

ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ

Игры на внимание в максимальной степени способствуют достижению развивающей цели воспитания. Не прибегая к открытой назидательности, вожатый с их помощью может одновременно развивать внимание, память, речь, мышление детей. Важным в этом отношении является то, что развитие столь необходимых для человека психических процессов осуществляется посредством игры.

АЗБУКА

Каждый участник игры получает карточку с буквой алфавита, соответствующей начальной букве имени или фамилии участника. Ведущий рассказывает детям что-нибудь, например: сказку, интересную историю, и вдруг хлопает в ладоши, произнося любое слово (напр., «малина»). Игроки должны быстро встать таким образом, чтобы из карточек с буквой алфавита сложилось названное слово.

БАНЯ, ВЖИК

Командор говорит о том, что задача участников повторить за ним все действия. На каждый палец говорит баня, а между большим и указательным пальцем вжик. А в конце игры скрепляет руки в замок, что обычно дети не делают.

БОМБА

У каждого из играющих есть одна возможность в течении дня запустить БОМБУ! При этом все, находящиеся рядом играющие, должны присесть (руки за голову) и так до команды "отбой".

БРИТО-СТРИЖЕНО

Ведущий напоминает детям о сказке, в которой жена назло мужу всё делала наоборот, и говорит, что игра будет в чём-то такой же: все движения ведущего игрокам нужно будет выполнять наоборот, например, если ведущий поднимает руку вверх, дети опускают свою вниз. Другой вариант: ведущий разводит руки – игроки соединяют их вместе; ведущий быстро взмахивает рукой справа налево – участники медленно ведут рукой слева направо. Игрок, который ошибся, становится ведущим.

В МАГАЗИНЕ ЗА УГЛОМ

Игроки сидят в кругу, лидер начинает игру, называя 2 вещи (одну носят выше талии, другую ниже талии), которые он хочет купить в магазине за углом, Игроки по очереди говорят, что они хотят купить. Их выбор будет правильным, если эти вещи надеты на их соседях - то, что носится выше талии - на соседе справа, то что носится ниже талии - на соседе слева. Сколько времени пройдет, пока игроки научатся делать правильный выбор?

ВОПРОС СОСЕДУ

Все садятся в круг, ведущий в центре. Он подходит к любому игроку и задает вопрос, например: "Как тебя зовут?", "Где ты живешь?" и т.д. Но отвечать должен не тот, кого спрашивают, а его сосед слева. Если ответит тот, кого ведущий спрашивал, он должен отдать фант. После игры фанты разыгрывают.

ВСПОМНИ, НЕ ГЛЯДЯ (ЗРИТЕЛЬНАЯ ПАМЯТЬ)

Каждый ли из нас хорошо представляет то, что у него почти всегда перед глазами в комнате, где он живет, в классе, где учится?

Внезапно, никого не предупредив, проведите соревнование, кто точнее скажет, сколько картин на стене, какие занавески на окне, какой рисунок на обоях, кто выше - Коля или Витя и т.п.

ВЫПОЛНИ В ТЕМНОТЕ

Ведущий предлагает играющим в течение 1-3 минут осмотреться и запомнить все, что находится в данном помещении. Затем кому-нибудь завязывают глаза и дают задание, например, подойти к столу, взять какой-либо журнал (их несколько), открыть его на двадцатой странице, вручить его одному из участников игры и вернуться на место.

ГАЗЕТА

Для проведения игры необходимо два-три экземпляра одного номера какой-либо газеты (желательно довольно объемный). Газета раздается двум или трем командам в зависимости от количества играющих.

1. Кто быстрее скомкает шар из этого номера газеты.
2. Кто дальше бросит этот шар.
3. Кто быстрее развернет газету и прочитает ее название.
4. Кто быстрее расскажет о кратком содержании газеты.
5. Ведущий, прекрасно знающий содержание номера, задает вопросы, ответы на которые ребята должны отыскать на газетных полосах.

Например:

В каких статьях поднимаются проблемы войны?

В каких газетных материалах говорится об искусстве?

В каких заметках слово "хлеб" упоминается не менее двух раз? И т.д. Время на поиск ответа не должно превышать 15 секунд. Желательно задавать несколько вопросов на одну газетную страницу.

Команда, быстрее других определившая материал, по которому задан вопрос, получает очко. Выигрывает, естественно, та, которая наберет больше очков. Можно усложнить игру, составляя вопросы по содержанию той или иной статьи, или, например, попросить отыскать слово, неоднократно встречающееся в заголовках корреспонденций.

ГЛАВНЫЙ БУХГАЛТЕР

На большом листе ватмана вразброс изображены различные денежные знаки. Их необходимо быстро сосчитать, причем вести счет нужно так: один доллар, один рубль, одна марка, две марки, два рубля, три марки, два доллара и т.д. Кто сосчитает верно, не сбившись, дойдя до дальней купюры - тот и победитель.

“ДА” И “НЕТ” - ГОВОРИТЕ!

Тот, кто будет отгадывать, выходит из комнаты, остальные загадывают или название какого-нибудь всем известного предмета, или фамилию знаменитого человека. Возвратившись, отгадчик предлагает вопросы, на которые ответ будет только да или нет.

