и зажимов, в ходе него дети вступают во множество контактов, развивают инициативу и могут испытать радость победы или горечь поражения. Вы можете играть вместе с учениками, чтобы продемонстрировать им, что и Вы тоже любите иногда поиграть.

**Материалы:** Каждому ребенку нужно 15 горошин.

*Инструкция: Сейчас мы сыграем с вами в игру. Каждый должен отсчитать себе по пятнадцать горошин. Затем, зажав их в кулаке, начните ходить по классу. Как только вам захочется вступить в игру, остановитесь рядом с кем-нибудь и протяните ему кулак, в котором зажата какая-то часть ваших горошин. Протягивая своему партнеру сжатый кулак, спросите: "Чет или нечет?" Если второй ученик отгадывает, то он получает эти горошины себе, если не угадывает, то отдает первому ровно столько горошин, сколько у того было в кулаке.*

*Победит тот, у кого через десять минут окажется больше всего горошин.*

**Анализ упражнения:**

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Сколько раз тебе повезло в игре?
- У кого оказалось больше всего горошин?
- Есть ли у нас кто-то, кто остался совсем без горошин?
- Кто из вас угадывал лучше всех?
- С каким количеством человек ты играл?
- Что происходило чаще: тебя спрашивали другие дети или ты их?
- Ты играл по-честному?

## 62

*Все вместе!*

*ИГРА 29 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта игра годится для детей любого возраста, она уместна и в разновозрастной группе. Вам надо нарисовать на полу круг такого размера, чтобы озадачить детей сложной, но решаемой проблемой: как им всем разместиться на очерченном пространстве. Если вы захотите задачу усложнить, то можете попросить детей составить остров из газет, которые нельзя ни рвать, ни

раздвигать.

**Материалы:** Мелки для рисования или листы газет.

**Инструкция:** *Вы видите перед собой на полу небольшой остров (нарисованный или составленный из газет — в зависимости от Вашего выбора). Мне очень интересно, сколько человек может разместиться на этом островке. Это на самом деле получился совсем небольшой островок, но, может быть, вы сможете придумать, как разместиться на нем вам всем.*

63

*Похлопывающий массаж*

*ИГРА 30 (с 6 лет)*

**Цели:** Обычно дети думают, что удар является только актом агрессии, которым мы причиняем окружающим боль. С помощью этого упражнения они могут увидеть другие возможности похлопываний, а именно — они смогут сделать приятный массаж другому ребенку с помощью легких ударов мягкой стороной ладони. Таким образом, "битье" становится способом приятного дружеского контакта. Этот опыт особенно полезен мальчикам.

Вы можете использовать данное упражнение в качестве бодрящей и освежающей перемены, после того, как дети вынуждены были долго сидеть без движения или проявляют признаки усталости и гиподинамии. Похлопывание стимулирует нервные окончания, улучшает кровообращение и снимает мышечное перенапряжение. Кроме того, дети становятся более бодрыми и оживленными.

**Инструкция:** *Я предлагаю вам веселую и освежающую игру-разминку. Разбейтесь, пожалуйста, на пары и выберите, кто будет Первым номером, а кто — Вторым.*

*Первые номера должны встать на колени, наклониться вперед и положить голову на ладони перед собой. А Вторые номера должны встать сбоку от Первых на колени и начать мягко постукивать пальцами по спине своего партнера. Это постукивание на слух должно быть похожим на легкий цокот копыт лошади, бегущей трусцой. Начинайте такое похлопывание от плеч и постепенно переходите по всей спине до пояса. Постукивать нужно поочередно то правой, то левой рукой. (2 минуты.)*

*А теперь, пожалуйста, поменяйтесь ролями.*

*Обсудите друг с другом, что вы чувствовали, когда вам делали массаж. Хорошо ли ваш партнер справлялся с задачей массажиста?*

**Анализ упражнения:**

— Как ты себя теперь чувствуешь?

64

— Что тебе больше понравилось — когда делали массаж тебе, или когда делал массаж ты?

— Почему полезен такой массаж?

— Знаешь ли ты другие формы массажа?

*От спины к спине*

*ИГРА 31 (с 9 лет)*

**Цели:** Эта игра помогает детям установить хороший контакт друг с другом. Им нужно не только физически объединиться, но и создать настоящий командный дух в своей подгруппе для того, чтобы совместно решить достаточно сложную задачу.

**Материалы:** Каждой группе нужна одна игрушка: "летающая тарелка", одноразовая картонная тарелка или что-нибудь подобное.

**Инструкция:** *Разбейтесь, пожалуйста, на группы по восемь человек. Встаньте в тесный плотный круг, плечо к плечу. Теперь встаньте на четвереньки, по-прежнему тесно прижавшись плечом к плечу. Эту тарелку я положу на спину одного из вас. Вам нужно будет передавать тарелку друг другу спинами, без помощи рук. Когда тарелка сделает полный круг, вы можете все вместе громко выкрикнуть: "Ура!", а если тарелка упадет на пол, вы можете хором немного повыть, как голодный волк воет на луну. Потом вы можете руками водрузить ее снова на спину того, кто ее уронил.*

*Как вы думаете, сколько минут потребуется вашей группе, чтобы тарелка сделала полный круг?*

**Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Какую технику передачи тарелки вы придумали?

— Ты был доволен своей группой?

— Какая группа быстрее всех справилась с задачей?

66

*Друг к дружке!*

### *ИГРА 32 (с 6 лет)*

**Цели:** Это упражнение обеспечивает возможность контакта и взаимодействия почти всех детей друг с другом, также оно является быстрой освежающей разминкой во время перемены или отдыха. В этой игре дети могут почувствовать все свое тело. Кроме того, детям самого младшего возраста это упражнение помогает научиться более точно идентифицировать различные части тела.

**67**

**Инструкция:** Сейчас вы будете играть в одну очень интересную игру, во время которой все нужно делать очень-очень быстро. Вы покажете мне, насколько внимательно вы меня слушаете и насколько быстро вы можете сделать то, что я буду вам говорить. Сейчас у вас ровно пять секунд, чтобы выбрать себе партнера и быстро-быстро пожать ему руку... А теперь я буду вам говорить, какими частями тела вам нужно будет очень быстро "поздороваться" друг с другом:

— правая рука к правой руке!

— нос к носу]

— спина к спине<sup>1</sup>.

Ну, что ж, это вы смогли сделать быстро. А теперь запомните, пожалуйста, следующее. Каждый раз, когда я крикну: "Друг к дружке!", вам будет нужно быстро-быстро найти себе нового партнера и пожать ему руку. А после этого я снова буду называть части тела, которыми вы должны будете дотрагиваться друг до друга. Итак: "Друг к дружке! Ухо к уху!"

— бедро к бедру!

— пятка к пятке!

Пусть дети поменяют пять или шесть партнеров. Всякий раз называйте новые части тела, посредством которых дети должны вступать в контакт друг с другом.

#### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе игра?

— Легко ли тебе было действовать столь быстро?

— Были ли названы такие части тела, которые ты не сразу понял?

**68**

### *Акулы и матросы*

#### *ИГРА 33 (с 9 лет)*

**Цели:** Для этого упражнения Вам понадобится много свободного пространства. В зоне игры не должно находиться никакой мебели с острыми углами и прочих препятствий. С помощью этого упражнения дети могут вступить в честную борьбу и померяться между собой в силе, ловкости и решительности.

Время от времени Вы можете использовать данное упражнение в качестве зажигательной разминки перед занятиями, в которых необходим хороший контакт между детьми. Особенно эта игра эффективна в ситуациях, когда класс ведет себя слишком шумно, когда детям не хватает движения, или когда в группе проявляются признаки скрытой напряженности. Во всех этих случаях игра "Акулы и матросы" помогает установить и закрепить в группе благоприятный психологический климат.

**Материалы:** Мел или скотч для разметки круга диаметром примерно в 5 метров. Вы можете придать "кораблю" и другую форму, если это позволяет интерьер и площадь класса.

**Инструкция:** Вы видите перед собой на полу большой круг, начерченный мелом. Представьте себе, что это корабль. В океане вокруг корабля плавают в большом количестве акулы. Эти акулы пытаются затащить матросов в море, а матросы стараются затащить акул на корабль. Когда акулу полностью затаскивают на корабль, она тут же превращается в матроса, а если матроса вытягивают в море полностью, то он превращается в акулу.

Знаете, как вы можете перетягивать друг друга через эту границу? Сейчас я вам расскажу. Хватать друг друга можно только за руки. Кроме того, действует важное правило: один матрос — одна акула. Никто больше не должен вмешиваться. Запомните, что вы сможете тянуть гораздо сильнее, если будете немного сгибать колени. Ведь при этом ваш центр тяжести оказывается ниже, и окружающим становится труднее сдвинуть вас с места.

Все хорошо поняли правила? Теперь нам нужно договориться еще об одном сигнале. Если кто-нибудь из вас испугается, ему будет не-

**69**

приятно или больно, он всегда может крикнуть: "Стоп!", тогда вся борьба на время прекращается, но все остаются на своих местах. Когда "Стоп!" крикну я, происходит то же

самое.

*А теперь вы можете разделить на команды. Одна половина детей "забирается на корабль", а вторая становится "акулами, прожорливо рыскающими вокруг судна".*

**Анализ упражнения:**

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Кого ты тянул?
- Все ли дети боролись по-честному?
- Какая техника борьбы оказалась самой эффективной?
- Смогла ли одна из команд победить?

*Тайный дар*

*ИГРА 34 (с 6 хеш)*

**Цели:** Многие дети страдают от недостатка нежных прикосновений. Таким детям особенно трудно ощущать и осознавать свои права и свою значимость. Поэтому очень важно время от времени предлагать им возможность в ходе тех или иных упражнений получать нежные физические прикосновения и ласку. Кроме того, это упражнение содержит в себе элемент таинственности и секретности.

**Инструкция:** *Разбейтесь, пожалуйста, на пары. Решите, кто в вашей паре будет Первым номером, а кто — Вторым. Сначала Первые номера должны закрыть глаза, встать легко и расслабленно, свободно опустив руки по швам. Вторые же номера должны подарить Первым секретный подарок. Я расскажу вам, как можно это сделать. Второй номер становится перед своим партнером и кладет руки ему на голову. Затем он придумывает какой-нибудь добрый секрет, который он передаст с помощью рук своему партнеру. Это может быть покой и отдых, кусочек радости или счастья, порция доверия и уважения.*

*Вы можете придумать что-нибудь такое прекрасное и приятное, что доставит радость вашему партнеру. Когда вы решите, что именно вы хотите передать ему, то начните нежно ласкать своего партнера: сначала виски, потом шею, плечи, локти, руки, бедра, лодыжки, колени, голени и ступни. И постоянно при этом думайте о том тайном даре, который вы хотите передать ему своими ладонями...*

*А когда вы доберетесь до самого пола, то, пожалуйста, повторите все еще раз, начав опять же с головы. После этого поменяйтесь ролями.*

Предоставьте детям возможность по завершении упражнения обменяться впечатлениями, рассказать друг другу о своих чувствах и ощущениях. Но при этом они ничего не должны говорить о том тайном даре, который они передавали своему партнеру.

**Анализ упражнения:**

- Как ты себя теперь чувствуешь?

71

- Что тебе понравилось больше — дарить или получать тайный дар?
- Почему такие прикосновения расслабляют и ободряют?
- Какие люди используют прикосновения для лечения больных?

### Глава 3

#### Чувственное восприятие

*Волшебная котомка*

*ИГРА 35 (с 6 лет)*

**Цели:** В этой игре дети должны понимать, что без слов хочет сказать им другой человек. Это весьма интересная, но в то же время и сложная задача для детей. Игра развивает любознательность и способность составлять из отдельных зрительных впечатлений целостный осмысленный образ. Кроме того, эта игра может служить отличной разминкой перед работой, требующей от детей внимания и собранности.

**Инструкция:** *Я хочу поиграть с вами в игру под названием "Волшебная котомка". Сядьте, пожалуйста, в один общий круг.*

*Вот моя Волшебная котомка. (Покажите детям с помощью пантомимы, что на полу перед Вами стоит большая сумка). Из этой Волшебной котомки я буду сейчас "доставать" разные вещи, а вы сможете увидеть их, но не наяву, а только с помощью своего воображения. Для того, чтобы вы смогли понять, что за вещь я "достала", я буду показывать, как пользоваться ею. Как только кто-нибудь из вас угадает, что именно я "достала из волшебной котомки", он должен встать со*



стула, но пока не должен ничего говорить. Когда все дети встанут, они смогут рассказать, что же они "увидели".

"Доставая разные вещи из волшебной котомки", Вы можете, например:

- забить молотком гвоздь
- очистить и съесть банан
- развернуть и съесть принесенный из дома бутерброд
- распилить бревно
- разрезать ножницами бумагу
- выпить стакан воды
- записать что-нибудь в тетрадь
- достать монеты из кошелька

и т.д.

*А теперь представьте, что Волшебная котомка стоит и перед вами. Кто хочет что-нибудь "достать" из нее?*

74

Предоставьте детям достаточное количество времени для пантомимических загадок. В завершение Вы можете продемонстрировать дополнительные возможности Волшебной котомки. Например, "достаньте" из нее "отдельные детали автомобиля" и позовите детей на помощь.

*Теперь нам нужно вытащить из нашей Волшебной котомки нечто очень большое и собрать из составных частей это нечто в центре класса. Кто догадается, что именно я делаю, может прийти мне на помощь, чтобы вместе "построить" этот большой предмет.*

Попросите в конце этой работы всех детей окружить воображаемый автомобиль и осторожно "вынести" его из класса.

#### **Анализ упражнения:**

- Легко ли тебе было угадывать, что имели в виду другие участники игры?
- Что ты показывал сам?
- Какие люди часто используют язык жестов?
- Разговариваешь ли ты иногда с друзьями языком знаков?
- Понравилось ли тебе угадывать?

*Прикосновение*

*ИГРА 36 (с 6 лет)*

**Цели:** Эту игру вполне можно использовать для "разогрева" группы перед важной работой в классе. Она делает детей более любопытными, внимательными и включенными в процесс. У них появляется возможность более тонко использовать чувствительность ладоней, соединяя воедино тактильные и визуальные ощущения.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Осмотритесь в помещении, посмотрите, не найдете ли вы что-нибудь такое, чего вы не заметили вчера. Кто нашел для себя что-нибудь новое? А кто может обнаружить у себя что-то такое, чего у него не было вчера?*

*А теперь покажите мне, до чего вы можете дотянуться со своего места. Можете ли вы коснуться чего-нибудь твердого? Покажите мне, что твердое вам удалось найти. А теперь потрогайте что-нибудь теплое. Что есть теплое на вас самих? Покажите нам, что вы нашли. А теперь осторожно прикоснитесь к чему-нибудь такому на себе, что было бы влажным или мокрым. Покажите мне, что вы обнаружили.*

*А теперь каждый из вас по очереди может вставать и прикасаться к различным вещам в классе. При этом он должен сообщать нам всем, к чему он прикоснулся, и какое оно на ощупь. Например, сейчас я прикасаюсь к двери. На ощупь она гладкая и прохладная... А теперь я прикасаюсь к стулу. Он холодный...*

Предоставьте четверым или пятерым добровольцам возможность провести своего рода экспедицию по классу. Проследите, чтобы каждый из них пояснял каждое свое прикосновение законченными комментирующими фразами.

