



Игра как инструмент для работы и отдыха



Методическое пособие для специалистов.

Материалы разработаны в рамках программы «Будь здоров!»

Мы начинаем печатать книгу, которую собрали и написали специалисты команды «Поехали!» – «Игра как инструмент для работы и отдыха. Игры. Примеры. Идеи».

Недavno специалисты команды проводили тренинг по использованию игр в учебе и на отдыхе. Специально к нему приготовили небольшую книгу с лучшими играми, в которые они сами регулярно играют и применяют их в работе с подростками. Они хотят ею поделиться с вами! Эта книга для специалистов, работающих со школьниками, с молодежью и семьями. В ней собраны игры, которые помогают организовать и сделать более интересным обучающий процесс, отдых или любой другой процесс.

Игры разделены на категории. Их несколько – знакомство, перемены и свободное время, командообразование, игры с большим числом участников. Для каждой игры указаны основные характеристики, которые помогут вам быстро сориентироваться и организовать группу. В книгу включены только хиты! Они проверены на разных аудиториях, группах, ситуациях и всегда

прекрасно проходят. Мы надеемся, что эта информация будет полезна для вас, привнесет в вашу деятельность много интересного и радостного.

Глава первая «Знакомство»

В этой главе – игры на знакомство. Они нужны, чтобы снять напряжение и позволить участникам в группе и классе почувствовать себя более раскованными.

Основные критерии таких игр:

- в них должно быть как можно больше движения и телесного участия. В начале урока, занятия лучше не говорить, а двигаться;
- они позволяют группе перезнакомиться, узнать чуть-чуть

больше о каждом другом участнике. Чем с большим количеством участников встретится в игре каждый человек, тем лучше;
- в этих играх появляется безопасность. То, как преподаватель и ведущий ведут их, позволяет участникам сделать вывод о том, что здесь можно, а что нельзя.

Игра «Черные шнурки»

Количество участников: до 30 человек.

Время проведения: около 15 минут.

Подготовка: стулья по количеству человек.

Все сидят на стульях в кругу, ведущий выходит в центр. Задача ведущего – найти себе место, для этого нужно придумать такой признак (видимый или невидимый), который может быть у многих участников группы, например, черные шнурки. Когда ведущий придумал такой признак, он предлагает участникам поменяться местами, говоря следующую фразу: «Поменяйтесь местами те, ... у кого черные шнурки!» Когда стулья начинают освобождаться, задача участников и ведущего – быстро найти себе новое место. Эта игра на честность, потому что наличие большинства признаков невозможно проверить. Тот, кто не успел занять себе место, становится ведущим.

Начинать игру стоит с простых, видимых признаков (одежды, обуви, цвета волос или глаз), по ходу игры ведущие могут вводить более интересные и содержательные признаки, подавая пример другим участникам (например, предпочтения, личный опыт, переживания и т.д.)

Игра «Стул справа»

Количество участников: до 30 человек.

Время проведения: около 15 минут.

Подготовка: стулья по количеству человек.

Все сидят на стульях в кругу, водящий в центре, один стул пустой.

Задача водящего – занять стул. Тот из игроков, для кого пустой стул находится под правой рукой, должен хлопнуть по нему и назвать имя любого из участников игры до того, как водящий на него сядет. Если он не успевает – тогда сам становится водящим, а если успел, названный игрок садится на этот стул, и задача нового игрока, от которого вновь освободившийся стул стал справа, успеть сделать то же самое. С самого начала необходимо договориться, как обращаться во время игры к участникам с одинаковыми именами.

До игры можно назвать имена. Через пару минут после начала можно еще раз повторить имена по кругу, так как в игре очень важно знать как можно больше имен участников.

Игра «Слон, жираф и крокодил»

Количество участников: до 30 человек.

Время проведения: около 15 минут.

Подготовка: не требуется.

Группа образует круг, водящий находится в центре. Указывая на любого из участников, он называет одно из трех животных: «слон», «жираф» или «крокодил». По команде «слон» названный участник выставляет перед собой согнутые в локтях руки, изображая бивни, а стоящие справа и слева от него изображают его уши. «Жираф» – вытягивает вверх руку, показывая длинную шею, а стоящие справа и слева от него – колечками из пальцев показывают на нем пятнышки. «Крокодил» щелкает челюстями (изображается с помощью вытянутых вперед рук), а соседи делают ему сзади гребень с помощью растопыренных пальцев.