Так, положим, загадан Пушкин. Чтобы скорее отгадать задуманное, важно ставить вопросы умело.

- Название места? Нет
- Человека? да
- Он еще жив? Нет
- Живописец? Нет

И так далее.

- Пушкин? Да.

Затем идет отгадывать тот, кому был задан последний вопрос. Если же кто-нибудь сбился и вместо да ответил нет, то он сейчас же сменяет отгадчика. Можно играть команда на команду, со штрафными очками. Отгадывающий может задать не более 20

вопросов. Если он уложится в меньшее число вопросов, то тому, кто загадывал, начисляют штрафные очки. Если загадавший не может ответить да или нет, а говорит не знаю, он также получает штрафное очко. Неверная информация карается штрафом в 10 очков.

1. предмет живой? Нет
2. он был живой? Нет
3. он сделан людьми? Да
4. он из разных материалов? Нет
5. из металла? Нет
6. из дерева? Нет
7. из пластмассы? Нет
8. из ткани? Нет
9. из бумаги? Нет
10. из стекла? Да
11. это посуда? Нет
12. листовое стекло? Нет
13. это часть какого-то предмета? Да
14. это абажур? Нет
15. это стекло от очков? Нет
16. стекло для часов? Да

Загадавший участник получает 4 штрафных очка (соперник уложился в 16 вопросов, а мог задать 20)

1. предмет живой? Да
2. это животное? Нет
3. это растение? Нет
4. это микробы? Нет
5. может быть человек? Да
6. он мужчина? Нет
7. живет в нашем городе? Да
8. живет вместе с тобой? Да
9. это твоя сестра? Нет
10. мама? Нет
11. бабушка? Да

Участник зарабатывает 9 штрафных очков, его быстро разгадали.

1. предмет живой? Нет
2. он был живой? Да
3. он был животным? Нет
4. растением? Да
5. это растение дикое? Нет
6. его едят? Да
7. это фрукт? Нет
8. овощ? Нет
9. злак? Да
10. из него пекут хлеб? Нет
11. из него варят суп? Да
12. это пшено? Нет
13. гречка? Нет
14. овсе? Нет
15. рис? Да
16. ты загадала рисовый суп? Нет
17. пудинг? Нет
18. рисовая каша? Да

Всего 2 очка.

"ДА" И "НЕТ" ПО-БОЛГАРСКИ

Эту игру можно проводить за столом. Ведущий: "Вы знаете, что многие жесты имеют интернациональное значение, например, большинство жестов угрозы. Но имеются и существенные различия в смысловом наполнении одних и тех же жестов в разных странах. Так, например, если русский в знак отрицания качает головой, то для болгарина этот жест имеет противоположное значение - он выражает согласие. И наоборот, болгарин в знак отрицания наклоняет голову вниз. А теперь я буду Вам задавать вопросы по-русски, а Вы отвечайте по-болгарски, показывая жест головой, а вслух говорите по-русски".

ДЕТЕКТИВЫ

Много общего с МПС. Один или двое игроков выходят. После им объявляют, что они должны выяснить нечто ("раскрыть преступление"), задавая вопросы, подразумевающие ответы "да", "нет", "может быть". Отвечают играющие "да" - если последнее слово вопроса оканчивается на гласную, "нет" - на согласную, "может быть" - на "ь". Детективы достигнут цели, если разберутся, каким именно образом их дурачат.

ДЫХАНИЕ

Удобно устроиться в креслах или на стульях, расставленных по окружности. Расслабиться и закрыть глаза. По команде "Начали!" мягко следить за дыханием. Не управлять дыханием и не нарушать его естественный рисунок. Через 5-15 минут по команде "Стоп!" прекратить упражнение. Перейти к обсуждению.

ЗАБЛУДИВШИЙСЯ РАССКАЗЧИК

Участники рассаживаются в круг. Ведущий назначает тему разговора. Один из участников начинает развивать ее, а затем, следуя за случайными ассоциациями, уводит разговор в сторону. Он перескакивает с одной темы на другую, затем на третью, стремится как можно лучше "запутать" свое повествование. Затем говорящий жестом передает слово другому участнику. Слово может быть передано любому, поэтому за ходом игры следят все. Тот, на кого упал выбор, должен "распутать" разговор, то есть кратко пройтись по всем ассоциативным переключениям своего предшественника в обратном порядке - от конца к началу. Он возвращается к исходной, предложенной ведущим, теме. Затем сам "запутывает" разговор, передает слово кому-то другому, и так далее.

Анализ: Обычно после непродолжительного пробуксовывания игра набирает темп и проходит оживленно, весело. После того как будут усвоены все тонкости игры и налажены все необходимые взаимодействия между участниками, длину ассоциативных рядов при "запутывании" следует постоянно наращивать. Чем длиннее ряд, тем более напряженной работы памяти и внимания требует он от следящих за рассказом. Игра является одним из способов выработки внутреннего контроля, так как в ходе нее участник привыкает отслеживать ассоциативные цепочки, удерживать в уме нить разговора, последовательность событий или ход собственных размышлений.