*А теперь вы все можете встать и начать ходить по всему классу, прикасаясь к различным предметам, качества которых я буду называть. Прикоснитесь к чему-нибудь гладкому... Дотроньтесь до чего-нибудь шершавого... Прикоснитесь к чему-нибудь холодному... Потрогайте что-нибудь теплое...*

*А теперь возвращайтесь на свои места. Возьмите лист бумаги и нарисуйте что-нибудь из того, к чему вы только что прикасались.*

76

*Наперсток*

*ИГРА 37 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта очень простая игра развивает наблюдательность детей, а также предоставляет всему классу прекрасную возможность прийти в состояние покоя и сосредоточенности. Проведите это упражнение два или три раза.

**Материалы:** Один наперсток.

**Инструкция:** *Я спрятала в классе наперсток, который вам необходимо найти. Вы можете повсюду ходить и заглядывать во все углы. Нет необходимости искать его на ощупь, открывать шкафы и парты, так как он лежит на видном месте. Тот, кто найдет наперсток, должен сохранить свою находку в тайне, не выдавая себя ни смехом, ни намеками. Он просто должен сесть на свое место и молча наблюдать, как остальные продолжают поиск. Тот, кто первым найдет наперсток, в следующий раз прячет его.*

**Анализ упражнения:**

- Быстро ли ты нашел наперсток?
- Все ли дети четко придерживались правил игры?
- Ты наблюдательный человек?
- Как ты искал наперсток?

77

*ИГРА 38 (с 8 лет)*

**Цели:** Очень важно, чтобы дети научились внимательно разглядывать лица окружающих. Это позволит им лучше определять настроения и чувства своих собеседников и партнеров. Кроме того, этот навык лежит в основе эмпатии и умения выражать сочувствие окружающим. Эта игра является прекрасной тренировкой наблюдательности, а также помогает детям осознать все богатство и пестроту окружающего их мира.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Я хотела бы поговорить сегодня о носах. Знает ли кто-нибудь из вас человека с очень примечательным носом? Вы можете описать нам этот нос? А знаете ли вы, для чего людям нужны носы?*

Обсудите с детьми на соответствующем их возрасту уровне физиологические, анатомические и психологические функции носа.

*Нос необходим нам не только для дыхания и обоняния. Он важен еще и как важный отличительный признак человеческого лица. Как ни странно, но практически не бывает совершенно одинаковых носов — каждый нос по-своему уникален. Поэтому я хочу предложить вам такую игру. Я буду ходить по кругу и рассматривать ваши носы. Затем я загадаю один из носов, но никому не скажу, чей. А потом я буду максимально подробно описывать этот нос. Например: "Это совсем прямой короткий нос, ноздри красивые и выпуклые, когда обладатель этого носа смеется, они шевелятся; нос этот уже неплохо успел загореть на солнце..." И так далее. Как только кто-нибудь из вас догадается, чей это нос, он тут же может сказать об этом.*

Опишите носы различных детей. Во время игры ученики смогут и должны будут поразглядывать носы своих одноклассников. Под конец упражнения Вы можете предложить нескольким добровольцам побыть ведущими и походить внутри круга, описывая чей-то нос. Помимо прочего, игра развивает словарный запас, поскольку описывать нос непросто.

*Завтра мы снова поговорим о носах, поэтому вам нужно будет хорошо разглядеть и запомнить лица встречающихся вам людей. Старайтесь делать это ненавязчиво, например так, как мы это делали сегодня в ходе нашей игры. А завтра каждый из вас должен будет рассказать о каком-нибудь наиболее примечательном носе, увиденном вами.*

78

**Анализ упражнения:**

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Нравится ли тебе разглядывать лица?
- Какие части лица тебе наиболее интересны?
- Сможешь ли ты понять по лицу другого человека, какое у него сейчас настроение?
- Почему многие люди ходят с "застывшим" выражением лица?
- Чей нос тебе показался наиболее интересным?
- Можешь ли ты описать свой собственный нос?

79

*Разведчик*

### *ИГРА 39 (с 9 лет)*

**Цели:** Внимание детей развивается гораздо быстрее, когда их побуждают делиться результатами своих наблюдений с окружающими. Особенно важно при этом развивать у них убеждение, что умение обращать внимание на разнообразные детали окружающего мира делает жизнь интереснее, да и успех при этом достигается легче.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Я буду сейчас задавать вам вопросы, на которые могут ответить только настоящие сыщики или разведчики. Вы можете назвать каких-нибудь известных сыщиков или разведчиков?*

*Настоящий сыщик должен уметь все видеть и слышать, иногда ему нужно уметь и хорошо принохиваться. Он должен уметь с легкостью запоминать картины, звуки, голоса, запахи и так далее. Сейчас я предлагаю вам побыть "сыщиками". Закройте глаза, и не открывайте их до тех пор, пока я вам этого не скажу.*

— *Кто из вас, не открывая глаз, может сказать, кто сидит справа от него?* (Пусть несколько разных учеников ответят на этот вопрос или добровольно, или по Вашей просьбе).

— *Кто из вас с закрытыми глазами может описать обувь, в которой я сейчас стою перед вами?* (Хорошо, если как можно больше детей выскажут свои догадки.)

— *Кто может сказать, какого цвета потолок в нашем классе?*

— *Кто может назвать цвет глаз своего лучшего друга или подруги?*

— *Кто из вас может описать носки, которые на нем сейчас надеты?*

— *Кто может сказать, сколько окон у нас в классе?*

— *Кто из вас может угадать, какую мелодию я сейчас напеваю, а желательно еще и пропеть первые пять слов этой песни?* (Выберите песню, достаточно известную детям Вашего класса).

*Теперь вы можете открыть глаза. На следующие вопросы вы можете отвечать с открытыми глазами.*

— *Кто может описать прически своих родителей?*

80

— *Кто из вас может описать посуду, из которой он сегодня ел?*

— *Кто из вас может рассказать, как выглядит интерьер вашего любимого магазина?*

— *Кто из вас может сказать мне, что он делал вчера, прежде чем лег спать?*

Дайте детям возможность самим придумать подобные вопросы и задать их друг другу.

#### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Какой вопрос оказался для тебя самым сложным?

— На какие вопросы тебе было легко отвечать?

— Играешь ли ты иногда в подобные игры?

— Что ты делаешь для тренировки своей памяти?

### *ИГРА 40 (с 9 лет)*

**Цели:** Это упражнение направлено на то, чтобы побудить детей смотреть на собеседников во время взаимодействия с ними. Многие дети избегают визуального контакта с собеседниками, вызывая у тех чувство неуверенности и дискомфорта. Мы хотели бы приучить детей обращать внимание на то, как проявляются эмоции у других людей, поскольку это развивает способность к эмпатии. Позже это поможет им устанавливать и поддерживать приятные и глубокие социальные контакты.

**Инструкция:** *Что вы делаете, когда разговариваете с кем-нибудь? Смотрите ли вы в лицо собеседнику или отводите глаза в сторону? Можете ли вы по глазам понять, что сейчас чувствует ваш собеседник?*

*Я хочу попробовать сыграть с вами в игру, во время которой вы по очереди будете то смотреть в глаза другу, то отводить взгляд. Встаньте все, пожалуйста, и начните разгуливать по классу...*

*Остановитесь напротив кого-нибудь и расскажите, чем бы вы хотели заняться в ближайшие выходные. Во время разговора не смотрите друг на друга... (2 минуты.)*

*Ну а теперь разойдитесь, походите по классу и подойдите к кому-нибудь другому. Теперь расскажите о чем-нибудь наиболее интересном из того, чем вы занимались в прошлые выходные. В этот раз внимательно смотрите в глаза друг другу или просто в лицо... (2 минуты.)*

*Теперь снова разойдитесь, погуляйте немного по классу и снова встаньте попарно. Решите, кто в вашей паре будет номером А, а кто — номером Б. Пусть А расскажут о том, что могло бы их испугать. Б не должны ничего говорить, а должны только внимательно смотреть в лицо рассказчику. (2-3 минуты.)*

Теперь завершите, пожалуйста, свой рассказ. Пусть теперь рассказывают номера Б. Расскажите о тех ситуациях, в которых вы испытали громадную радость. Номера А не должны при этом ничего говорить, а должны лишь внимательно слушать, глядя в глаза рассказчику. (2-3 минуты.)

**82**

Удастся ли вам определить по лицу своего собеседника его чувства?

Порой глазами мы передаем что-то такое, что очень трудно выразить словами. Давайте мы поиграем еще в одну игру, во время которой вы сможете поупражняться в установлении контакта с помощью глаз. Эта игра называется "Монстр", и протекает она следующим образом.

Мы все становимся в один общий круг, а один из вас выходит в центр круга. Он и будет нашим Монстром. Монстр голоден и хочет на нас напасть. Он выбирает себе Жертву и медленно подходит к ней с грозным видом. Его пасть раскрыта, и он готов уже наброситься. Для Жертвы есть лишь одно спасение: установить глазами контакт с кем-то из детей, чтобы тот громко выкрикнул свое имя и отвлек внимание Монстра на себя. Тогда Монстр медленно и ужасающе приближается уже к этому ребенку. Спаситель должен теперь сам посмотреть на всех и поймать чей-нибудь взгляд, чтобы теперь кто-нибудь спас уже его и отвлек внимание Монстра на себя... Так игра продолжается дальше. После трех попыток напасть на жертву Монстр устает и отправляется спать, а его место занимает кто-нибудь другой из круга.

Может получиться так, что кого-то из Жертв не удастся спасти, и ужасные челюсти Монстра несильно сомкнутся на ней. Тогда Монстр может издать свой жуткий крик победы. Пойманный ребенок освобождает Монстра от его проклятия и занимает его место, став Монстром вместо него. Вы поняли правила игры?

**Анализ упражнения:**

- Любишь ли ты во время разговора смотреть собеседнику в глаза?
- Что ты думаешь, когда твой собеседник вообще не смотрит на тебя?
- Знаешь ли ты таких людей, которые взглядом вынуждают своего собеседника стесняться?
- Есть ли в классе дети, по глазам которых ты можешь сказать, что они чувствуют?
- Легко ли прочитать по твоему лицу, что ты чувствуешь?

**83**

**Сколько нас?**

*ИГРА 41 (с 6 лет)*

**Цели:** Это упражнение направлено на развитие у детей слуха и требует от них умения внимательно вслушиваться и различать тонкие звуковые нюансы. Игра создает атмосферу всеобщей сконцентрированности, что является прекрасной основой для занятий, требующих от детей внимательного прослушивания материала.

\* Материалы: Повязка на глаза.

**Инструкция:** *Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас хочет доказать нам, что умеет очень хорошо и внимательно прислушиваться? Спасибо, Коля, встань, пожалуйста, в центр круга. Сейчас мы завяжем тебе глаза. Все остальные должны стоять так тихо, чтобы было слышно, как муха пролетает. Сейчас я подниму руку, и по этому знаку один за другим вы должны будете осторожно подходить к Коле и становиться за его спиной. Следующий начинает подходить только после того, как предыдущий займет свое место позади Коли.*

**84**

*Как только я опущу руку, все останавливаются там, где они в этот момент окажутся. Все остальные должны вести себя как можно тише, чтобы Коля смог расслышать самые тихие шорохи. Ведь он должен с закрытыми глазами определить, сколько детей стоит у него за спиной. Если он угадает правильно, то мы все будем громко и восторженно ему аплодировать. А теперь я подам условленный знак.*

Поднимите руку и опустите, когда за спиной у водящего наберется достаточное, на Ваш взгляд, количество детей. Постарайтесь учитывать возможности водящего. Младшим школьникам трудно решать эту задачу, если у них за спиной стоит больше пяти детей.

*Коля, как ты думаешь, сколько детей сейчас стоит за твоей спиной?*

**Анализ упражнения:**

- На самом ли деле дети вели себя очень тихо?
- Ты сам хотел бы выйти в центр круга?
- Можешь ли ты слышать очень-очень тихие шорохи?

— Для каких профессий важен хороший слух?

*Иван да Ткачиха*

*ИГРА 42 (с 6 лет)*

**Цели:** Данная игра требует высокой концентрации внимания от обоих ее участников — "Ивана" и "Данилы". Тонкий слух и хорошая интуиция помогут им решить задачу. Игра спланирует детей и является эффективным и увлекательным отдыхом перед каким-нибудь сложным занятием или после него.

«**Инструкция:** Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием "Иван да Данила". Встаньте, пожалуйста, в один общий круг. Два игрока выходят в центр круга. Выберите, кто из вас будет Иваном, а кто — Данилой. Иван закрывает глаза и пытается поймать Данилу, крича ему: "Где ты, Данила?". Данила должен отвечать ему: "Тут я, Иванушка!", при этом Данила играет с открытыми глазами и пытается ускользнуть от Ивана. Естественно, и Иван, и Данила должны все время оставаться в пределах круга. Остальные дети должны смотреть, чтобы Иван не заблудился. У Ивана есть ровно одна минута на то, чтобы поймать Данилу. После этого играет следующая пара.

**86**

*Рисунки на спине*

*ИГРА 43 (с 6 лет)*

**Цели:** Это своеобразная и увлекательная игра, способствующая развитию у детей фантазии и тонкости восприятия. Кроме того, эта игра обеспечивает определенный уровень физической и психологической близости между детьми. Группа спланируется, дети становятся бодрыми и веселыми. Это упражнение может послужить хорошей подготовкой к тематическим занятиям, требующим от детей определенной интуиции. Когда дети в достаточной степени овладеют игрой, они смогут использовать в ней любые образы, в том числе и связанные с учебным материалом.

**Инструкция:** Разбейтесь, пожалуйста, на группы по шесть человек в каждой. (Тем временем Вы сами встаньте в центре класса). Теперь мы все вместе образуем одну гигантскую звезду. Каждая группа должна стать одним из лучей этой звезды, для этого вам нужно будет сесть на пол в один ряд, друг за другом, повернувшись спиной ко мне. Последний ребенок каждой подгруппы должен оказаться примерно в метре от меня.