Дополнительные команды для знакомства:

«Я» – человек называет имя ведущего.

«Ты» – называет свое имя.

«Слева» – называет имя стоящего слева.

«Справа» – называет имя стоящего справа.

Тот, кто зазевался или ошибся в движении, сменяет водящего.

Игра «Циферблат»

Количество участников: до 30 человек.

Время проведения: около 30 минут.

Подготовка: листы формата А4, ручки или фломастеры.

Инструкция. Возьмите по одному листу бумаги и фломастеру и нарисуйте циферблат – круг, разделенный на 12 частей. Сейчас мы будем назначать друг другу свидания, напротив каждого часа на ваших циферблатах должно оказаться имя одного из участников, того с кем вы договоритесь встретиться именно в это время. Сейчас мы перемешаемся и быстро назначим друг другу свидания.

Теперь, ровно в назначенный час, вам нужно прийти на свидание к своему партнеру. Итак, наступает первый час и ваше первое свидание, посмотрите на свои записи и найдите друг друга, устройтесь комфортно, так, чтобы можно было поговорить.

Каждый час времени будет проходить за две минуты. В это время вам необходимо успеть поговорить в обе стороны.

Варианты вопросов.

Расскажите друг другу про лучший фильм, книгу и музыку, с которыми надо познакомиться, чтобы узнать о вас чуть больше.

Если бы у вас была возможность сразу освоить любой навык, научиться чему угодно, то чему бы вы научились и почему?

Если бы у вас была возможность отправиться в любое время на машине времени, то куда бы вы отправились и почему?

Что вы больше всего цените в людях, в своих друзьях и почему?

Расскажите про одно событие, которое вас сильно удивило.

Вопросы можно придумывать сразу под тему мероприятия или для работы над определенной тематикой или проблемой.

Игра «Две правды, одна ложь»

Количество участников: до 20 человек.

Время проведения: около 20 минут.

Подготовка: листы бумаги, ручки или фломастеры.

В этой игре каждый придумывает и записывает на листочке бумаги три факта о себе. Два факта являются правдивыми, а один факт – ложным. Человек не помечает, какой факт является ложным.

Все листочки сбрасываются в шляпу или коробку и перемешиваются.

Затем первый человек из круга достает листок, читает его и пытается угадать:

сначала человека, который это мог написать.

затем то, какие факты являются правдивыми, а какой – ложным.

Когда это угадано, то автор листочка называет правильный ответ и рассказывает более подробно о каждом из фактов своей жизни.

Примеры фактов:

Я был в Египте и поймал рыбу.

Я прыгал с парашютом.

У меня дома три кошки и большая собака.

www.parentprograms.ru

Игра как инструмент для работы и отдыха



Методическое пособие для специалистов. Материалы разработаны в рамках программы «Будь здоров!»

Мы продолжаем печатать книгу, которую собрали и написали специалисты команды «Поехали»: «Игра как инструмент для работы и отдыха. Игры. Примеры. Идеи».

Книга предназначена для специалистов, работающих со школьниками, молодежью и семьями. В ней собраны игры, которые помогают организовать и сделать более интересным обучающий процесс, отдых или любое другое времяпрепровождение.

Книга разделена на главы: «Знакомство», «Перемены и свободное время», «Командобразование» и т.д. Для каждой игры указаны основные характеристики, которые помогут вам быстро сориентироваться и организовать группу. В книгу включены только хиты! Они успешно апробированы на разных аудиториях, группах, в различных ситуациях. Мы надеемся, что эта информация будет полезной для вас, принесет в вашу деятельность много нового и интересного.

Глава «Знакомство»

Игра «Две правды, одна ложь»

Количество участников – до 20 человек.

Время проведения – около 20 минут.

Подготовка – листы бумаги, ручки или фломастеры.

Правила игры

Каждый придумывает и записывает на листочке бумаги три факта о себе: два правдивых, один ложный. Какой факт является ложным, участники не указывают.

Все листочки помещаются в шляпу или коробку и перемешиваются.