Игра "Заблудившийся рассказчик" затрагивает не только внимание, но и межличностные отношения членов группы. Мысль участника свободно перемещается во всех направлениях и часто выносит образы из самых глубин его внутреннего мира, поскольку темп игры не позволяет обдумывать и отбирать приходящие в голову ассоциации. Редкий участник позволит своим мыслям "звучать" до тех пор, пока не почувствует себя в доверительной атмосфере психологического комфорта и безопасности, поэтому это упражнение можно использовать как своеобразное психодиагностическое средство.

ЗАГАДОЧНЫЕ ЧИСЛА

Требуется несколько небольших палочек. Лидер выстраивает из палочек загадочную и непонятную фигуру и говорит, что какое-то древнее племя так писало цифру 4. Потом он строит другую фигуру - это цифра 5 или какая-то другая. Игрокам предлагают “написать” цифры от 1 до 10, а лидер говорит, правильно или нет они это делают. Секрет не в том, как уложены палочки, а в том, сколькими пальцами игрок касается земли, когда называет число. Как быстро игроки разгадают секрет?

ЗАПОМНИ ВСЕ!

Участвуют две команды. Командам выдают лист бумаги и карандаш. Ведущий показывает предметы, приготовленные заранее, и просит команды запомнить все, что лежит на столе. (К примеру, поднимает газету со стола, а под ней находятся: будильник, зубная щетка, пуговица, теннисный шарик, ручка, пакет с соком, лист бумаги, три кнопки, вага и т.д., всего 15–20 предметов). На запоминание отводится 30-40 секунд. Затем ведущий закрывает предметы и просит команды написать то, что они увидели.

Для воспроизведения дается 1,5 минут. По сигналу листы собирают и сверяют с листом, который есть у воспитателя или же при вторичном осмотре предметов. Выигрывают те, кто сумел вспомнить большее количество увиденных предметов.

ЗАПОМНИ ДВИЖЕНИЕ

Дети повторяют движения рук и ног за ведущим. Когда они запоминают очередность движений, то повторяют их в обратном порядке.

ЗАПОМНИТЬ КАРТИНУ

Каждой команде дается одна репродукция, которую она рассматривает в течение 5 минут. После этого репродукция становится видимой лишь для участников других команд, которые задают первой команде каверзные вопросы о содержании картины. За каждый правильный ответ команде начисляется очко. Команда играет до первого промаха. После этого играет следующая команда и т.д. Выигрывает та команда, которая наберет большее количество очков.

ЗАПРЕЩЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ

За ведущим выполняются все движения, кроме заранее запрещенного. Ошибившийся выходит из игры.

ЗАШИФРОВАННОЕ ДОНЕСЕНИЕ

Прежде чем приступить к этой игре, ради экономии времени можно дать кому-либо из учащихся задание написать на половине доски следующие цифры:

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | | | | | | | |

Между строчками оставить место, чтобы потом под каждым числом написать букву.

Ведущий быстро расставляет буквы под каждым числом в произвольном порядке. Вот один из вариантов шифра:

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| к | у | д | й | а | м | е | и | н | з |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| л | ш | р | ч | п | б | э | о | с | в |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|
| х | г | н | ц | ё | т | щ | ь | ж | я |
| 31 | 32 | 33 | | | | | | | |
| ф | ь | ю | | | | | | | |

Сначала ведущий объясняет, как, например, в слове «пароход» заменить буквы цифрами. Ребята выполняют это на своих листах:

| | | | | | | |
|----|---|----|----|----|----|---|
| п | а | р | о | х | о | д |
| 15 | 5 | 13 | 18 | 21 | 18 | 3 |

Лучший шифровальщик первым выходит к доске и пишет цифрами названное слово. Все остальные проверяют его.

Затем по сигналу водящего все составляют единое секретное донесение. Теперь три лучших шифровальщика из каждой команды оцениваются очками за правильность и скорость шифровки.

В заключение ведущий предлагает сидящим за одной партой составить друг другу короткие зашифрованные письма и обменяться ими.

ЗООПАРК

Все садятся в круг так, чтобы один стул был свободным. В центре круга стоит водящий. Каждый участник, сидящий в кругу, называет себя каким-нибудь животным. Участник, сидящий слева от свободного стула, хлопает правой рукой по нему и называет какое-нибудь животное. Тот, кто услышал название животного, выбранного им, должен занять свободный стул. Участник, справа от которого освободился стул, должен хлопнуть по нему и назвать другое животное. Задача водящего – успеть занять стул до хлопка. Тот, кто не успел хлопнуть, становится водящим.

ЗРИТЕЛЬНАЯ ПАМЯТЬ

Играют 8 человек. Выбирается водящий, в течение 30 секунд он внимательно осматривает остальных игроков, затем поворачивается к ним спиной, игроки меняются местами и предметами одежды. Водящий оборачивается и рассказывает о том, что изменилось. Он считается победителем, если не допустил ни одной ошибки.

ЗЫБУЧИЕ ПЕСКИ

Аналогичная игра с «Бомбой» с тем различием, что при команде "зыбучие пески" все играющие должны на что-либо залезть, главное не касаться пола (земли).