А сейчас я объясню вам, что мы будем делать. Я подзову каждого из сидящих ближе всего ко мне детей и попрошу их всем одновременно, что им нужно будет нарисовать на спине сидящих перед ними учеников. Второй ребенок в ряду постарается "прочитать" своей спиной рисунок и должен будет нарисовать то же самое на спине того, кто сидит перед ним. И так далее. Когда картинка "дойдет" до ребенка, сидящего в вершине своего луча, он должен будет быстро подбежать ко мне и прошептать на ухо, что за рисунок "дошел" до него. Для рисования вы можете использовать только указательный палец. Рисовать вам нужно очень тщательно и быстро, потому что группа, которая первой решит задачу, в этот раз побеждает и получает право придумать и сообщить мне рисунок, который вы будете рисовать в следующий раз. После каждого кона ребенок, сидевший в вершине луча, то есть дальше всех от меня, садится в основании луча, а все остальные сдвигаются на одно место вперед.

Постарайтесь сделать так, чтобы сначала дети предлагали не слишком сложные рисунки. Наиболее надежными вариантами могут быть: круг, треугольник, дом, солнце, луна или месяц, дерево, цветок или ваза...

**87**

**Анализ упражнения:**

— Легко ли тебе было "видеть" картины спиной?

— Ты был доволен своей командой?

— Хорошо ли понимал твой партнер нарисованные тобой картины?

*Стон королевы*

*ИГРА 44 (с 7 лет)*

**Цели:** Эту игру Вы можете время от времени использовать, чтобы показать ученикам Вашего класса, что они вполне могут вести себя совершенно тихо. Дети смогут поупражняться в бесшумных перемещениях по классу, а "королева" будет пытаться услышать каждый, даже самый тихий, шорох в классе.

После того, как Вы проведете эту игру не один раз, можно дополнить ее рядом увлекательных усложнений: носить при ходьбе на голове учебник, идти парами, прижавшись друг к другу

спинами, перемещаться тройками.

**Материалы:** Платок для "королевы".

*Инструкция:* Я хочу предложить вам игру с участием самой настоящей Королевы. Королева садится в центре класса на стул, а все остальные садятся на пол по одну сторону от нее. Вам нужно будет по очереди один за другим перейти на противоположную сторону так, чтобы Королева не застонала. У Королевы страшная мигрень, поэтому она очень громко стонет от каждого звука, даже очень тихого. Постоянно один из вас должен перемещаться на противоположную сторону. Если Королева услышит кого-нибудь из вас и застонет, то этому человеку придется вернуться на свое прежнее место. На Королеву мы наденем платок так, чтобы никто не смог обвинить ее в подглядывании. Кто хочет стать первой Королевой?

После того, как все дети пересекут помещение, начинается новый кон — с новой Королевой. На сей раз дети будут пересекать класс в обратном направлении.

**Анализ упражнения:**

- Умеешь ли ты ловко подкрадываться?
- Как ты чувствовал себя, когда тебя обнаружили?
- Когда тебе мешает шум в классе, а когда не мешает?
- Ты хотел бы быть Королевой в этой игре?

Где я?

*ИГРА 45 (с 9 лет)*

**Цели:** С помощью этой игры дети могут потренироваться в умении слушать и в умении ориентироваться в пространстве. В первый раз проведите эту игру в классе, к которому дети уже хорошо привыкли. Позже вы сможете провести игру и в других помещениях школы.

**Материалы:** Для половины детей нужны повязки на глаза.

*Инструкция:* Разбейтесь на пары. В каждой паре один человек должен сразу же надеть повязку на глаза, а второй будет осторожно водить своего "слепого" партнера по классу за руку. Время от времени "поводырь" останавливается и производит какой-нибудь шум, используя предметы, возле которых находится пара. Он может постучать пальцем по оконному стеклу, провести рукой по отопительным батареям, подергать штору и так далее. "Слепой" должен по этим звукам угадать, где именно он сейчас находится. Только если он угадает правильно, пара может двигаться дальше. Через пять минут по моему сигналу вы поменяетесь ролями.

Вначале можно использовать и такую модификацию: одна пара ходит по классу, а остальные наблюдают за ней.

**Анализ упражнения:**

- Какой шум тебе было труднее всего разгадать?
- Тебе легко было представить, в какой части класса ты находился?
- Какая роль тебе понравилась больше — "поводыря" или "слепого"?
- Ты доверял ребенку, который был твоим "поводырем"?
- Производил ли твой "поводырь" какие-то интересные шумы или шорохи?

**90**

*Описание с закрытыми глазами*

*ИГРА 46 (с 8 лет)*

**Цели:** Это упражнение уместно в тех случаях, когда детей необходимо замотивировать на более внимательное наблюдение за окружающим пространством или когда нужно потренировать их память. Кроме того, оно основано на одной из древнейших традиций, ведь большинство из нас любит рассказывать сказки и истории.

Темой этого упражнения могут быть не только события и предметы из повседневной жизни детей, но и разнообразные учебные и ознакомительные материалы. Например, Вы можете попросить детей описать, как выглядит дом, в котором живет Пеппи Длинныйчулок, как выглядит пилот пожарного вертолета, пролетающего над городом и т.д.

*Инструкция:* Разбейтесь, пожалуйста, на пары и съядте друг перед другом. Выберите, кто из вас будет Первым номером, а кто — Вторым. Пусть Первые номера закроют глаза и начнут максимально точно описывать свою комнату. А Вторые номера должны постараться как можно отчетливее представить себе, как выглядит эта комната. Можно задавать уточняющие вопросы. Например: "Как выглядят шторы в этой комнате? Какого они цвета? Есть ли на них узор? Из чего сделана твоя кровать: из дерева или металла? Есть ли узор у покрывала на твоей кровати? Какого оно цвета? Сколько ламп в твоей комнате?" (5 минут.)

После этого дети меняются ролями. Если есть возможность, можно после выполнения упражнения

попросить всех детей записать то, что они рассказывали про свою комнату.

Другие интересные темы для описания с закрытыми глазами: кухня в моей квартире; улица, на которой я живу; мой лучший друг; самый старший (или самый младший) член нашей семьи; мое любимое место отдыха во время каникул.

Альтернативная форма проведения игры: дети садятся в круг, в центре которого одна пара выполняет упражнение перед всеми.

91

#### **Анализ упражнения:**

- Хорошо ли ты помнил то, что тебе пришлось описывать?
- Насколько четким и полным было описание, сделанное твоим партнером?
- Для чего еще можно использовать такие воспоминания?

#### ***Это почти пианино!***

*ИГРА 47 (с 6 лет)*

**Цели:** В ходе этого упражнения дети могут немного поэкспериментировать со своим голосом. Кроме того, необычная структура игры обеспечивает особую концентрацию детей на происходящем и заставляет их внимательно слушать друг друга. Конечно же, при этом развивается музыкальная эрудиция и способность творческого самовыражения. Оптимальный по сложности "инструмент" Вы можете составить из пятерых детей. Помогите детям придумать звучание и тональность их инструмента, а через некоторое время передайте им и роль Музыканта. После того, как Вы несколько раз проведете эту игру, Вы наверняка заметите, что дети становятся все изобретательнее и изобретательнее при выдумывании новых форм и окрасок звучания "инструмента".

*Инструкция: Сегодня я хочу "построить" из вас такой музыкальный инструмент, какого в природе не существует. Разбейтесь, пожалуйста, на группы, по шесть человек в каждой. Пятеро из вас станут музыкальным инструментом, а один — музыкантом. Я помогу каждой группе начать работу.*

Начните работать с одной из групп, а остальные пусть пока посмотрят.

*Пусть кто-то один из вашей группы ляжет на пол. Клава, какой нотой, каким звуком ты хочешь стать? Этот звук ты можешь сейчас пропеть. Но помни, что эту ноту тебе придется в ходе игры пропеть много раз, и делать это все время одинаково. (Попросите ребенка воспроизвести выбранный им звук.) Теперь пусть к Клаве присоединится следующий ученик. Ложись, пожалуйста, перпендикулярно Клаве на пол и положи свою голову ей на живот. А ты каким звуком хочешь стать?*

Расположите всех пятерых детей "лесенкой" на полу так, чтобы каждый следующий положил голову на живот предыдущему. Пусть перед этим каждый ученик продемонстрирует свой звук.

*Шестой ученик будет Музыкантом. Потом он сможет поменяться местами с кем-нибудь из "инструмента". Поэтому постарайся заранее продумать свое собственное звучание...*

93

*А теперь я покажу вам, как нужно "играть на этом инструменте". Когда я буду прикасаться к твоему лбу, ты будешь петь свой звук до тех пор, пока я не убегу руку. Таким образом я буду "играть" одну ноту. Одной рукой можно "играть" только одну ноту. Если я буду "играть" двумя руками, то смогу извлечь из "инструмента" сразу два звука, они могут быть разными по длине.*

Продемонстрируйте разные возможности "инструмента" и передайте роль Музыканта шестому ученику. Помогите затем и остальным группам сформировать свои "инструменты". Проследите за тем, чтобы в ходе игры как можно больше детей побыли Музыкантами.

#### **Анализ упражнения:**

- Понравился ли тебе "инструмент", частью которого ты был?
- Что тебе понравилось больше всего?
- Какой Музыкант лучше всех "играл" на вашем "инструменте"?

*Звучание моего голоса*

*ИГРА 48 (с 8 лет)*

**Цели:** Это очень поучительное упражнение, в ходе которого дети могут попрактиковаться в невербальном общении — общении без слов. Многие дети еще не научились тонко воспринимать свой собственный голос, и поэтому еще не умеют в полной мере пользоваться им. Они еще не замечают, к каким социальным последствиям приводит тон речи, громкость голоса, интонация и

т.п. В ходе этой игры мы можем обратить внимание детей на их собственный голос и косвенным образом дать им толчок к более осознанному, более ответственному и в тоже время более разнообразному использованию собственного голоса, интонаций и произношения. Это, однако, не означает, что мы собираемся отучить детей спонтанно выражать чувство гнева или агрессию там, где эти эмоции оправданы. В данном упражнении речь в первую очередь идет о том, чтобы дети увидели, каким образом влияет на собеседника то или иное звучание голоса говорящего.

*Инструкция: Разбейтесь на пары и сядьте друг напротив друга. Определите Первые и Вторые номера в парах. Игру начинают Первые номера. Они должны говорить мягким, нежным и приятным голосом. При этом они должны произносить соответствующие дружеские слова. Например: "Ты мне симпатичен... Доброе утро... Я рад, что ты сегодня пришел в школу... Как ты себя чувствуешь? У тебя такая симпатичная рубашка..." И так далее. Произнося все эти фразы, постарайтесь прислушаться к тому, как вы говорите, и почувствовать, что при этом происходит с вашим горлом. Постарайся обратить внимание на каждый мускул шеи и горла. А Второй номер в это время должен внимательно слушать и молчать. И только потом Второй номер должен рассказать Первому, как звучал его голос в тех или иных словах. (1 минута).*

*Первый номер продолжает говорить. В этот раз вы должны говорить жестким, грубым, напряженным голосом. При этом говорите, пожалуйста, грубые, жесткие и даже обидные слова. Например: "Исчезни! Кто тебе сказал, что ты можешь сюда приходить? Чего тебе вообще здесь надо? Смойся!" И снова постарайся почувствовать, что делает твое горло, произнося все эти грубые и неприятные слова. Постарай-*

**95**

*ся обратить внимание на каждый мускул шеи и горла. И по-прежнему Второй номер должен внимательно слушать и пока молчать. (1 минута).*

*А теперь Второй номер пусть расскажет Первому, как звучал его голос при произнесении тех или иных слов. Как звучал его голос в начале? Как он звучал в конце? И как себя чувствовал Второй номер в обоих случаях? (1-2 минуты.)*

*Теперь поменяйтесь ролями. (Повторите вновь инструкцию.)*

*А теперь я хочу, чтобы вы просто поговорили друг с другом. Поговорите сначала о ком-нибудь, кто вам обоим не нравится, но кого сейчас точно нет в классе. Рассказывая что-нибудь об этом человеке, внимательно прислушивайтесь к своему голосу. Постарайтесь почувствовать, что ощущает при этом ваше горло. (1-2 минуты.)*

*А теперь поговорите о ком-нибудь, кто вам обоим нравится. Расскажите о ком-нибудь, кто вас восхищает или особенно приятен вам. И снова внимательно прислушайтесь к своему голосу и ощущениям своего горла. (1-2 минуты.)*

*А теперь расскажите друг другу, что вы при этом заметили. (1-2 минуты.)*

#### **Анализ упражнения:**

— Как ты обычно говоришь?

— Ты знаешь, когда твой голос бывает жестким, а когда — мягким?

— Говоришь ли ты иногда "средним" голосом — не мягким, но и не жестким?

— Нравятся ли тебе голоса других учеников в классе?

— Чей голос тебе нравится слышать, а чей голос действует тебе на нервы?

— Есть ли у кого-нибудь в классе голос такой же, как у учителя? Как у милиционера? Как у телефонистки?

— Что тебе нравится в голосе учителя, а что не нравится?

**96**

*Острый глаз*

*ИГРА 49 (с 9 лет)*

**Цели:** В ходе этой игры дети могут потренировать свою зрительную память и получить обратную связь о том, насколько внимательно они наблюдают за своим окружением. Вы можете играть в "Острый глаз" как в классной комнате, так и во время экскурсии или пикника.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

*Инструкция: Я хочу предложить вам игру под названием "Острый глаз". Разбейтесь на небольшие группы по шесть человек в каждой, пусть каждая группа сядет за отдельный стол. Рассчитайтесь по порядку... Первые номера задают всем остальным вопросы. Они спрашивают о том, что можно видеть в классе. Например: "Сколько парт стоит в классе?" Или: "Какого цвета рубашка у Олега?" Не глядя по сторонам, остальные номера записывают свои ответы. Лишь после того, как все ученики допишут свои ответы, можно оглядеться и проверить*



правильность своего ответа. Если ваш ответ верен, отметьте его звездочкой.

Затем наступает очередь Вторых номеров задавать вопросы, а все остальные отвечают. В конце игры вы можете сосчитать, у кого получилось больше звездочек. Этому ребенка все остальные могут поносить на руках по классу.

#### **Анализ упражнения:**

— Что тебе понравилось больше: спрашивать или записывать свои ответы?

— Какие вопросы были для тебя сложны?

— Что ты можешь сделать, чтобы развить свою память?

97

*Кто поет громче всех*

*ИГРА 50 (с 6 лет)*

**Цели:** Это "слуховая игра", дающая возможность внимательно вслушиваться и локализовать звуки. Вы можете использовать эту игру как для того, чтобы расшевелить группу, так и для более творческого проведения перемены.

**Материалы:** Повязка на глаза.

**Инструкция:** *Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. Один из вас должен показать, умеет ли он хорошо слушать. Этот ребенок получит повязку, завяжет ею глаза и встанет в центр круга. Весь остальной класс начнет петь одну и ту же песню, но каждый будет петь со своей громкостью. Кто-то в классе будет петь громче всех, и ведущий с завязанными глазами должен определить, кто это. Ведущий должен угадать имя самого громкого певца и попробовать подойти к нему и прикоснуться. Кто хочет стать первым ведущим и встать в центре? Отлично, Женя, выйди на минутку из класса, чтобы группа выбрала, кто будет петь громче всех. Кроме того, группа должна выбрать песню.*

Попросите каждого определить свою громкость пения и найдите такого ребенка, который захочет и сможет взять на себя задачу петь громче всех. После этого ведущий может войти в класс. Хорошо, если ведущими смогут побыть несколько детей.