Далее первый человек из круга достает листок, читает и пытается угадать:

- человека, который это мог написать;
- какие факты являются правдивыми, а какой – ложным.

Если это угадано, то автор листочка рассказывает подробно о каждом указанном факте своей жизни.

Примеры фактов:

- я был в Египте и поймал рыбу;
- я прыгал с парашютом;
- у меня дома три кошки и большая собака.

Глава «Перемены и свободное время»

Цель игр этой главы – дать участникам физическую и эмоциональную разрядку, помочь переключиться с одного вида деятельности на другой. Можно прямо объявлять участникам: «Сейчас мы будем играть в веселую и бессмысленную игру». Эти игры не нуждаются в подготовке, количество участников не ограничено, что позволяет играть всему классу.

Игра «Хвост дракона»

Количество участников – до 50 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Игра проводится в просторном и свободном помещении, необходимо заранее позаботиться о безопасности пространства, убрать все предметы, которые могут помешать участникам.

Вариант первый

Все участники встают в цепочку. Первый в цепочке – «голова дракона», последний – «хвост». Голова должна поймать хвост. После того

как участники справятся с заданием, голова дракона становится хвостом (встает в конец цепочки) и участники меняются ролями.

Вариант второй

Если группа большая, может быть несколько драконов одновременно и голова одного дракона ловит хвост другого. Игра заканчивается, когда все участники соединяются в общую цепь в виде круга.

Игра «Салки-обнималки»

Количество участников – до 30 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Подготовка – мяч или любой мягкий предмет.

Игра также проводится в просторном, безопасном помещении; важно, чтобы мяч или игрушку не кидали, а передавали следующему водящему. Хорошо, если водящий сам начнет игру и покажет, как это нужно делать.

Правила этой игры похожи на правила обычных «салок», но водящий может осалить только того, у кого нет пары. Если участники объединились в пару и крепко держатся друг за друга – никого из них осалить нельзя. Если же образовалась тройка, осалить можно любого. Для этого водящему нужно просто дотронуться до участника и отдать ему мяч. Паре нельзя находиться вместе дольше 5 секунд, а ведущему не разрешается караулить пары, ожидая, пока они распадутся.

Игра «Мышки-домики»

Количество участников – до 30 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Участники объединяются в тройки – двое берут друг друга за обе руки, изображая «домик», а третий – «мышка» – находится в кольце их рук. По команде ведущего: «Мышки!» третьи участники меняются домиками (домики остаются неподвижными). После команды: «Домики!» пары, не разнимая рук, переходят к новой мышке (мышки при этом остаются на своих местах). По команде: «Землетрясение!» тройки распадаются и образуются новые, при этом мышки и домики могут меняться ролями.

Игра «Заяц и Охотник»

Количество участников – до 30 человек.

Время проведения – около 15 минут.

В качестве игровой площадки потребуется площадь не менее 3х6 м. Для обозначения границ поля по периметру расставляются зрители.

Инструкция. Нужны два добровольца: один – Заяц, другой – Охотник. Им завязывают глаза. Все остальные участники должны вести себя очень тихо. В начале игры Охотник и Заяц стоят в противоположных углах площадки. Заяц должен перебежать через «поле». Если Заяц окажется на его другой стороне, он в безопасности. Охотник пытается поймать Заяца. Заяц должен быть очень внимательным, чтобы определить, где находится Охотник, и увернуться от него. Охотник пытается идти точно в то место, где он слышит Заяца, чтобы его поймать. Все остальные стоят по краям поля, чтобы Заяц и Охотник нигде не ударились.

(Продолжение следует)



Игра как инструмент для работы и отдыха

Методическое пособие для специалистов.

Материалы разработаны в рамках программы «Будь здоров!»

(Продолжение)

Эта книга для специалистов, работающих со школьниками, с молодежью и семьями. В ней собраны игры, которые помогают организовать и сделать более интересным обучение, отдых или любой другой процесс.

Игры разделены на несколько категорий: знакомство, перемены и свободное время, командообразование, игры с большим числом участников. Указаны основные характеристики каждой игры, которые помогут вам быстро сориентироваться и организовать группу.

Игра «Белые медведи»

Количество участников – до 30 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Подготовки не требуется.