ИГРА НА ЧЕСТНОСТЬ

Все стоят в кругу. Ведущий в центре производит различные движения и жесты, остальные должны их быстро повторить. Тот, кто ошибся - переходит на другую сторону круга. Специально это не отслеживается. Ведущий пытается специально запутать игроков. Потом правила могут поменяться - надо изобразить зеркальное отражение движения водящего. После игры проводится разговор о честности: что игра была для того, чтобы человек осознал для себя, честен ли он. Не надо скрываться, надо быть таким, какой ты есть.

ИГРА "РЫБКА"

Хлопки. Увидели рыбку-хлопок. Постоянно убастря ход.

ИНФРАКРАСНЫЕ ЛУЧИ

В достаточно тихом помещении, подогрев предварительно утюг (или любой другой предмет - камень, плитку и т.д.), ведущий говорит: "Ваши руки способны ощущать тепловое инфракрасное излучение. Попробуйте ощутить тепло этого утюга на расстоянии. (Проносит утюг перед участниками, давая каждому убедиться, что это возможно). У всех получилось? А теперь попытайтесь почувствовать тепло собственных рук. (Показывает,

что кисти рук нужно расположить вертикально, ладонями друг к другу и параллельно, на минимальном расстоянии).

Выходит? Теперь ваша задача - найти самое большое расстояние, на котором вы будете ощущать тепло. (Показывает, как сближаются и расходятся ладони). Ясно? Работайте самостоятельно. (Проходят 2-3 минуты). Есть вопросы? Теперь попробуйте проделать это в парах (5-6 минут, во время которых позволено обмениваться впечатлениями). Теперь расскажем, что получилось".

Анализ: Известно, что при расслаблении и успокоении слабые сигналы с большей легкостью достигают сознания: неслышимый днем будильник, ночью гремит громче трактора. Поэтому на обострение чувствительности подталкивает обычно мягкий стиль концентрации.

КАМЕНЬ, КОЛОДЕЦ, ПОЛОТНО, НОЖНИЦЫ

Играющие делятся по парам и вместе вслух считают: «Один, два, три!». На счёт «три» каждый из них изображает пальцами руки какую-либо фигуру. Камень – сжатый кулак; полотно – открытая ладонь; ножницы – два разведённых пальца; колодец – два пальца, образующие букву «о».

Как определить победителя в паре? Ножницы режут полотно, но тонут в колодце и тупятся об камень. Полотно накрывает колодец и камень. Камень и ножницы тонут в колодце. В каждой паре определяется победитель. Эти игроки образуют новые пары. Игра продолжается, пока не останется один победитель.

КАПУСТКА-РЕДИСКА

Один водящий. Руки складываются в форме тюльпана. На слово редиска руки пальцами вниз, на капустка руки вверх. Водящий говорит: "капустка" - все опустили руки, "редиска" - все подняли руки. Сам водящий показывает вразнобой, чтобы спутать. Ошибившийся выбывает. Побеждает последний игрок.

КАПУСТА-МОРКОВКА

Ведущий:

— Давайте вспомним, как растут морковка и капуста. Морковка вниз, капуста вверх.

Показывает: руки вытянуты вперед. Когда говорится "морковка", кисти рук опускаются вниз, когда говорится "капуста", поднимаются вверх.

— Итак, вытягиваем руки, как я. Когда я говорю "морковка", руки вниз, а когда "капуста", руки вверх. Внимательно слушайте меня, потому что мои руки будут показывать, когда правильно, когда неправильно. Главное не поддаваться на "провокации" ведущего и правильно показывать "капусту" и "морковку". Начинаем!

Ведущий в быстром темпе говорит то "морковка", то "капуста".

(Во время игры ведущий старательно сбивает играющих, показывая руками не то, что надо. Игра идет 3–5 минут).

КАРТОШКА, КАПУСТА, ОГУРЕЦ

Ведущий занимает положение перед игроками и объявляет задание: «Я буду произносить слова, сопровождая их движениями рук. Когда я скажу слово «капуста», нужно поднять руки ладошками вверх, при слове «картошка» - опустить руки вниз ладошками, при слове «огурец» - руки раздвинуть в стороны по диагонали». Затем ведущий начинает произносить слова, при этом показывая и другие движения. Участникам важно не сбиться. Основное условие – участники игры должны смотреть на руки ведущего! Кто собьётся, выбывает из игры.

КАРУСЕЛЬ

Группа разбивается на две равные части. "Концентрирующиеся" рассаживаются в круг и готовятся к полной концентрации на задании. Задание может заключаться в мысленном решении задач, заучивании стихотворения, концентрации на мысленном образе, на одной из частей тела и т.д. "Мешающие" становятся лицом к "концентрирующимся" - каждый напротив своей "жертвы". По команде "Начали!" "концентрирующиеся" приступают к заданию, а "мешающие" начинают мешать им (в пределах, оговоренных ведущим). По хлопку ведущего "мешающие" сдвигаются на одного человека вправо так, чтобы каждый из них сменил свою "жертву", и игра продолжается дальше. После нескольких "поворотов" ведущий останавливает "карусель". Все переходят к обсуждению.