#### **Анализ упражнения:**

— Трудно ли было тебе петь с одной и той же громкостью?

— Как ты обычно говоришь: очень тихо, очень громко или со средней громкостью?

— Легко ли тебе слушать в нашей группе или иногда сказанное звучит для тебя слишком громко?

98

## **Глава 4**

### **Групповая сплоченность**

*Ты мне нравишься*

*ИГРА 51 (с 8 лет)*

**Цели:** Это прекрасное упражнение способствует развитию хороших отношений между детьми. Некоторые дети легко могут выражать свои эмоции, для других это — проблема. В этой игре все участники получают реальную возможность развить этот важный навык. "Паутина" представляет собой отличную метафору взаимосвязанности всех учеников класса.

**Материалы:** Клубок цветной шерсти.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, все в один общий круг. Я хочу предложить вам принять участие в одной очень интересной игре. Мы все вместе составим одну большую цветную паутину, связывающую нас между собой. Кроме того, каждый из нас может выразить свои добрые мысли и чувства, которые он испытывает к своим одноклассникам. Сейчас я покажу вам, как должна протекать эта игра.*

Пару раз обмотайте свободный конец шерстяной нити вокруг своей ладони и покатайте клубок в сторону одного из детей. Постарайтесь выбрать не самого популярного в классе ученика.

*Вы видите, что я сейчас сделала. Я выбрала ученика, который должен быть следующим в "паутине". После того, как мы передали кому-то клубок, мы говорим этому ученику фразу, начинающуюся с одних и тех же слов: "Коля (Маша, Петя)! Ты мне нравишься, потому что..." Например, я говорю: "Коля! Ты мне нравишься, потому что сегодня перед началом уроков ты вежливо открыл передо мной дверь в класс". Выслушав обращенные к нему слова, Коля обматывает нитью свою ладонь так, чтобы "паутина" была более-менее натянута. После этого Коля должен подумать и решить, кому передать клубок дальше. Когда клубок окажется у следующего ученика, то Коля обращается к нему с фразой, которая начинается с тех же слов, что и моя. Например: "Яна, ты мне нравишься, потому что вчера ты помогла мне решить трудную задачу по математике". При этом вы можете говорить о том, чем вас обрадовал этот*

человек, что вам в нем нравится, за что вы хотели бы его поблагодарить. И так продолжается наша игра все дальше

**100**

*и дальше... Постарайтесь хорошо запомнить то, что вам скажут, когда будут передавать клубок.*

Внимательно проследите, чтобы в ходе игры все дети получили клубок. Объясните детям, что мы любим не только своих самых близких друзей, но и каждого ученика в классе. Ведь в каждом есть что-то такое, что достойно уважения и любви. Эти мысли очень важно постоянно повторять и подчеркивать в современном обществе, наполненном конкурентной борьбой за место под солнцем. Ни одна семья, ни один коллектив не смогут быть полноценными и эффективными, пока в них будут оставаться "козлы отпущения" и "аутсайдеры". Если у некоторых детей будут сложности с произнесением начальной фразы "Ты мне нравишься, потому что...", то позвольте им заменить ее словами "Мне понравилось, как ты..."

Постепенно "паутина" будет расти и заполняться. Ребенок, получивший клубок последним, начинает сматывать его в обратном направлении. При этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок и произносит сказанные ему слова и имя сказавшего, отдавая ему клубок обратно.

#### **Анализ упражнения:**

- Легко ли тебе говорить приятные вещи другим детям?
- Кто тебе уже говорил что-нибудь приятное до этой игры?
- Достаточно ли дружен наш класс?
- Почему каждый ребенок достоин любви?
- Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

*Хороший друг*

*ИГРА 52 (с 9 лет)*

**Цели:** Умение налаживать дружеские взаимоотношения дети приобретают еще в семье, но развивать этот навык в полной мере они могут, только находя друзей за пределами своего дома. Поэтому очень важно способствовать развитию дружбы между детьми в классе. Игра "Хороший друг" вносит свою лепту в эту важную воспитательную задачу.

По завершении этого упражнения Вы можете дать дополнительное задание: представь себе такого человека, который вообще не хочет иметь друзей, этот человек делает все, чтобы остаться в одиночестве. Знаешь ли ты такого человека? Напиши историю или нарисуй картину о том, кто не хочет иметь близких друзей.

**Материалы:** Бумага, карандаш, фломастеры — каждому ребенку.

*Инструкция: Подумай о своем хорошем друге. Это может быть реальный человек, с которым ты на самом деле дружишь. Если же у тебя такого друга еще нет, то ты можешь его себе просто вообразить. А можешь подумать и том, с кем ты только собираешься подружиться.*

*Что ты можешь сказать об этом человеке? Что вы любите делать вместе? Как выглядит этот твой друг? Что тебе больше всего нравится в нем? Что вы делаете для того, чтобы ваша дружба все больше и больше крепла?*

*Подумай над этими вопросами. Ответы на них ты можешь записать на бумаге, можешь нарисовать, а можешь сделать и то, и другое. (15 минут.)*

*Теперь соберитесь в группы по четыре человека. Если хотите, можете показать друг другу свои рисунки и сочинения. А можете еще и рассказать, о чем вы думали, выполняя это упражнение. Внимательно выслушайте, что скажут вам остальные дети из вашей четверки. (10 минут.)*

**102**

#### **Анализ упражнения:**

- Как человек находит друга?
- Почему так важны в жизни хорошие друзья?
- Есть ли у тебя друг в нашем классе?

*Биография друга*

*ИГРА 53 (с 10 лет)*

**Цели:** Дети будут развивать и углублять дружеские отношения с другими людьми, если будут проявлять реальный активный интерес к жизни и делам своих друзей. Сравнивая свой образ жизни и образ жизни других людей, они расширяют представление о жизни и мире, развивают терпимость и широту взглядов.

Эта игра побуждает детей задумываться о жизни своих друзей.

**Материалы:** Анкета участника игры — каждому ребенку. Набор карточек с именами и/или фамилиями всех учеников класса.

#### **Анкета**

Напиши историю жизни (биографию) того человека, который достался тебе по жребию. Разузнай о нем как можно больше. При этом обязательно включи в биографию следующее:

- имя и фамилию этого ребенка
- возраст
- день рождения
- адрес
- описание его/ее внешности
- имена членов его/ее семьи
- что он/она любит делать?
- что тебе в нем/ней нравится?
- переезжал ли когда-нибудь этот человек на другое место?
- оба ли его/ее родителя работают, и кем?
- что украшает его/ее жизнь?
- твой собственноручный портрет этого человека

**Инструкция:** *Я хочу предложить вам новую, очень интересную игру. Вам нужно будет написать биографии своих друзей. Знаете ли вы, что такое биография?*

Поговорите с детьми о том, что это такое и, по возможности, расскажите, для примера, чью-нибудь биографию.

104

*Я приготовила карточки, на которых написаны имена всех учеников нашего класса. Вытяните жребий и проверьте, не досталось ли вам ваше собственное имя, в таком случае вам нужно будет поменяться карточками с кем-то. Вы должны будете составить биографию того человека, чье имя написано на вашей карточке. Для того, чтобы помочь вам в этом, я приготовила анкету, на вопросы которой нужно ответить. Прочитайте все пункты анкеты внимательно.*

*Сейчас я дам вам 10 минут, чтобы поговорить с тем учеником, про которого вы должны написать, и еще 10 минут, чтобы самому ответить на вопросы, которые зададут вам (20 минут.)*

*А теперь вы можете записать историю жизни своего одноклассника. (30-45 минут.)*

Попросите зачитать вслух некоторые из написанных биографий. Затем авторы могут подарить биографии своим партнерам.

#### **Анализ упражнения:**

- Узнал ли ты что-нибудь новое о человеке, которого ты описывал?
- Что общего между вами, чем вы различаетесь?
- Понравилась ли тебе твоя биография, написанная кем-то другим?
- Каковы твои важнейшие жизненные цели на настоящий момент?

#### **Объятие**

*ИГРА 54 (с 6 лет)*

**Цели:** Это очень увлекательная игра, которая особенно нравится детям младшего возраста. Она позволяет детям физически выражать свои положительные чувства, тем самым способствуя развитию в классе групповой сплоченности. Стеснительным детям эта игра помогает более близко общаться с другими.

Упражнение вполне годится для "разогрева" класса в начале учебного дня. Проводя его, вы показываете свое стремление видеть перед собой единую сплоченную группу, объединяющую всех учеников класса, независимо от уровня их общительности.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас еще помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое хорошее отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу чтобы вы все хорошо относились друг другу и дружили между собой. Естественно, иногда можно и поспорить друг с другом, ведь когда люди дружны, им проще переносить обиды или разногласия. Я хочу, чтобы вы выразили свои дружеские чувства к остальным ученикам, обнимая их. Быть может, будет такой день, когда кто-нибудь из вас не захочет, чтобы его обнимали. Тогда дайте нам знать, что вы хотите пока просто посмотреть, но не участвовать в игре. Тогда все остальные не будут трогать этого ребенка. Я начну с*

легкого, совсем маленького объятия и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское. Когда объятие будет доходить до вас, любой из вас может добавить в него энтузиазма и дружелюбия, чтобы мы все сделали наши хорошие взаимоотношения еще более крепкими.

Проверьте, хочет ли сидящий рядом с вами ребенок участвовать в упражнении. Вы можете определить это по некоторым невербальным признакам. Но иногда вы можете спросить его и открыто: "Хочешь ли ты, чтобы я обняла тебя?" Большинство детей ответит вам: "Да". После этого начинайте первый кон игры, нежно и мягко обняв сидящего рядом с вами ребенка. Он в свою очередь спрашивает своего соседа, хочет ли он принять участие в игре, и если да, то обнимает его. Таким образом, дружеское объятие передается по кругу, пока не вернется к Вам. Мы надеемся,

106

что, дойдя до Вас, оно станет более крепким и будет сделано с большим энтузиазмом.

#### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Почему хорошо обнимать других детей?

— Как ты себя чувствуешь, когда другой ребенок тебя обнимает?

— Берут ли тебя дома на руки? Часто ли это бывает?

*Почесать спинку*

*ИГРА 55 (с 6 лет)*

**Цели:** С помощью этого упражнения Вы можете заметно повысить

уровень групповой сплоченности. Эта игра нравится и маленьким детям, и подросткам, и взрослым, потому что предоставляет играющим в нее возможность приблизиться друг к другу, пережить чувство общности с группой, расслабиться и вновь сосредоточить свое внимание. Вы можете проводить это упражнение в начале или в конце урока, можно проводить его как отдых между сложными учебными заданиями.

**Инструкция:** *Встаньте, пожалуйста, в два больших круга так, чтобы каждый из вас оказался напротив ученика из другого — внешне-*

**108**

*го или внутреннего круга... Теперь я хочу, чтобы дети из внешнего круга одновременно повернулись направо. А теперь пусть повернутся направо и все те, кто стоят во внутреннем кругу. Теперь каждый видит перед собой спину своего одноклассника.*

*Теперь мы начнем делать друг другу приятный и бодрящий массаж. (Назовите имена двух школьников из разных кругов, стоящих друг рядом с другом.) Пусть Олег и Ольга начнут растирать ладонями плечи стоящих перед ними учеников. Когда Олег и Ольга завершат массаж, те двое сделают такой же массаж двоим следующим — стоящим перед ними. И так далее по кругу, пока массаж не "вернется" к тем, кто его начал — к Олегу и Ольге.*

*ИГРА 56 (с 8 лет)*

**Цели:** Этот дружеский ритуал хорошо подходит для ситуаций, когда весь класс только что сдал какой-нибудь зачет, написал контрольную или классную работу, закончил работу над сложным материалом, завершил генеральную уборку или выполнил другую совместную задачу. С его помощью дети могут выразить друг другу уважение и благодарность. Неплохо провести это упражнение и перед началом сложной работы, в таком случае дети смогут подбодрить друг друга.

**Инструкция:** *Кто может мне сказать, что обозначает этот знак?*

Покажите детям кулак с поднятым вверх большим пальцем. Согласитесь со всеми ответами, имеющими позитивное и этически приемлемое значение.

*Я хочу предложить вам игру под названием "Палец вверх!". Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. Один из вас может начать игру. Для этого ему нужно подойти к любому человеку, назвать его по имени и показать ему этот знак. После этого он может вернуться на свое место. Тот, к кому обращались, выбирает следующего ученика и приветствует его точно таким же образом. Таким образом, этот приветливый жест путешествует вдоль и поперек по всему классу. Пожалуйста, подходите только к тем детям, которых еще не поприветствовали.*

Проследите, чтобы ни один ребенок не был оставлен без внимания.

**110**

*Аплодисменты по кругу*

*ИГРА 57 (с 6 лет)*

**Цели:** В этом замечательном и неординарном ритуале все происходит по парадоксальной логике. Последние становятся первыми. Игра построена таким образом, что интенсивность аплодисментов

постепенно нарастает и достигает своего апогея, когда последний ребенок получает аплодисменты всего класса. Эта игра — одна из самых любимых практически во всех возрастных группах.

**Инструкция:** *Кто из вас может представить, что чувствует артист после концерта или спектакля, стоя перед своей публикой и слушая гром аплодисментов? Возможно, он чувствует эти аплодисменты не только ушами. Быть может, он воспринимает овации всем своим телом, всеми фибрами своей души, как приятное всеобъемлющее волнение.*

*У нас очень хороший класс, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я хочу предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Игра проходит следующим образом. Вы становитесь в общий круг. Один из вас начинает: он подходит к кому-нибудь из учеников, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего ученика, который также получает свою порцию аплодисментов — они оба подходят к нему, встают перед ним и аплодируют ему. Затем уже вся тройка выбирает следующего претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, имеет право выбирать следующего. Таким образом, игра продолжается, а овации становятся все громче и громче.*

111

*Спасибо за прекрасный день*

*ИГРА 58 (с 8 лет)*

**Цели:** Это дружеский ритуал завершения очередного учебного дня, окончания классной экскурсии, прощальной церемонии в конце пикника или загородной прогулки, завершения последнего урока перед каникулами. Кроме того, этот ритуал развивает в детях важное качество — столь редкое в наш век высоких скоростей — умение ярко и выражено благодарить.

**Инструкция:** *Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: "Спасибо за приятный день!" Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: "Спасибо за приятный день!" Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний ребенок, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук. Этим игра и завершается.*

Если представится соответствующая возможность, постарайтесь тоже оказаться в центре круга.