Игру начинает пара взявшихся за руки участников. Они стараются поймать кого-нибудь, окружив и заключив в кольцо рук. Пойманный присоединяется к паре, они берутся за руки и шеренгой отправляются ловить следующего участника. Пойманным считается тот, кого заключили в круг. Он также присоединяется к ловащим и т.д.

Категория «Командообразование»

Игры этой категории используются для сплочения группы.

После таких игр рекомендуется провести их обсуждение.

В результате появляется дополнительная информация о группе, ее участниках, выявляются скрытые возможности группы. Целью игры может быть как улучшение и развитие взаимоотношений, так и преодоление напряжения, имеющегося в коллективе.

Игра «Птицы-блехи-пауки»

Количество участников – до 50 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Подготовки не требуется.

Для игры необходимо просторное, безопасное помещение. В ходе игры перемешиваются группировки, ослабляется важность стереотипа «победа или поражение», поскольку командная принадлежность участников многократно меняется, а удовольствие в итоге получают все.

Группа делится на две команды. Каждая команда в тайне от другой решает, кем она будет – «птицами», «пауками» или «блохами». Две команды встают в линейки в центре зала лицом друг к другу. По команде показывают друг другу жест, обозначающий выбранное животное. Пауки убегают от птиц, блохи от пауков, птицы от блох. Тот, кто не успел добежать до противоположной стены, переходит в другую команду.

Альтернативные фигуры игры: девочка, самурай и дракон.

Играть можно на определенное количество очков или до тех пор, пока у одной команды не останется участников: все они перейдут в противоположную команду.

Игра «Путаница»

Количество участников – до 20 человек.

Время проведения – около 20-25 минут.

Подготовки не требуется.

Инструкция. Встаньте в тесный круг лицом друг к другу. Каждый участник берет своей правой рукой правую руку участника, стоящего напротив (на другой стороне круга), как в приветственном рукопожатии. Затем соединяет свою левую руку с левой рукой другого участника, также стоящего напротив. Таким образом, руки всех участников переплетены и образовали узел. Ваша задача – развязать узел из сплетенных рук таким образом, чтобы в результате все участники встали в один круг или в два сцепленных круга, держась за руки и стоя лицом друг к другу. При выполнении задания не делайте резких движений и не отпускайте руку своего партнера, пытаясь облегчить задачу.

Игра «Бревно»

Количество участников – до 15 человек.

Время проведения – около 25 минут.

Подготовка – веревка или бумажный скотч для очерчивания «бревна».

Упражнение помогает сплотить группу, помогает участникам разрешить себе телесный контакт друг с другом. Цель игры – выявление лидеров, поиск конструктивных способов решения проблем.

Инструкция. Участники встают в шеренгу на бревне, скамейке или обозначенной на полу полосе (шириной чуть больше длины ступни, длиной достаточной для того, чтобы все стояли вплотную друг к другу). Задача участников – поменяться местами так, чтобы встать в зеркально отображенном порядке. При заступе за черту или падении с бревна участники встают в исходную позицию и начинают сначала.

Примечание. В зависимости от имеющегося времени можно более или менее жестко фиксировать заступы. Можно засечь время и после завершения упражнения предложить сделать его за меньшее время и поставить собственный рекорд. Вредно делить одну группу на два бревна: возникающее соперничество уничтожает идею единства группы. Эмоциональный и смысловой акцент переносится на победу или поражение. Как только первая группа выполняет задачу, вторая сразу теряет интерес.

(Окончание следует)

Игра как инструмент для работы и отдыха



Методическое пособие для специалистов.

Материалы разработаны в рамках программы «Будь здоров!»

ОКОНЧАНИЕ

Эта книга для специалистов, работающих со школьниками, с молодежью и семьями. В ней собраны игры, которые помогают организовать и сделать более интересным обучающий процесс, отдых или любое другое времяпрепровождение.

Игры разделены на категории. Указаны основные характеристики каждой игры, которые помогут вам быстро организовать группу.

ИГРА «ПЕРЕМАНИВАНИЯ»

Количество участников – до 20 человек.

Время проведения – около 20 минут.

Подготовка: стулья, их количество должно быть в два раза меньше числа играющих.