Анализ: Ведущий имеет возможность наблюдать столкновения стремлений "концентрирующихся" и "мешающих", и силы их на первых порах не будут равными, ведь "мешающие" имеют в своем арсенале богатейший набор средств.

Особенность этого упражнения - персонифицированность источника помех. Причиной отвлечения является конкретный живой человек: может случиться так, что для Егорова единственным эффективным мешающим окажется Сидоров и т.п. Другим важным моментом этого упражнения является овладение умением внушать и противодействовать чужому внушению.

КОЛДУНЫ

Участники становятся в круг и закрывают глаза. Ведущий обходит круг и лёгким прикосновением к плечу «назначает» колдунов. Затем все открывают глаза и начинают за руку здороваться друг с другом. Колдуны, здороваясь с кем-либо, должны незаметно почесать или слегка сдавить ладошку, т.е. «заколдовать». Тот, кого заколдовали, должен ещё два раза с кем-нибудь поздороваться, а затем уйти к колдуну «в плен». Важно, чтобы те, кого «заколдовали», не показали своим видом на того, кто колдун!!! Итак, задача колдунов – «заколдовать» всех игроков, задача игроков – внимательно, приглядываясь друг к другу, вычислить колдунов.

КОЛЕНОЧКИ

Ход игры: Играющие садятся в круг. Руки кладут на колени своих соседей (справа и слева). Нужно хлопками последовательно «обойти» круг. Кто ошибется - выходит из круга. Побеждает более ловкий.

КОЛПАК

Говорить слова и показывать движения руками.
Колпак мой треугольный,
Треугольный мой колпак,
А если он не треугольный,
То это не мой колпак.

Во время игры нужно убирать слова и заменять их движениями рук.

КОНКУРС ЛОВУШКА

Конкурс проводится без объявления сразу после выхода команд. Перед командами проходит девочка и как бы случайно роняет платок (примерно посередине между командами). Выигрывает та команда, которая догадается поднять платок и вежливо вернуть девочке. После этого объявляется, что это и был первый конкурс.

КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ

/2 команды/

На 1,2,3...

Красавица - ля-ля-ля.

Самурай - ХЕЙ
Чудовище - /дел. зомби/
Яйцо - тыр-тыр-тыр
Крокодил - клац-клац-клац
Дракон – 1 в центре, 2 по бокам
Супермэн – поднимает руки с мышцами

КТО НАБЛЮДАТЕЛЬНЕЕ

Играющие делятся на 2 команды. У каждого должен быть листок бумаги, карандаш. Игра может происходить в помещении или в лесу, или в городе. В течение 10-15 минут ребята записывают возможно большее количество предметов, которые видят перед собой, группируя их по какому-либо признаку, например: по цвету, по составу, по первой букве наименования, по форме и т.п. По сигналу все убирают карандаши, и тот, у кого больше всего предметов в списке, - выигрывает.

ЛЕНТЯЙ И ТРУЖЕНИК

Участникам удобно расположиться в креслах. Расслабить мышцы лба, брови, губы, слегка приоткрыть рот. Достичь расслабления мышц лица, придав ему сонное (пьяное) выражение. По команде "Начали!" участники приступают к выполнению одного из упражнений на внимание (больше всего подходят упражнения "Пальцы", "Фокусировка"), сохраняя при этом расслабленность мышц лица. Работа продолжается до тех пор, пока не последует команда "Стоп!". После этого упражнение повторить, предварительно нахмутив брови, крепко сжав губы, стиснув челюсти. Сохранять напряжение лица в течение всего времени работы.

Анализ: Во время обсуждения предложить сравнить два варианта сосредоточения - расслабленный и напряженный. Пусть участники сами сделают вывод о лучшем способе сосредоточения.

ЛЕТЕЛ ЛЕБЕДЬ

Приведем разные варианты считалочек:

- Летел лебедь по синему небу, читал газету под номером ...
- Летела корова промолвила слово, какое слово сказала корова?
- Летели дракончики, лопали пончики, сколько пончиков съели дракончики?

ЛЕТИТ, ЛЕТИТ ПО НЕБУ ШАР

Слова этой игры заранее разучиваются с детьми. Мелодия песни «В лесу родилась елочка». Во время проведения игры слова одно за другим заменяются на движения, о которых ведущий заранее договаривается с детьми.

Летит, летит по небу шар
По небу шар летит,
Но знаем мы, что этот шар,
На землю прилетит.

Летит – показываются взмахи руками, изображается полет;
По небу – указательный палец правой руки поднимают вверх;
Шар – руками обводится круг перед собой;
Но знаем – руки прислоняются к груди;
Мы – руки разводятся перед собой;
Никак не – руки перекрещиваются;

МАЛЕНЬКИЕ ЗЕЛЕНЕНЬКИЕ ЧЕЛОВЕЧКИ

Инструкция: Представьте себе, что вы выехали отдохнуть своей группой на природу. Вы находитесь на лугу. Вокруг полно зелененькой травки, цветочков. Бабочки летают. Чуть подалее прозрачное чистое озерцо, в котором так и хочется искупаться. Приятно прогревает солнышко. И самое классное, что здесь вся группа! Представили? По моей команде вы пойдете гулять по этому лужку: нюхать цветочки, гоняться за бабочками, греться на солнышке. А когда я закричу. "Внимание! На вас напали маленькие зелененькие человечки!", ваша задача сбиться в кучку, спрятав в середину самых слабых, а затем хором прокричать: "Дадим отпор маленьким зелененьким человечкам!"