112

*Кошки, собаки, медведи и зайцы*

*ИГРА 59 (с 6 лет)*

**Цели:** Эта игра поможет Вам сформировать в своем классе культуру дружеского прикосновения и объятия. В ней зажатые и агрессивные дети получают отличный шанс найти способ удовлетворения своей потребности в тепле и близости. Использование мягких игрушек является своего рода катализатором, позволяющим сделать первый шаг в этом направлении.

Вам понадобятся четыре мягкие игрушки. Мы предлагаем Вам использовать для упражнения кошку, собаку, медведя и зайца, чтобы предоставить детям некоторое разнообразие возможных идентификаций. Эти игрушки должны постоянно находиться в классе. Время от времени предлагайте детям брать эти игрушки, держать их в руках и прижимать к себе.

Если Вы заметите, что кто-то из детей испытывает выраженное чувство одиночества, Вы можете сказать ему, что одна из игрушек очень хочет забраться ему на руки. Вы можете спросить ребенка, в состоянии ли он в данный момент дать этой игрушке немного тепла и нежности.

**Материалы:** Четыре мягкие игрушки — кошка, собака, медведь и за-

**Инструкция:** *Я принесла вам четыре мягкие игрушки и оставляю их здесь, в классе. Чтобы они чувствовали себя счастливыми, им необходимо как минимум десять крепких объятий в день. В магазине, в котором я их купила, продавцы не могли обнимать их так часто, и от этого игрушкам было плохо. Теперь они довольны, что оказались здесь, потому что от вас они могут получить то, что им так нужно. Вы готовы позаботиться о них? Вы можете объяснить мне, почему нужно брать игрушки на руки и обнимать их?*

*Сейчас я положу игрушки на пол. Разбейтесь на примерно равные группы. Подойдите к той игрушке, которую вы хотели бы немного поласкать. Теперь пусть в каждой группе один из вас возьмет игрушку, приласкает ее и скажет ей что-нибудь нежное и приятное. Затем он должен будет передать игрушку своему соседу. Тот тоже должен об-*

113

*нять игрушку и сказать ей ласковые слова. Таким образом, игрушка проходит по кругу и получает все ваше тепло и нежность.*

В завершение Вы можете предложить детям небольшое творческое задание. Младшие дети могут нарисовать игрушку, которой они давали тепло своей группе. Дети более старшего возраста могут придумать историю о том, как эта мягкая игрушка жила в магазине в ожидании того часа, когда она окажется, наконец, среди детей, которые так хорошо к ней относятся.

114

*творческое прикосновение*

*ИГРА 60 (с 8 лет)*

**Цели:** Во время этой игры каждый ребенок может проявить свои творческие способности и изобрести наиболее приемлемый для себя способ прикосновения или объятия. Детям нравится эта игра, потому что в ней они сами определяют степень своей готовности вступать в физический контакт.

*Инструкция: Я думаю, что всем людям хочется получать тепло, ласку и нежность от других людей. Но дело в том, что есть прикосновения, которые мы готовы получать только от очень близких людей, а есть такие касания, которые мы можем допустить и от друзей и одноклассников. Разбейтесь на четверки и сядьте на пол. Пусть каждый из вас скажет остальным, какое их прикосновение ему бы понравилось. Он может в точности описать его, а они прикоснутся к нему так, как он хочет. Если вы не знаете в точности, какое прикосновение вам нравится, то мы можем попробовать разные. Когда в результате одного из них вам станет приятно, вам будет проще попросить остальных из вашей четверки выразить вам их нежность по отношению к вам.*

Пройдите от группы к группе и при необходимости помогите детям вспомнить или придумать наиболее подходящие для них способы ласкового прикосновения.

**Анализ упражнения:**

- Почему важно иногда просить окружающих, чтобы те обняли или дружески приласкали вас?
- Когда у тебя появляется желание пообниматься с любимой мягкой игрушкой?
- Бывают ли дети, которые вообще не любят прижимать к себе мягкие игрушки?

115

*Тряпичная кукла*

*ИГРА 61 (с 6 лет)*

**Цели:** Это релаксационное упражнение дает детям возможность нежно позаботиться друг о друге.

*Инструкция: Вы можете рассказать мне, что такое нежность? Когда окружающие люди проявляют по отношению к вам нежность? А когда вы сами нежны по отношению к другим людям?*

*Я хочу предложить вам поиграть в игру, во время которой вы сможете быть особенно нежными и милыми по отношению к остальным ученикам. Сядьте все, пожалуйста, в круг. Кто из вас хотел бы отдохнуть и расслабиться? Хорошо, Галя, ложись на пол в центр круга и хорошенько расслабься, как тряпичная кукла. Я покажу сейчас остальным, как можно понежить тряпичную куклу.*

Нежно приподнимите по очереди руки и ноги Гали и мягко положите их обратно на пол. При этом прокомментируйте свои действия словами, например: "Я мягко прикасаюсь к твоему локтю и запястью и медленно и нежно поднимаю твою руку вверх. Ты можешь расслабить все свои мускулы и не помогать мне при этом. Теперь ты можешь почувствовать приятный вес своей руки, а я буду нежно и ласково поднимать и опускать твою руку, а потом осторожно положу ее обратно на пол".

*Ты хочешь, чтобы дети тоже подошли к тебе и по очереди нежно приподнимали твои руки и ноги подобно тому, как я это только что делала? (Пусть первая четверка детей продемонстрирует вам, что они могут это делать столь же аккуратно, как и Вы.) Вы все видели, как нежно и осторожно ваши одноклассники делали это. Большое спасибо. Галя, ты можешь встать. Теперь вы все можете разбиться на пятерки. Каждый из вас должен хотя бы один раз побыть "тряпичной куклой". А остальные четверо в это время сядут возле него и по очереди будут нежно и ласково поднимать и опускать его руки и ноги.*

Проследите, пожалуйста, чтобы у детей, лежащих в центре каждой подгруппы, одновременно была расслаблена только одна конечность, то есть, чтобы только один из четверых поднимал его

руку или ногу. Ребенок, лежащий на полу, в каждой подгруппе может при желании останавливать движение ноги или руки.

**116**

*Накопительные комплименты*

*ИГРА 62 (с 9 лет)*

**Цели:** Это замечательное упражнение построено по принципу самореализующегося предсказания. Никто не должен мучиться в поисках действительно существующих позитивных качеств другого ребенка. Достаточно называть те качества, которые он хотел бы видеть в своих одноклассниках.

**Инструкция:** *Случалось ли с вами когда-нибудь так, что кто-то говорит вам комплимент, а вы при этом думаете: "А на самом деле я совсем не такой"? Понравилось бы вам услышать от меня, такую, например, фразу: "Ты невероятно ловок?" Возможно, некоторые из вас подумали бы при этом: "Ну, ко мне это не относится". А другие, может быть, подумают: "Этого мне никто не говорил раньше. А, похоже, в этом что-то есть". А третьи могут подумать: "Именно так оно и есть, хорошо, что окружающие это тоже замечают".*

*Я хочу предложить вам игру, во время которой вы можете наговорить друг другу много комплиментов. Разбейтесь на группы по восемь человек и встаньте в ряд друг за другом. Постарайтесь продумать комплимент для ребенка, стоящего за вами. Подумайте о каких-либо чертах характера или личности, например, о дружелюбии, уме, чуткости. Комплименты в отношении внешнего вида тоже хороши, но мы их припасем для следующего раза. Вы можете подготовить такой комплимент, который ваш одноклассник вполне "заслужил". А можете придумать такой комплимент, о котором вы про себя бы подумали: "Вот было бы здорово, если бы Петя (Вася, Маша...) на самом деле был таким!"*

*У кого уже появились идеи? Теперь я расскажу вам, как протекает эта игра. Первым начинает тот, кто стоит в самом начале ряда. Он поворачивается к стоящему за ним ребенку и шепчет ему на ухо заготовленный комплимент, например: "Я считаю, что ты замечательный фантазер и выдумщик!" Второй ребенок, в свою очередь, поворачивается к третьему, повторяет комплимент первого и добавляет к нему еще и свой. Например, он шепчет на ухо третьему так: "Я считаю тебя замечательным фантазером, выдумщиком и при этом очень ум-*

*117*

*ным!" Третий ребенок должен запомнить оба этих комплимента и добавить к ним еще один собственный...*

*Так игра продолжается, пока последний ребенок в ряду не повторит все комплименты, которые он услышал: "Вы считаете меня фантазером, выдумщиком, умным, ловким и т.д."*

*Вы поняли, как протекает игра?*

**Анализ упражнения:**

- От кого ты иногда слышишь комплименты?
- Какие комплименты тебе делает папа, а какие мама?
- Какие комплименты тебе доводилось слышать в нашем классе?
- Какой комплимент ты в последний раз слышал от учительницы?
- Говоришь ли ты комплименты самому себе?
- Кому последнему говорил комплимент ты?
- Что лучше: комплименты по поводу внешнего вида или по поводу характера?
- Почему людям нужно постоянно слышать комплименты в свой адрес?

*Записки с любовью*

*ИГРА 63 (с 8 лет)*

**Цели:** С помощью этого упражнения Вы как учитель сможете создать в классе благоприятную психологическую атмосферу. Вы выражаете детям свое уважение и демонстрируете, что вы замечаете их позитивное поведение и глубоко его цените. Лучше всего проводить это упражнение раз в неделю. Вырежьте для этого из картона различные фигуры — красные яблоки, золотые монеты, зеленые листья, майских жуков и так далее. Каждый ребенок будет получать один раз в неделю такой цветной символ с кратким письменным комплиментом. ("Спасибо, что ты постоянно поддерживал школьную доску в прекрасном состоянии", "Молодец! Твоя парта каждый день выглядит чистой и аккуратной", "Ура! Твое сочинение мне чрезвычайно понравилось", "Отлично! Твое рукоделие просто прекрасно".)

Делайте ученикам сюрпризы с помощью этих приятных записок, подкладывая их им на парты, в карман, в портфель — туда, где они обязательно вскоре их обнаружат. Дети будут необычайно рады таким приятным находкам и будут проводить в их ожидании всю неделю. Рано или поздно

они начнут посылать такие записки с любовью и Вам.

**Материалы:** Для каждого ребенка нужен один небольшой символ (см. выше), вырезанный из цветного картона с уважительной или поощрительной надписью в его адрес. Проследите, чтобы на каждом символе было написано имя ребенка. На перемене спрячьте все эти символы в классе так, чтобы дети могли их легко, но не сразу найти.

**Инструкция:** *Сегодня я приготовила для вас сюрпризы. Для каждого из вас в классе спрятана подготовленная мной записка. Постарайтесь разыскать все записки. Как только вы что-нибудь найдете, сразу приносите на мой стол. После того, как вы найдете все записки, вы сможете найти среди них ту, которая адресована именно вам.*

По окончании поисков все дети могут собраться вокруг стола, рассмотреть все найденные записки, чтобы обнаружить среди них свою. Намекните детям, что они могут еженедельно рассчитывать на получение такого комплимента от Вас.

119

#### **Анализ упражнения:**

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Мог бы ты когда-нибудь написать подобное послание дома папе, маме, брату или сестре?

*Говорящие очки*

*ИГРА 64 (с 9 лет)*

**Цели:** Эта игра предоставляет ученикам прекрасную возможность услышать в свой адрес пару приятных комментариев и комплиментов. А реквизиты — очки и рифмованные заклинания — придают игре особенную легкость и понятность.

**Материалы:** Солнцезащитные очки со сравнительно светлыми стеклами.

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Дети и взрослые любят слушать что-нибудь приятное в собственный адрес.*

*Я хочу предложить вам в связи с этим поиграть в одну новую игру, в ходе которой вы сможете сказать друг другу много приятных и добрых слов. Олег, будь так добр, надень, пожалуйста, вот эти очки, они волшебные. А теперь повернись направо и посмотри на своего соседа. Он должен посмотреть в твои очки и произнести следующие слова: "Наяву, а не во сне, что прекрасного во мне?" Как только Олег услышит это заклинание, он тут же должен от имени волшебных очков сказать что-нибудь доброе и приятное в адрес своего соседа справа. После этого Олег снимает "волшебные" очки и передает их своему соседу слева. Когда его сосед наденет очки, уже Олег обращается к нему с заклинанием, которое я только что произнесла.*

*Ну, что, давайте попробуем?*

Обращаясь к соседу Олега, спросите: "Ты запомнил слова, которые должен произнести Олегу?"

121

*Таинственный друг*

*ИГРА 65 (с 8 лет)*

**Цели:** Дети любят сюрпризы и тайны. Это упражнение позволяет удовлетворить этот их интерес и использовать его для создания в классе хорошего психологического климата и развития дружеских отношений между детьми.

**Материалы:** Какая-нибудь емкость, из которой дети могут тянуть жребий (напишите на отдельных бумажках имена всех детей и сложите их вчетверо).

**Инструкция:** *Я хочу предложить вам новую игру, играть в которую вы сможете в течение всей следующей недели. Я пройду перед вами с небольшой коробочкой, в которой лежат ваши жребии. На каждом из них написано имя одного из вас. Никто не должен знать, чье имя вам досталось. (Пройдите с коробкой через весь класс и дайте возможность тем детям, которые вытащат свое имя, поменять бумажку.)*

*В течение следующей недели вы будете "таинственным другом" или "таинственной подругой" того, чье имя вам досталось. Задача этого "таинственного друга" или "таинственной подруги" — делать своему подопечному время от времени небольшие приятные сюрпризы. Эти маленькие сюрпризы должны приносить человеку радость, вызывать улыбку и доставлять удовольствие. Но при этом вы должны устраивать свои сюрпризы таким образом, чтобы ваш подопечный не мог догадаться, от кого именно он их получает. Через неделю игра заканчивается, и вы будете отгадывать, кто же был столь любезен с вами все это время...*

*Расскажите мне, пожалуйста, какими могут быть эти сюрпризы?*

Часто имеет смысл обговорить общие правила относительно того, какие сюрпризы допустимы, а какие нет.



### **Анализ упражнения:**

— Любишь ли ты иногда порадовать других небольшими сюрпризами?

— Ты уже ждешь приготовленных для тебя сюрпризов?

**122**

*Личные письма*

*ИГРА 66 (с 9 лет)*

**Цели:** Очень важно, чтобы дети научились делать подарки от всей души. В ходе этой игры каждый участник должен написать личное письмо одному из своих одноклассников и выслать его по-настоящему — по почте. Авторы писем могут почувствовать собственную значимость, ведь они должны будут проявить свои творческие способности, чтобы доставить радость адресатам. А те, в свою очередь, могут почувствовать свою важность, получив настоящие письма с собственным именем на конверте.

Позднее Вы сможете использовать различные вариации этой игры. Дети смогут сами выбирать себе адресатов в соответствии с заданием: "Письмо тому, кому ты хочешь доставить радость", "Письмо тому, кого ты хочешь отблагодарить", "Письмо тому, кто чувствует себя одиноким" и так далее.