Цели – разрядка, сплочение, установление личного контакта, расширение возможностей взаимодействия участников. Способствует включению в групповой процесс аутсайдеров.

Инструкция. Половина группы сидит на стульях лицом в круг, половина стоит за стульями сзади. На одном стуле никто не сидит, задача того, кто стоит за пустым стулом, незаметно переманить к себе кого-нибудь. Задача тех, на чьих стульях есть участники, внимательно следить за происходящим и не отпускать «своего» сидящего. Удерживать можно только за плечи, но если сидящий уже приподнялся со стула – его нужно отпустить.

ИГРА «ПЛОТ»

Количество участников – до 20 человек.

Время проведения – около 30 минут.

Подготовка – бумажный скотч, газета/ватман

Цели – групповое сплочение, взаимодействие участников, поиск конструктивных способов решения проблемы, телесный контакт.

Инструкция. После кораблекрушения команда корабля оказалась посреди океана на маленьком плоту. «Плот» – большой лист ватмана, на который все должны поместиться, чтобы выжить. На «плоту» надо продержаться 30 секунд, не заступая на пол. Затем к «плоту» подплывает «акула» и небольшой кусочек ватмана вырезается (приблизительно 1/8 куска). Задача повторяется. И так до тех пор, пока не останется 1/4 исходного листа.

КАТЕГОРИЯ «ИГРЫ С БОЛЬШИМ ЧИСЛОМ УЧАСТНИКОВ»

Игры данной категории можно использовать во время массовых мероприятий. В них могут принимать участие дети разных возрастов, а также их родители. При работе с большим числом участников не рекомендуется выстраивать «жесткую» линию проведения игры. Лучше создавать условия с разными видами деятельности, предлагать играющим самостоятельно планировать, чем и когда им заниматься. Такие игры можно поддерживать призами за участие, рейтингами и подведением итогов. При подготовке требуется более тщательный расчет перемещений участников и необходимых компонентов игры.

ИГРА «МОЛЕКУЛЫ»

Количество участников – до 100 человек.

Время проведения – около 20 минут.

Подготовки не требуется.

Участники двигаются по помещению в случайном порядке. Ведущий называет признак, по которому всем необходимо объединиться в группы. Количество групп, как и число участников в них может быть любым.

Возможные признаки:

- месяц рождения;
- размер ноги;
- количество букв в имени вашей мамы;
- зубная паста, которой вы пользуетесь;
- любимый цвет;
- количество братьев и сестер;
- этаж, на котором вы живете;
- а также все, что пришло ведущему в голову в данный момент.

Можно подбирать признаки по теме мероприятия или события.

ИГРА «ДОЖДИК»

Количество участников – до 100 человек.

Время проведения – около 15 минут.

Подготовки не требуется.

Игра дает участникам ощущение единст-

ва, близости, позитивные эмоции. Ее хорошо использовать в конце занятий.

Все участники встают в круг. Ведущий находится в центре круга и, поворачиваясь вокруг своей оси, делает определенные движения. Когда он смотрит в глаза участнику, тот должен начать повторять движение, и делать его до тех пор, пока ведущий снова не посмотрит на него. Ведущий обводит глазами всех участников по кругу. Во время первого кругового оборота он потирает ладони, во время второго – щелкает пальцами, третьего – хлопает в ладоши, четвертого – топает ногами, затем – в обратном порядке. Упражнение выполняется молча, все внимание участников сосредоточено на звуковом эффекте, который очень похож на звук дождя.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Фопель Клаус. «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Часть 1-4».
2. Кевин Вербах «Вовлекай и властвуй».
3. Ирина Авидон «100 разминок».

О КОМАНДЕ «ПОЕХАЛИ»

Мы – сплоченная профессиональная команда специалистов.

Все специалисты – профессиональные психологи, имеющие опыт создания и реализации различных моделей социально-психологической помощи, а также групповой и индивидуальной развивающей работы с подростками, родителями и семьями:

- тренинги, психотерапевтические группы;

- работа в подростковом клубе, родительском клубе;

- психологическое консультирование: индивидуальное и семейное;

- ролевые и деловые игры.

Наши контакты:

<http://parentprograms.ru/> email: mail@komandapoezhal.ru