МАМОНТ

Ход игры: играющие садятся в круг. Один стул пустой. В центре круга - водящий - «мамонт». Сидящий справа от пустого стула хлопает по нему рукой, называя имя присутствующего. Тот должен пересесть на пустое место и т.д. «Мамонт» пытается сесть на пустой стул до того, как будет произнесено имя. Если это ему удастся, то зазевавшийся (сосед справа) становится «мамонтом».

МАТЕМАТИКА

Дети сидят в кругу. Вожатый даёт задание: «Начнём считать по кругу. Тот, на кого приходится число, кратное трём, произносит вместо цифры своё имя».

Эту игру можно использовать для развития памяти и внимания. Поиграйте, и вы убедитесь, что это действительно так.

МИГАЛКИ

Играющие садятся в круг, один стул пустой. За спинкой каждого стула стоит по человеку. Ведущий (у него стул пустой) незаметно для стоящих мигает сидящим. Тот, кому он мигнул, должен перебежать на пустой стул, стоящие же за стульями стараются не допустить этого. Сидящие и стоящие могут поменяться местами.

МИСТЕР ИКС

Игроки садятся в круг, а один выходит из комнаты. Оставшиеся игроки договариваются, что Мистер Икс - это тот человек, который сидит слева от каждого. Возвращается первый игрок и пытается узнать, кто же этот Мистер Икс. Он-то думает, что это какой-то один человек. Чтобы найти Мистера Икса, первый игрок задает вопросы, остальные отвечают "да" или "нет". Эта игра очень веселая, но одноразовая.

МОРГАЛКИ

Для игры в круг ставятся стулья. Участники по двое занимают свои места: один садится на стул, другой встает сзади стула. Один стул остается пустым, за ним стоит ведущий. Договоримся, что те, кто сидит – первые номера, а те, кто стоит – вторые. Вторые сторожат первых.

Когда все готовы, ведущий начинает внимательно рассматривать сидящих на стульях и подмигивает кому-нибудь из первых игроков. Тот, кому ведущий дал такой сигнал, должен быстро пересесть со своего места на пустой стул ведущего. А второму, в свою очередь, надо заметить знак ведущего и удержать первого на своем месте. Удерживают так: кладут руки сверху на плечи и прижимают к спинке стула. Держать руки над плечами нельзя.

Если первого удалось удержать, то пара меняется местами: теперь второй сидит, а первый стоит за стулом. Когда не удалось увести у сторожа одного, то ведущий очень быстро выбирает из круга другого и посылает ему знак. Ну а если первый все – таки пересел от сторожа на пустой стул, то второй становится ведущим и теперь его очередь подмигивать.

МЫ ЕДЕМ-ЕДЕМ-ЕДЕМ В ДАЛЕКИЕ КРАЯ

Много разных вещей нужно захватить с собой в веселое путешествие. Первый игрок начинает "сборы" и говорит: "Я еду-еду-еду в далекие края и беру с собой полотенце".

Второму игроку, прежде чем назвать то, что он хочет взять с собой в путешествие, надо сказать, что лежит в чемодане. Поэтому его фраза будет звучать так: "Я еде-еде-еду в далекие края и беру с собой полотенце и мыло". Кто первый собьется, тот и выбывает из игры.

МЫ ИДЁМ В ПОХОД

Участники встают в круг. Начинает игру первый участник, называя своё имя и предмет, который он берёт с собой в поход. Ведущий начинает: " Меня зовут Катя, я беру с собой калачи". Всем участникам необходимо догадаться о том, что предмет должен начинаться с той же буквы, с какой и имя. Кто догадался, того ведущий берёт в поход. И так до тех пор, пока все не скажут правильно.

МЫ ПОЕХАЛИ В ПОХОД

Нужно перечислить вещи, которые необходимы в походе. Выигрывает тот, кто называет больше.

МЯЧ, МЯЧ, МЯЧИК

Это игра на внимание. Задача ребят: как только они услышат слово "мяч", то надо хлопнуть в ладоши.

Увлечен игрой такой,

Прыгает и скачет

Разноцветный и тугой

Мяч, мяч, мячик.

Слово **мяч** услышим,

Словно **мяч** подпрыгнем выше.

Прыгает и скачет **мяч, мяч ...**медуза.

А на крыше серый кот,

Серой лапкой моет рот

Мяч на крышу залетел,

Мяч кота за хвост задел.

И хоть кот не при чем –

Покатился кувырком.

Прыгает и скачет **мяч, мяч ...** мясо.

Спал под деревом Барбос, **мяч** его ударил в нос

И обиженный до слез в зубы **мяч** схватил Барбос.