**Материалы:** Каждый ребенок приносит конверт с уже наклеенной почтовой маркой. Подготовьте небольшие карточки с именами и полными почтовыми адресами всех детей в классе.

*Инструкция: Когда вы в последний раз получали почту? Кто иногда посылает вам открытки? А от кого вы порою получаете настоящие письма? А кому вы в последний раз сами писали письмо?*

*Сегодня вы можете доставить кому-нибудь из одноклассников особенную радость, написав ему личное письмо.*

*Сейчас вы можете вытянуть жребий с именем того, кому вам нужно будет написать такое письмо. Пожалуйста, сохраните имя этого ребенка в тайне, чтобы ваше письмо оказалось настоящим сюрпризом. (Попросите детей вытянуть жребии.)*

*А теперь вы можете приступить к написанию письма. Подумайте о том, что вы хотели бы написать своему адресату. Может быть, вы захотите договориться с ним о том, чтобы провести время вместе? Может, вы захотите написать ему, что он вам нравится? А может, вы захотите рассказать ему о себе что-нибудь такое, чего он не знает... Может быть, вы захотите спросить его о чем-нибудь, что*

**123**

*вам было бы очень интересно узнать о нем... А вдруг вы захотите сделать ему предложение, как вам лучше общаться друг с другом? Когда вы закончите письмо, аккуратно сложите его, вложите в конверт и надпишите адрес.*

Соберите все письма и сами опустите их в почтовый ящик. Через соответствующий промежуток времени вернитесь к теме писем и попросите детей рассказать о своих впечатлениях от полученных писем.

### **Анализ упражнения:**

— Легко ли было тебе написать такое письмо?

— От кого ты сам хотел бы получить письмо?

— Какое письмо, полученное тобой, было самым лучшим в твоей жизни?

*Подарок, который невозможно купить*

*ИГРА 67 (с 9 лет)*

**Цели:** Обычно дети воспринимают в качестве подарка только то, что можно купить в магазине. Вместе с тем нередко самые прекрасные подарки — те, что мы делаем для других сами. Например, помогаем стереть с доски, рассказываем интересную историю, обнимаем... Эта игра заставляет детей задуматься о том, как они своими поступками могли бы приносить радость окружающим.

**Материалы:** Маленькие карточки из картона, фломастеры, цветные карандаши, почтовые конверты для купонов.

*Инструкция: Можете ли вы рассказать мне, чем в последнее время радовали вас другие люди? Что они сделали для вас приятного? Вспомните своих близких, друзей, может быть, своих одноклассников.*

Запишите все эти "благородные поступки" и "добрые дела" на доске.

*А теперь давайте поговорим о том, что бы вы могли сделать для других. Каким образом вы могли бы сделать приятный сюрприз своим родителям, братьям или сестрам, бабушкам или дедушкам? Каким способом вы могли бы сделать такой подарок, который нельзя купить в магазине, своим друзьям или одноклассникам?*

Все ответы детей тоже запишите на доске.

*А теперь мы откроем мастерскую по производству купонов на подарки. Пусть каждый из вас подумает о том, что и кому он мог бы подарить из того, что нельзя нигде купить. Нарисуйте несколько купонов на подарки, которые вы потом сможете подарить своим близким, друзьям и одноклассникам. Напишите на них, что приятного вы собираетесь сделать. Каждый купон раскрасьте фломастерами или карандашами.*

*Затем сложите каждый купон в отдельный конверт и надпишите имя того, кому вы хотите сделать приятный сюрприз.*

125

Помогите тем детям, которые испытывают какие-либо затруднения при выполнении этого задания, придумать простые и приятные действия для их родителей, родственников или друзей.

#### **Анализ упражнения:**

- Тебе понравилось играть в эту игру?
- Трудно ли было придумать хорошие идеи о том, как принести радость окружающим?
- Достаточно ли ты сам получаешь таких подарков, которые невозможно купить?
- Почему подарки, которые нельзя купить, ценнее тех, что куплены в магазине?
- Кого ты выбрал, чтобы подарить ему купон на подарок?

*Купон на одну услугу*

*ИГРА 68 (с 9 лет)*

**Цели:** Для улучшения психологического климата в классе в данной игре также применяется идея купонов на подарок, но в этот раз это делается иначе. С помощью купонов дети могут попросить окружающих оказать им какую-нибудь помощь. Когда кто-нибудь из детей делает доброе дело другому, то получает за это купон. С помощью этой процедуры дети приучаются находить равновесие между "брать" и "давать".

**Материалы:** Каждому ребенку нужен "купон на одну услугу". Возьмите карточки из картона размером с визитку и надпишите на каждой: "Купон на одну приятную услугу. Выдано за совершение одного хорошего поступка".

При желании Вы можете украсить "купоны" улыбающимися лицами.

*Инструкция: Как вы поступаете, когда кто-то делает что-нибудь приятное для вас? Вы благодарите его? Отвечаете ли вы потом ему добром на добро? А что происходило, когда вы сами для кого-нибудь делали какое-либо доброе дело? Говорили ли вам "спасибо"? Делали ли вам что-нибудь хорошее за это? Иногда нам тоже оказывают добрые услуги. Но окружающие сами не всегда знают, что мы именно сейчас хотим, чтобы нам сделали что-нибудь приятное. Поэтому очень важно научиться сообщать о своих желаниях окружающим.*

*Я приготовила для каждого из вас "купоны на одно доброе дело". Когда бы вы этого ни пожелали, вы можете достать этот "купон" и положить перед собой на парту как знак того, что именно в данный момент вам очень нужна помощь или какое-то доброе дело. Тогда остальные дети смогут увидеть этот сигнал и спросить, чем они могут вам помочь. Тот, кто выполнит вашу просьбу, тот получит ваш "купон". А вы пока останетесь без "купона" до тех пор, пока не поможете кому-нибудь, кто будет нуждаться теперь уже в вашей помощи.*

Выдайте каждому ученику по одному "купону" и попросите детей бережно хранить их. Спросите, есть ли среди детей кто-нибудь, кто уже сейчас хотел бы воспользоваться своим "купоном".

127

#### **Анализ упражнения:**

- Легко ли тебе просить о чем-нибудь других?
- Что ты говоришь, когда тебе не нужна никакой помощи, и ты самостоятельно хочешь выполнить задуманное?
- Могли бы остальные ученики в классе назвать тебя чутким человеком, всегда готовым помочь другому?
- Почему важно на добрые дела отвечать добрыми делами?

## **Глава 5**

### **Развитие самосознания**

*Говорящие вещи*

*ИГРА 69 (с 9 лет)*

**Цели:** Это упражнение представляет собой интересный способ косвенного самоописания. При этом у детей развивается творческая активность. Кроме того, игра является хорошим тренингом

эмпатии и чуткости, а обсуждая ее, дети имеют возможность получить от одноклассников доброжелательную обратную связь.

Таким образом, в ходе упражнения дети самым безопасным способом знакомятся с различными составляющими своей личности и характера.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

*Инструкция: Вы можете представить себе говорящие вещи? Возникало ли у вас когда-нибудь ощущение, что окружающие вас предметы будто бы хотят что-то сказать вам? Например, телевизор хочет сказать: "Включи меня, и я разгоню твою скуку". А футбольный мяч готов добавить: "Пошли, поиграем со мной. Ведь когда ты гоняешь меня по полю, ты чувствуешь себя гораздо лучше!" Или велосипед: "Давай, залезай на меня. Я отвезу тебя к твоему другу Мише". А дверь говорит: "Открой меня, выгляни наружу, и ты увидишь столько всего интересного..."*

*Представьте себе, что какой-то предмет научился говорить. Что он рассказал бы о вас? Выберите из этого списка три предмета и напишите все, что каждый из них смог бы рассказать о вас.*

Запишите на доске названия следующих предметов:

- зубная щетка, автобус, пальто;
- ботинки, шкаф, расческа;
- шариковая ручка, зеркало, обеденный стол;
- кровать, телевизор, тарелка;
- велосипед, радио, учебник по русскому языку;
- мыло, письменный стол, лампа;
- футбольный мяч, мягкая игрушка, домашнее животное.

### 130

Дайте детям примерно двадцать минут времени, чтобы они могли нарисовать три рисунка, изображающие эти предметы. Затем от имени каждого предмета ребенок должен составить рассказ о самом себе и записать его.

*А теперь разбейтесь на четверки и покажите друг другу свои рисунки и рассказы. Спросите остальных, что они думают по этому поводу.*

#### **Анализ упражнения:**

- Какие предметы ты для себя выбрал?
- Что из того, что сказали о тебе предметы, тебе понравилось больше всего?
- Рассказали ли предметы о каких-нибудь твоих слабых сторонах?
- Чьи рассказы были для тебя самыми интересными?
- Что бы сказал о тебе стол, за которым сидит учитель?

*Вот я какой!*

*ИГРА 70 (с 8 лет)*

**Цели:** Эта игра прекрасно подходит для начала учебного года. Дети могут представить себя небольшому кругу своих одноклассников, рассказать им о своих предпочтениях и интересах. Если дети пишут еще недостаточно бегло, то им стоит раздать предварительно размноженную анкету. Для детей постарше больше подходят открытые вопросы, позволяющие им давать развернутые и детальные ответы. В таком случае они могут сами сочинить вопросы, на которые им хотелось бы ответить. Например: "Какое событие твоей жизни в этом году затронуло тебя сильнее всего?", "Когда тебе нравится учиться?", "Каким должен быть другой человек, чтобы ты захотел стать его другом?", "С какими взрослыми тебе интереснее и легче общаться?"

**Материалы:** Каждому ребенку нужен один экземпляр анкеты "Вот я какой!"

#### **Анкета "Вот я какой!"**

1. Меня зовут \_\_\_\_\_.
2. Мне \_\_\_\_\_ лет.
3. У меня \_\_\_\_\_ глаза.
4. У меня \_\_\_\_\_ волосы.
5. Улица, на которой я живу, называется \_\_\_\_\_.
6. Моя любимая еда — \_\_\_\_\_.
7. Мой любимый цвет — \_\_\_\_\_.
8. Мое любимое животное — \_\_\_\_\_.
9. Моя любимая книга — \_\_\_\_\_.
10. Моя любимая телевизионная передача — \_\_\_\_\_.
11. Самый прекрасный фильм, который я видел — \_\_\_\_\_.

### 132

12. Я люблю в себе
13. Моя любимая игра
14. Моего лучшего друга зовут \_\_\_\_\_
15. Страна, в которую я бы хотел съездить
16. Лучше всего я умею \_\_\_\_\_
17. Моих братьев и сестер зовут
18. Самая главная моя цель —,

» **Инструкция:** Прочитайте, пожалуйста, анкету, которую я вам сейчас раздам. Затем выпишите в нее недостающие слова. (10 минут.)

А теперь разбейтесь на четверки и прочитайте друг другу, что вы написали. Сравните свои ответы с ответами других детей.

#### **Анализ упражнения:**

- С кем из детей у тебя больше всего общего?
- Чьи ответы показались тебе самыми интересными?
- На какой вопрос тебе было труднее всего ответить?

### 133

*Концентрические круги*

*ИГРА 71 (с 10 лет)*

**Цели:** В ходе данного упражнения дети могут сконцентрироваться на позитивных сторонах своей личности и рассказать о них остальным. Эта игра развивает самосознание ребенка и предоставляет ему возможность сравнить себя с окружающими.

**Инструкция:** Расставьте, пожалуйста, стулья по кругу в два ряда так, чтобы они стояли друг напротив друга и были повернуты друг к другу. А теперь, пожалуйста, расслаживайтесь. Я буду задавать вам тему для беседы, и два партнера, сидящие друг напротив друга, могут поговорить на эту тему. Через две минуты ученики, сидящие во внутреннем круге, должны будут передвинуться на одно место влево, тем самым они окажутся уже напротив других людей.

*Первая тема звучит так: "Что я умею хорошо делать?" (2 минуты.)*

*Завершайте беседу. Пусть дети из внутреннего круга сейчас передвинутся на один стул влево. Следующая тема для беседы: "Что интересного я могу придумать?" (2 минуты.)*

Другие темы для обсуждения:

- Человек, который принимает меня таким, какой я есть...
- Как я реагирую на критику в мой адрес...
- Место, в котором я могу хорошо отдохнуть...
- Успехи, которых я достиг в своей жизни...
- Очень важная для меня цель...
- Что во мне ценят другие...
- Чем я горжусь в себе...
- Риск, на который я когда-то пошел...
- Лучшее переживание в моей жизни...
- Мои любимые дела...
- Кто меня уважает и ценит...
- Ситуация, в которой я был очень собой доволен...
- Самые приятные каникулы в моей жизни...

### 134

- Самая большая радость, которую я кому-либо доставил...
- Болезнь, которую я стойко перенес...
- Самое лучшее в моей семье...
- Самое лучшее в нашем классе...

#### **Анализ упражнения:**

- О чем ты больше всего любишь говорить?
- На какую тему тебе труднее говорить?
- Что нового узнал ты о своих одноклассниках?
- Какое настроение у тебя сейчас?

*Досмотрим, друг на дружку!*

### *ИГРА 72 (с 10 лет)*

**Цели:** Для развития самосознания большое значение имеет также принятие собственного тела, знание и понимание его возможностей и ограничений.

Лицо является той частью тела, которое ярче и сильнее всего выражает характер и особенности личности. Каждому ребенку очень важно научиться принимать и любить свое лицо таким, какое оно есть. В ходе этой игры дети могут поучиться концентрировать внимание на своем лице и адекватно описывать его.

**Материалы:** Карманные зеркальца, бумага и карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** *Скажите мне, пожалуйста, что делает лицо таким интересным? Вы можете привести мне пример интересного лица? В чем заключается различие между интересным и красивым лицом? Почему иметь интересное лицо важнее, чем красивое? Что было бы, если бы все люди ходили с закрытыми лицами, а видны были бы только их глаза?*

*Своим лицом мы показываем окружающим, кто мы. С его помощью мы выражаем свои чувства и состояние души. Отдельные черты лица, форма носа или рта, возможно, передавались в семье из поколения в поколение. Каждое лицо уникально и неповторимо. Оно такое же неповторимое, как и отпечатки пальцев. Я принесла несколько карманных зеркалец. Раздайте их по кругу и внимательно-внимательно посмотрите на свое лицо. Запомните форму лба, разрез глаз, разлет бровей, форму носа, губ и подбородка.*

*А теперь возьмите каждый по листу бумаги и опишите черты своего лица. Пожалуйста, не пишите на нем свое имя. (10 минут.)*

Затем соберите все листы и раздайте их детям так, чтобы они не знали, чей лист они получили.

136

*А теперь сядьте, пожалуйста, в круг и в течение пяти минут внимательно посмотрите на лица остальных ребят. (Вполне нормально, если в этой ситуации дети немного похихикают.)*

*Теперь каждый из вас по очереди должен зачитать то описание, которое я ему вручила, и попытаться отгадать, о чьем лице идет в нем речь. Пожалуйста, пока все описания не будут зачитаны, не сообщайте, правильно ли был угадан хозяин лица.*

Когда все описания будут представлены классу, дайте ученикам 10 минут на то, чтобы выяснить, какое описание кому принадлежит. В качестве более быстрой и простой альтернативы проведения упражнения Вы можете каждый раз предлагать детям всем вместе отгадывать обладателя лица, описание которого было дано только что. Но тогда к концу упражнения, когда останется лишь несколько неотгаданных лиц, игра становится менее напряженной и интересной.

#### **Анализ упражнения:**

- Какую часть лица тебе было труднее всего описывать?
- Какая часть твоего лица кажется тебе самой интересной?
- Чье описание произвело на тебя самое сильное впечатление?
- Легко ли тебе было угадывать?
- Легко ли разгадали тебя?
- От кого из предков тебе достались те или иные части лица? В кого у тебя такие глаза, такой нос и так далее?

*Кто я?*

### *ИГРА 73 (с 9 лет)*

**Цели:** У каждого ребенка есть потребность во внимании и уважении, каждый стремится быть замеченным другими. Поэтому детям очень нужны такие упражнения, в ходе которых они оказываются в центре всеобщего внимания, при этом находясь в психологически наиболее безопасной и комфортной атмосфере.

В ходе этой игры каждый ученик может подготовить краткое описание своей личности, передав его учителю в качестве загадки для остальных детей.

**Материалы:** Бумага и карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** *Я прошу каждого сейчас написать загадку, в которой он описывает самого себя. Например, кто-нибудь из мальчиков может написать: "Я мальчик. Я живу в небольшом белом доме. Я люблю гулять с огромной черной собакой. Я умею рисовать красивые картинки. Я с удовольствием играю в футбол. Иногда я проявляю нетерпение. Кто я?" Напишите пять или шесть предложений и завершите загадку о себе вопросом: "Кто я?"*

Написав, дети складывают листки со своими сочинениями вчетверо и складывают в одну общую коробку. Коробка "проходит" по кругу, и каждый ребенок достает одну из загадок. Тот, кто случайно вытащит свое сочинение, должен вернуть его и взять из коробки другое.

После этого каждый ученик зачитывает вслух доставшуюся ему загадку и предлагает всему классу угадать, кто имеется в виду. Когда загадка будет разгадана, сочинение зачитывает следующий ребенок.

**Анализ упражнения:**

- Ты загадал своему партнеру сложную загадку?
- Твою загадку быстро разгадали?
- Чья загадка тебе понравилась больше всего?

138

**Роботы**

*ИГРА 74 (с 10 лет)*

**Цели:** Это прекрасная парная игра для тех классов, в которых царит атмосфера взаимного доверия между учениками, а дети уже имеют опыт участия в психологических играх. При этом каждый ребенок получает возможность познать самого себя. Это способствует развитию самосознания детей.

**Инструкция:** *Я хочу предложить вам очень увлекательную игру. Разбейтесь, пожалуйста, на пары и выберите, кто из вас будет Первым, а кто — Вторым. Сначала роботами будут Первые. Робот делает совершенно неподвижное и бесстрастное выражение лица. Он становится неподалеку от Второго номера, поворачивается к нему лицом, механическими движениями подходит к нему, а потом возвращается обратно. И так несколько раз он то подходит, то возвращается на место. Когда Робот подходит, то своим металлическим голосом задает вопрос, состоящий только из двух слов: "Кто ты?" Услышав ответ, Робот разворачивается и возвращается на место, а потом снова разворачивается и подходит к партнеру, задавая ему снова тот же самый вопрос: "Кто ты?" Так продолжается снова и снова. Второй номер отвечает всякий раз первое, что приходит ему в голову. Это может быть одно слово или короткая фраза, образ или символ, мысль или чувство. Может получиться так, что Второй номер сам изумится своим собственным словом. Это вполне нормально. Итак, у вас есть пять минут...*

Через пять минут попросите детей поменяться ролями в парах. После этого оба партнера должны обсудить свои впечатления. (3 минуты.)

**Анализ упражнения:**

- Что удивило тебя в твоих ответах?
- Что удивило тебя в ответах твоего партнера?
- Давали ли вы с ним сходные ответы?
- Как ты думаешь, надо ли задавать вопрос "Кто ты?", чтобы лучше узнать человека?

139

*Сердце класса*

*ИГРА 75 (с 8 лет)*

**Цели:** Эта игра, благодаря используемой в ней символике, великолепно подходит ко дню Святого Валентина или празднику 8-го Марта. Но, конечно же, Вы можете проводить ее и в другие дни. На большом картонном сердце пишется что-нибудь позитивное про каждого ученика, чтобы все ощущали себя уважаемыми и достойными любви и внимания.

**Материалы:** Бумага, карандаши, фломастеры и большое сердце, вырезанное из красного картона.

140

**Инструкция:** *Знаете ли вы, что у нашего класса есть свое сердце? Я хочу, чтобы сейчас вы сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Обязательно проверьте, не вытащили ли вы свое собственное имя, в таком случае вы можете поменять бумажку.*

*А теперь я расскажу вам, что вы сейчас будете делать. Я принесла с собой большое сердце, которое и станет сердцем нашего класса. Придумайте дружескую и приятную фразу в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию. Возьмите лист бумаги и запишите на нем то, что вы придумали. Может быть, вы напишете: "Мне нравится то, что Петя такой веселый", "У Юли всегда очень интересные мысли", "Женя всегда готов прийти на помощь". Если составленная вами фраза придется вам по душе, возьмите фломастер и запишите ее на красном сердце класса. Положите красное сердце на стол так, чтобы дети могли подойти к нему со всех сторон. После того, как Вы проведете анализ упражнения, сердце класса может стать прекрасным декоративным украшением помещения.*

### **Анализ упражнения:**

- Понравилась ли тебе эта игра?
- Что тебе нравится в этом сердце?
- Легко ли было сказать что-нибудь приятное о другом ребенке?
- Нравится ли тебе то, что написано на сердце про тебя?

*Дружеское интервью*

*ИГРА 76 (с 7 лет)*

**Цели:** Это упражнение позволяет детям привлечь к себе внимание всего класса. Обращенные к ним вопросы должны быть простыми, интересными и психологически безопасными. Кроме того, ограничивается количество людей, которые могут задавать вопросы. Опрашиваемый ребенок может потренировать навыки самопрезентации, чтобы лотом сказать самому себе: "Ура! У меня все прекрасно получилось!"

**Инструкция:** *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. В центр нашего круга мы поставим свободный стул. Я хочу предложить вам сыграть в игру под названием "Дружеское интервью". Один из вас может сесть на стул, стоящий посередине класса, если почувствует желание ответить на несколько вопросов друзей. Он может выбрать на свое усмотрение еще двоих учеников, которые по очереди зададут ему по одному— два вопроса. Например: "Что ты любишь есть?", "Что ты делаешь сразу после школы?", "Когда ты ложишься спать?", "Какой дорогой ты обычно ходишь в школу?", "Есть ли у тебя братья или сестры?" и так далее. Игра называется "Дружеское интервью", так как вы не должны задавать таких вопросов, которые могли бы смутить сидящего в центре круга. Задавая вопрос, нужно встать. Когда выбранные двое детей зададут свои вопросы, неожиданно встает еще один со словами: "Я тоже хочу задать тебе несколько вопросов!" и задает их сидящему в центре. Всем понятно, как играть в эту игру? Кто хочет первым сесть в середину круга?*

Иногда, для того чтобы "разогреть" класс, Вам имеет смысл первой сесть на стул в центре круга. Проводите это упражнение не слишком долго, желательно ограничиться двадцатью минутами, а в другой день продолжить игру.

### **Анализ упражнения:**

- Хотелось ли тебе выйти в центр круга?
- Трудно ли было тебе отвечать на вопросы, находясь в центре общего круга на виду у всех?
- Все ли дети следовали правилам игры?

**142**

*Я уникальный!*

*ИГРА 77 (с 6 лет)*

**Цели:** В ходе этого упражнения мы используем методику напояв-ленного воображения для того, чтобы подчеркнуть уникальность и значимость каждого ребенка.

**инструкция:** *Какие самые-самые приятные слова ты слышал о своем самом за всю свою жизнь? Говорил ли кто-нибудь тебе что ты уникальный человек и неповторимая личность? Правильно ли будет сказать кому-либо: Ты уникальный человек!?" Как можно доказать уникальность и неповторимость каждого человека?*

*Я хочу пригласить вас в путешествие в страну фантазий во время которого вы услышите много прекрасных и приятных слов в свой*

*Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха и расслабьтесь.*

\* \* \*

*Ты знаешь о том, что в самой-самой глубине каждого из нас скрывается неповторимая и чудесная звезда? Эта звезда отличает нас от всех остальных людей. Ведь у каждого из нас звезда своя собственная. Некоторые звезды отличаются друг от друга по цвету, некоторые — по величине. Но каждый из нас несет в своей душе эту звезду, которая и делает его уникальным и неповторимым человеком. Давай разыщем твою собственную звезду.*

*Может быть, эта особенная звезда находится в твоей голове возможно, она скрывается в твоём сердце, в животе или где-то еще столько ты обнаружишь свою чудесную звезду, тихонько подними*

Подождите, пока дети подадут вам сигнал о том, что нашли свою чудесную звезду.

*Прекрасно! Ты нашел свою звезду. Посмотри на нее повнимательнее. Какого она цвета? Какого размера? А теперь представь себе какое счастливое и довольное лицо у твоей звезды. Ты видишь широкую*

**143**

улыбку на всем ее лице? А, может быть, ты видишь тихую и маленькую улыбку? Когда ты разглядишь улыбку на лице твоей звезды, снова тихонько подними руку.

Подождите, пока все дети не подадут этот сигнал.

Твоя звезда смеется или улыбается, потому что она знает одну большую и важную тайну. (Начните говорить более тихим и проникновенным голосом.) Осторожно-осторожно возьми свою звезду на руки, поднеси ее к уху и внимательно послушай, что она хочет сказать тебе. Пусть она расскажет тебе, благодаря чему ты такой уникальный и неповторимый человек. После того, как ты внимательно выслушаешь все, что скажет тебе твоя звезда, снова тихонько подними руку.

Снова дождитесь, когда все дети подадут сигнал.

Теперь ты знаешь, почему ты такой уникальный и неповторимый человек. Теперь аккуратно погрузи свою звезду глубоко-глубоко на дно твоей души, туда, где ты и разыскал ее. Теперь она всегда будет напоминать тебе о твоей неповторимости и особенностях. Тихо-тихо скажи самому себе: "Я уникальный и неповторимый человек!"

А теперь ты можешь потянуться, поочередно напрягая и расслабляя все мышцы твоего тела. Попрощайся со своей звездой и постепенно открой глаза. Посмотри на всех окружающих тебя детей в классе и возвращайся к нам.

#### **Анализ упражнения:**

— Где ты нашел свою особую звезду?

— Есть ли у нее имя?

— Тебе она нравится?

— Что она сказала тебе?

— Теперь ты веришь в свою уникальность и особенность?

— Как ты себя сейчас чувствуешь?

— Хочешь ли ты время от времени слышать от других людей о том, что ты уникальный, особенный человек?

#### **144**

*ты молодец! Раз!*

*ИГРА 78 (с 9 лет)*

**Цели:** Многим детям легче рассказывать о своих слабостях и ошибках, чем о своих сильных сторонах и достижениях. Даже те дети, которые считают себя очень прилежными и усердными, под влиянием сильного стресса склонны формулировать негативные суждения в свой собственный адрес. Например: "Какой я дурак...", "Какой я неловкий...", "Да никто меня не любит..." Порою случается так, что, услышав в свой адрес какие-нибудь неприятные слова, мы тут же принимаем их как объективную оценку всей нашей личности. Поэтому еще в раннем детстве ребенок должен научиться сохранять положительное мнение о самом себе даже в ситуации стресса. Именно приобретению и развитию этого навыка и способствует данная игра. Это прекрасное упражнение для "разогрева", Вы можете повторять его в самых различных модификациях. (Например: "Назови все бодрые и здоровые части твоего тела...", "Перечисли все, чему ты научился за последний год..." и так далее).

**Инструкция:** *Встаньте, пожалуйста, в один общий круг. Теперь пусть те из вас, кто любит шоколадное мороженое, изобразят с помощью пальцев букву "Ш". А все те, кто любит клубничное мороженое, должны изобразить с помощью пальцев букву "К". Ну а те дети, которые любят и то, и другое, должны выбрать что-то одно. Поднимите руки повыше над головой, так как теперь каждый из вас должен выбрать любителя другого сорта мороженого. То есть, каждый любитель шоколадного мороженого должен образовать пару с любителем клубничного.*

*А теперь я расскажу, что вы будете делать. Начинает игру любитель клубничного мороженого. Я даю вам ровно минуту, и за это время любитель клубничного мороженого должен рассказать всю правду о себе. Вы должны рассказать своему партнеру все, что вам самим в себе нравится. Вы можете сообщить ему, за что вас можно назвать молодцом, о том, что у вас хорошо получается, о положительных чертах вашего характера. Скажите все, что успеете за это время. Я хочу, чтобы каждые несколько секунд вы рассказывали о себе что-нибудь новое, а ваш партнер будет поддерживать вас. Всякий раз, когда вы скажете что-нибудь хорошее, он должен считать вслух: "А это ты моло-*

145

*дец! Раз! А это ты молодец! Два!" И так далее. Он не должен смеяться, если вы скажете что-*



нибудь необычное или странное для него. Если вы думаете о себе только плохо, все равно мужественно утверждайте о себе только хорошее. Говорите хорошее хотя бы просто в надежде, что когда-нибудь вы и на самом деле станете таким. Например, если вам не нравится ваш нос, то можете все равно смело утверждать: "Мне нравится мой нос!" или "У меня прекрасный нос!" Итак, теперь в вашем распоряжении ровно шестьдесят секунд. Внимание! Приготовьтесь! Начали! (1 минута).

А теперь наступила очередь любителя шоколадного мороженого быстро рассказать хорошее о себе, а любитель клубничного мороженого будет поддерживать его и громко подсчитывать количество перечисленных им хороших качеств. (1 минута).

Если кто-нибудь из вас почувствует смущение или неуверенность при выполнении этого упражнения, скажите про себя: "Я люблю себя, я уникален и неповторим! Я люблю себя, я уникален и неповторим!"

Всякий раз, когда вам приходят в голову негативные оценки в свой адрес, вспомните о том, что вам еще нужно развиваться и развиваться, и, естественно, вы пока еще не можете быть совершенны во всем.