Весь двор плачет: "Отдай **мячик!**"

И вожатая стыдит, утешая говорит:

"Ваня, глаз не три рукой, Танечка, не плачь,

Ждет вас новый и большой разноцветный ... **арбуз.**

НАЙДИ МЕСТО

В ряд ставят стулья, сиденьями поочередно в разные стороны. Водящий берет длинную палку и начинает обходить сидящих на стульях. Если около кого-то он стукнет палкой об пол, этот играющий должен встать со стула и пойти следом за водящим. Так водящий ходит вокруг стульев, стучит то тут, то там, и вот за ним следует целая свита. Водящий начинает удаляться от стульев, ходит кругами, змейкой; остальные повторяют все за ним. Вдруг, в неожиданный для всех момент, водящий дважды стучит по полу. Это

сигнал к тому, чтобы все немедленно заняли свои места. А это теперь не так-то просто, поскольку стулья смотрят в разные стороны. Сам водящий старается занять место одним из первых. Теперь водит тот, кому не досталось места.

НАЙДИ СМЫСЛ

Ведущий и два его помощника вслух читают написанные три четверостишия. Сначала они друг за другом читают только первую строчку стихотворений, затем только вторую, третью и, наконец, четвертую. Играющие должны повторить услышанные стихотворения.

НЕ ХЛОПАЙ НА ЧЕТВЕРГ

Гости сидят за столом, один ведущий. Ведущий начинает перечислять дни недели в разнобой и хлопать на каждое название в ладоши, играющие повторяют за ним хлопки. Хлопать на каждый день недели, кроме четверга. Кто хлопнул на слово "четверг", выбывает из игры. Побеждает тот, кто не хлопнул.

НОС, НОС, НОС, РОТ

Игроки сидят кружком, посередине – ведущий. Он говорит: нос, нос, нос, рот. Произнося первые три слова, он берет за нос, а при четвертом вместо рта дотрагивается до другой части головы. Сидящие кружком должны делать все, как говорит, а не делает ведущий, и не дать себя сбить. Кто ошибается, тот выбывает из игры. Выигрывает самый внимательный.

НЬЮ-ЙОРК

Ведущий просит участников повторить громко 10-15 раз «Нью-Йорк», затем неожиданно спрашивает: «Столица США?». Дети должны не сбиться и дать правильный ответ – «Вашингтон». Кто сбился, выбывает из игры. Игра продолжается: теперь ведущий просит повторить 10 – 15 раз слово «красный», затем спрашивает: «На какой цвет переходят улицу?». Затем ведущий просит повторить слово «молоко» и спрашивает: «Что пьёт корова?» и т.д.

ОПОЧКИ

Поём песню, ту которую знают все. Задача ребят - петь вслух. Если ведущий говорит: «Опочки!» - перестают петь, как только ведущий снова сказал: «Опочки!» - все должны вступить и петь вместе песню.

ОГУРЕЦ

Выбирается один ведущий, а все остальные становятся в очень тесный круг (плечом к плечу). Причем, руки игроков должны находится сзади. Суть игры: нужно не заметно от ведущего передавать за спинами огурец и при каждом удобном случае откусывать от него по кусочку. А задача ведущего: отгадать, в чьих руках находится огурец. Если ведущий отгадал, то пойманный им игрок становится на его место. Игра продолжается до тех пор, пока не съеден огурец. Это очень весело!!!

ОХОТНИКИ

Участники образуют круг. Один из игроков в роли охотника должен сложить руки пистолетом и, направляя этот жест на кого-либо одного, должен имитировать выстрел, при этом необходимо сопровождать выстрел звуком "У". "Жертва" мгновенно реагирует на этот выстрел, отклоняется назад, поднимает руки вверх и произносит звук "У". Одновременно с ним, те участники, которые стоят слева и справа от "потерпевшего", наклоняются в его сторону, присоединяют ладонь к ладони и произносят тот же звук.

Далее "жертва" становится охотником. Все это должно происходить очень быстро. Кто не успевает - покидает игру.

ПАЛАЧ

Группа разбивается на пары. Первый в паре - "внимательный" - сосредоточивается на каком-либо объекте и в случае отвлечения своего внимания сигнализирует об этом поднятием руки. Второй в паре - "палач" - сидит сзади "внимательного" и по сигналу об отвлечении наказывает его ударом ладони по плечу или бедру. До начала упражнения необходимо подобрать силу "наказания". Для этого "палач" наносит удары разной силы, а "внимательный" выбирает наиболее подходящий. Сила удара подбирается так, чтобы быть достаточной для стимуляции сосредоточения, но не слишком большой, чтобы не нарушить внутреннюю работу. После того как каждая пара убедится в безотказной работе системы "отвлечение - наказание", группа приступает к тренировкам. Инструктор называет объект сосредоточения, дает сигнал "Начали!" и через некоторое время (1-10 минут) - "Стоп!".

Анализ: Основная психотехническая цель упражнения "Палач" та же, что и у игры "Заблудившийся рассказчик". Разница состоит в том, что в "Палаче" заложена иная тактика выработки самоконтроля: ученик не выслеживает отвлечения, не крадется за ними по пятам, а сразу отмечает их.