#### **Анализ упражнения:**

- Много ли хорошего ты вспомнил про себя?
- Говоришь ли ты иногда себе: "Это у тебя хорошо получилось!"?
- Что ты говоришь сам себе, если ты сделал грубую ошибку?
- Почему так важно говорить хорошее о самом себе?
- Чему ты научился у своего партнера?

**146**

*Иванушка—дурачок*

*ИГРА 79 (с 6 лет)*

**Цели:** С помощью этого упражнения мы можем научить детей поддерживать себя в ситуации, когда их обижают. Наряду с этим мы обращаем их внимание на то, что имеет смысл воспринимать негативные высказывания в свой адрес не с позиции жертвы, а с позиции победителя. Благодаря направленному фантазированию дети преобразуют свое отношение к обидной ситуации во внутреннее ощущение победы. Игра основана на идее о значимости и важности позитивных представлений и мыслей о самом себе для развития самосознания детей.

**Инструкция:** Кто из вас хотя бы однажды оказывался в такой ситуации, когда другие дети не хотели с ним играть? Кого из вас когда-нибудь обижал друг, ответив на вашу просьбу: "Мне сейчас некогда"?

Иногда нам приходится сталкиваться с тем, что другие не хотят с нами общаться. В таких случаях нам может помочь наша фантазия. С ее помощью мы можем сохранить хорошее отношение к самим себе. И я сейчас покажу вам, как это можно сделать.

Сядь, пожалуйста, поудобнее и закрой глаза. Представь себе, что тыходишь к группе играющих детей, чтобы попроситься поиграть с ними. А эти дети кричат тебе: "Уходи, дурачок, отсюда!" Тогда ты принимаешь решение поймать этих ребят на слове. Представь себе, как маленький Иванушка-дурачок из сказки постепенно становится веселым и сильным добрым молодцем. Ты можешь представить себе Иванушку-дурачка из сказки про Василису Прекрасную, про Серого волка или из сказки про Конька-горбунка. Представь себе, что дети продолжают играть между собой, повернувшись к тебе спиной. Пусть твой Иванушка-дурачок становится все больше, сильнее и могущественнее. На нем появляются настоящие богатырские доспехи, на которых огромными золотыми буквами написано твое имя.

Теперь ты можешь увидеть, как дети поворачиваются к тебе и застывают в сильном изумлении и легком испуге, ведь "маленький дурачок" превратился в такого большого и храброго молодца. Это насто-

**147**

ящий богатырь, самый большой из тех, кого они когда-либо видели в своей жизни. И теперь представь себе, что этот богатырь и есть ты. И ты можешь произвести на детей еще большее впечатление, превратив свои доспехи в золотые. Послушай, как громко восхищаются дети: "Ах! Ох! Вот это да!" Они подходят и спрашивают: "А можно к тебе прикоснуться? А можно потрогать твой меч-кладенец? А можно поиграть с тобой?" И ты понимаешь при этом, что они восхищаются тобой и мечтают просто постоять рядом с тобой. (15 секунд.)

А теперь ты снова можешь стать самим собой и надолго сохранить в своей памяти образ этого богатыря — Иванушки-дурачка. Постарайся почувствовать удовлетворение от того, что тебе,

*в конце концов, удалось получить признание и интерес. Скажи самому себе: "Я важный и интересный человек!"*

*А теперь потянись, попеременно напрягая и расслабляя все мышцы, и открой глаза...*

**Анализ упражнения:**

— Можешь ли ты представить себя в образе прекрасного Иванушки-дурачка в золотых доспехах и с мечом-кладенцом?

— Как ты чувствуешь себя, когда окружающие восхищаются тобой?

— Почему так важно хорошо думать о самом себе?

— Что означает быть чутким и внимательным к другому?

— Что значит "хорошо думать о самом себе"?

*ИГРА 80 (с 6 лет)*

**Цели:** Для этой игры Вам понадобятся две мягких игрушки. Назовите этих животных, например, Миком и Маком. Пусть они будут по характеру противоположны друг другу. Например, Мик может быть мужественным, легкомысленным, склонным к риску и оптимистичным. Тогда Мак будет осторожным, умным не по годам, самокритичным и пессимистичным. Попросите детей самостоятельно придумать различные характеры для Мика и Мака и озвучьте их. Таким способом Вы сможете привить детям понимание абстрактных для них вещей. В ходе игры дети могут идентифицироваться с обоими персонажами, развивать у себя чувство юмора и более гибкое отношение к жизни. Мы советуем Вам в ходе данной игры дать детям возможность проинтервьюировать Мика и Мака.

Кроме того, Вы можете с помощью этих игрушек давать еще одно весьма эффективное домашнее задание. В конце каждой недели один из учеников может взять игрушки на выходные домой. А по понедельникам можно организовать прекрасный воспитательный ритуал: ребенок, возвращая игрушечных зверей, рассказывает всему классу, что делали и что переживали Мик и Мак в выходные. Тем самым ученики получают возможность выступить перед классом и доложить о выполнении этой ответственной задачи — рассказать о том, как они заботились в выходные о животных, чему они их научили.

**Материалы:** Две мягких игрушки.

**Инструкция:** *Сегодня я принесла в наш класс двух новых животных. Они останутся у нас, и время от времени будут разговаривать с вами. Этих зверюшек зовут Мик и Мак, и они оба хотят с вами познакомиться. Я же могу добавить от себя лишь то, что, несмотря на внешнее сходство, они очень сильно отличаются друг от друга. Вы можете провести интервью с ними обоими. Каждый из вас по очереди может задавать вопрос или Мику, или Маку, а они с моей помощью будут вам отвечать.*

Обратите внимание на то, чтобы у детей не сложилось впечатление, что один зверь хороший, а другой — плохой. Четко выразите и сильные,

149

и слабые стороны каждого из характеров. Прямолинейность в ответе быстро угасит интерес учеников к персонажам.

**Анализ упражнения:**

— Чем вам нравятся Мик и Мак?

— Что вам нравится, а что не нравится в Мике?

— Что вам нравится, а что не нравится в Маке?

— Какие мысли приходят вам в голову, когда вы думаете об обоих животных?

— На кого ты больше похож — на Мика, Мака или на них обоих сразу?

*Сходства и различия*

*ИГРА 81 (с 9 лет)*

**Цели:** Эта игра помогает детям увидеть, что, с одной стороны, каждый из них по-своему уникален, а, с другой стороны, у каждого можно найти такие черты и особенности, которые есть и у других.

**Материалы:** Бумага, карандаш — каждому ребенку.

**Инструкция:** *Кто из вас иногда радуется, когда обнаруживает, что в чем-то он похож на других детей? А кто из вас бывает доволен тем, что в чем-то отличается от остальных?*

*В каждом из нас есть и то, и другое. Разбейтесь на пары, и пусть каждая пара сядет за свой стол. Найдите восемь характеристик, которые есть в вашей паре у обоих, а затем — восемь характеристик, которыми вы отличаетесь. Каждый из вас может согнуть пополам лист бумаги. Напишите на левой половине листа сверху "сходства", а справа — "различия". А теперь*

запишите то, чем вы похожи друг на друга, и то, чем вы друг от друга отличаетесь. Теперь нарисуйте две картинки. На одной должно быть изображено что-то такое, чем вы похожи. А другая должна изображать одно, но важное различие между вами.

По завершении попросите детей представить свои рисунки классу.

— Что для тебя было сложнее: найти сходства или найти различия?

— Что из того, что объединяет тебя с твоим партнером, нравится тебе больше всего?

— Что тебе больше всего нравится из того, чем ты отличаешься от других?

151

### **Сведения об авторе**

Клаус Фопель родился 29 мая 1940 г. в г. Гамбурге.

Изучал германистику, теологию, педагогику и психологию в Университете г. Гамбурга, где в конце 60-х годов возглавил один из исследовательских проектов. Проект касался создания групп поддержки для студентов и подготовки психологов, ведущих подобные группы. Результаты этого исследования опубликованы в книге "Кооперация и коммуникация" (К. Фопель, Р. Кирстен, издательство Pfyffer, 1974).

Дальнейшее психологическое образование получал у терапевтов объединения WILL, Нью-Йорк. Как психолог К. Фопель специализируется на ведении психологических групп по созданию команд, ведении групп встреч и гештальтгрупп.

С 1972 г. К. Фопель работает как ведущий разнообразных психологических программ в учреждениях образования, в бизнесе, в центрах подготовки психологов и психотерапевтов, в церковных общинах, также работает и с частными клиентами.

К. Фопель известен как популяризатор так называемых интерактивных игр, созданных на основе синтеза элементов различных видов психотерапии: гештальттерапии, психодрамы, транзактного анализа, метода направленного воображения и осознания ценностей. Разрабатываемые К. Фопелем игры базируются на принципах партнерского взаимодействия и гуманистической психологии, проведение их невозможно без атмосферы взаимного доверия, раскрепощенности и открытости. Эти игры помогают детям и взрослым учиться общению и сотрудничеству в живом взаимодействии друг с другом. Использование игр К. Фопеля в обучении помогает подходить к человеку как к целостному существу, они задействуют интеллект и эмоции, тело и душу, сознание и бессознательное.

Главное направление работ К. Фопеля — профилактическое, а не коррекционное. Он работает и предлагает своим читателям — психологам и педагогам — работать со всеми детьми, а не только с теми, которые уже входят в так называемую "группу риска" или в категорию "трудных".

153

В настоящее время К. Фопель, за исключением некоторых семинаров, *которые* он ведет от неизбывной любви к практической психологической работе, пишет и издает книги. Вышло около 90 его работ. Большинство из них — практические материалы для психологов, ведущих группы разных направлений — в детских садах и школах, на фирмах и предприятиях, в терапии и консультировании. Все книги содержат подробные теоретические обоснования предлагаемых методик и игр.

Книги К. Фопеля переведены на итальянский, испанский и словацкий языки.

К. Фопель — отец двоих сыновей и дедушка двух внуков. Живет и работает в г. Зальцхаузене, недалеко от Гамбурга.

*Содержание*

**От издательства .....5**

**Введение.....7**

**ГЛАВА 1. ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ К ГРУППЕ.....19**

Игра 1. Паутина.....20

Игра 2. Прошепчи имя!.....22

Игра 3. Имя и движение.....23

Игра 4. Знакомство.....24

Игра 5. Что я люблю делать.....26

Игра 6. Все мы чем-то похожи.....27

Игра 7. Скульптуры.....28

Игра 8. Машины .....30

Игра 9. Ревущий мотор.....32

Игра 10. Bravo!.....33

Игра 11. Кого не хватает?.....	35
Игра 12. Репетиция оркестра.....	37
Игра 13. Двадцать вопросов.....	38
Игра 14. Семейная история .....	39
Игра 15. Мое личное место.....	41
Игра 16. Что важно для меня?.....	44
Игра 17. Фоторяд.....	46
<b>ГЛАВА 2. УСТАНОВЛЕНИЕ КОНТАКТА.....</b>	<b>47</b>
Игра 18. Передай маску!.....	48
<b>155</b>	
Игра 19. Да и нет.....	49
Игра 20. Гротеск.....	50
Игра 21. Только вместе! .....	51
Игра 22. Сходства.....	52
Игра 23. Рецепт приготовления друга.....	54
Игра 24. Смешное приветствие .....	56
Игра 25. Молчание — золото .....	58
Игра 26. Отдам тебе то, что есть у меня.....	59
Игра 27. Интервью.....	60
Игра 28. Чет и нечет.....	62
Игра 29. Все вместе!.....	63
Игра 30. Похлопывающий массаж.....	64
Игра 31. От спины к спине .....	66
Игра 32. Друг к дружке!.....	67
Игра 33. Акулы и матросы.....	69
Игра 34. Тайный дар.....	71
<b>ГЛАВА 3. ЧУВСТВЕННОЕ ВОСПРИЯТИЕ.....</b>	<b>73</b>
Игра 35. Волшебная котомка .....	74
Игра 36. Прикосновение.....	76
Игра 37. Наперсток.....	77
Игра 38. Носы.....	78
Игра 39. Разведчик.....	80
Игра 40. Монстр .....	82
Игра 41. Сколько нас?.....	84
Игра 42. Иван да Данила .....	86
Игра 43. Рисунки на спине .....	87
Игра 44. Стон королевы .....	89
Игра 45. Где я?.....	90
Игра 46. Описание с закрытыми глазами.....	91
Игра 47. Это почти пианино!.....	93
Игра 48. Звучание моего голоса.....	95
Игра 49. Острый глаз .....	97
Игра 50. Кто поет громче всех?.....	98
<b>ГЛАВА 4. ГРУППОВАЯ СПЛОЧЕННОСТЬ.....</b>	<b>99</b>
Игра 51. Ты мне нравишься .....	100
Игра 52. Хороший друг.....	102
Игра 53. Биография друга.....	104
Игра 54. Объятие.....	106
Игра 55. Почесать спинку.....	108
Игра 56. Палец вверх!.....	110
Игра 57. Аплодисменты по кругу.....	111
Игра 58. Спасибо за прекрасный день.....	112
Игра 59. Кошки, собаки, медведи и зайцы .....	113
Игра 60. Творческое прикосновение.....	115
Игра 61. Тряпичная кукла.....	116
Игра 62. Накопительные комплименты.....	117
Игра 63. Записки с любовью.....	119

Игра 64. Говорящие очки.....	121
Игра 65. Таинственный друг.....	122
Игра 66. Личные письма.....	123
Игра 67. Подарок, который невозможно купить.....	125
Игра 68. Купон на одну услугу.....	127
<b>ГЛАВА 5. РАЗВИТИЕ САМОСОЗНАНИЯ.....</b>	<b>129</b>
Игра 69. Говорящие вещи.....	130
Игра 70. Вот я какой!.....	132
Игра 71. Концентрические круги.....	134
Игра 72. Посмотрим друг на дружку!.....	136
Игра 73. Кто я?.....	138
Игра 74. Роботы.....	139
Игра 75. Сердце класса.....	140
Игра 76. Дружеское интервью.....	142
Игра 77. Я уникальный!.....	143
Игра 78. А ты молодец! Раз!.....	145
Игра 79. Иванушка-дурачок.....	147
Игра 80. Мик и Мак.....	149
Игра 81. Сходства и различия.....	151
<b>Сведения об авторе.....</b>	<b>153</b>

Практическое пособие

**Клаус Фопель**

Как научить детей сотрудничать?

Психологические игры и упражнения Часть 4

Научный редактор А. Локтионова

Редактор Ю. Кузьмичева

Художник В. Топылин

Редактор компьютерной верстки С. Герасимов

Издательство ЦСПА "Генезис" 121471 Россия, Москва, ул. Гродненская, д. 5а

ЛР №064979 от 05.02.97

Подписано к печати 22.01.99 г. Формат 60x84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 9,30.

Тираж 10 000 экз. Заказ № 220.

Отпечатано с готового оригинал-макета  
в типографии ГИПП "Вятка".

610044, г. Киров, ул. Московская, 122.