ПАЛЬЦЫ

Участникам группы удобно расположиться в креслах или на стульях, образуя круг. Переплести пальцы положенных на колени рук, оставив большие пальцы свободными. По команде "Начали!" медленно вращать большие пальцы один вокруг другого с постоянной скоростью и в одном направлении, следя за тем, чтобы они не касались друг друга. Сосредоточить внимание на этом движении. По команде "Стоп!" прекратить упражнение. Длительность - 5-15 минут.

Анализ: Упражнение позволяет проследить работу внимания "в чистом виде" благодаря бессмысленности верчения пальцев. Для многих задание оказывается трудным из-за того, что объект сосредоточения слишком необычен. При выполнении упражнения требуется одно, а происходит обычно другое. Нужно сосредоточиться на выполняемом движении, но в какой-то момент участник вдруг застаёт себя за посторонними мыслями. Или обнаруживает, что забыл об инструкции, перестал следить за пальцами.

ПАРНЫЕ КАРТИНКИ

На столе разложены 20 пар фрагментов топографических карт (3x3 см). Задача играющих найти как можно большее количество пар.

ПЕРЕВЕРТЫШ

Ведущий предлагает игру на внимание. На любые его фразы играющие должны отвечать наоборот. Например, ведущий говорит «добрые», игроки - «злые». Вот возможный текст игры. Ведущий: «Здравствуйте, ребята». Играющие: «До свидания». Ведущий: «Да, здравствуйте». Играющие: «Нет, до свидания». Ведущий: «Ну хорошо, до свидания». Играющие: «Здравствуйте». Ведущий: «Ой, ребята, какие вы хорошие». Играющие: «Плохие». Ведущий: «Ну плохие». Играющие: «Хорошие». Ведущий: «Вы же только что были плохими». Играющие: «Хорошими» Ведущий: «Ну ладно, ладно, хорошими» Играющие: «Плохими», и т. д.

ПИП-ПОП

Лидер поворачивается к игроку и говорит: "Пип". Игрок должен ответить: "Поп". Если лидер говорит: "Поп", игрок отвечает: "Пип". Постепенно реплики и ответы

становятся все труднее, например: “Пип-пип-пип, поп-пип-поп”, на что надо ответить: “Поп-поп- поп, пип-поп-пип”. Легче отвечать, если лидер говорит слова в каком-то ритме.

ПО МЕСТАМ!

Играющие встают в круг и рассчитываются по порядку, начиная с любого игрока. Затем ведущий называет номера и просит их поменяться местами: «Номер 1 и 17 – поменяйтесь, пожалуйста, местами! Номер 5 встань рядом с номером 40» и т.д.

(Это делается для того, чтобы дети перемешались, т.к. в первый день они будут стараться встать рядом со своими знакомыми.)

Поменяв часть ребят местами, круг вновь рассчитывается по порядку, и ведущий просит детей запомнить не только свой номер, но и тех, кто стоит рядом с ними по правую и по левую руки. Когда дети будут готовы, ведущий командует: «Разойдись!» и включает подвижную музыку. Участники могут бегать, прыгать, ходить, самое главное – не стоять на одном месте. Через некоторое время ведущий говорит: «По местам!», и все, как можно быстрее, должны найти свое место в кругу – встать так, как они стояли до команды «Разойдись». Те, кто зазеваются или перепутают свои места, получают штрафное очко или выходят.

Ведущий вновь меняет ребят местами, ребята заново рассчитываются и игра продолжается.

ПОЖАЛУЙСТА

Ведущий занимает положение перед игроками, делает любые движения, обращаясь к игрокам с просьбой повторять за ним. Участники же повторяют в том случае, если ведущий добавляет слово «пожалуйста». Игрок, нарушивший правило, выбывает из игры. Побеждают самые внимательные.

ПОЛЕВЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Каждый участник выбирает себе сам или по подсказке инструктора некоторое задание, на котором он будет сосредоточен во время упражнения. Он должен продемонстрировать столь же высокую степень концентрации, что и в игре-упражнении "Сверхвнимание". Затем группу выводят из помещения для занятий. Участников расставляют по одному и каждому дают команду "Начали!". Расставив всех участников, ведущий обходит "посты" и пытается помешать, привлекая к этому посторонних людей, прося их выведать у тренирующихся, который час, предложить им уйти и прочее. Работа длится 5-15 минут. Затем ведущий подходит к каждому, останавливает работу командой "Стоп!", собирает группу и возвращает ее в зал для занятий. Следует обсуждение.

Поскольку участники будут полностью поглощены сосредоточением и неспособны адекватно ориентироваться в окружающей обстановке, вся ответственность за их жизнь и здоровье возлагается на ведущего. Ведущий должен иметь двух-трех помощников, хорошо знающих помещение: они обеспечивают безопасность спортсменов во время занятий. Каждый из тренирующихся должен постоянно быть в поле зрения, и обеспечению безопасности занятий должно быть уделено максимум сил.

Это упражнение имеет большую ценность, поскольку оно отражает условия повседневной жизни. Следующим шагом может быть передача команд "Начали!" и "Стоп!" самому спортсмену. Таким образом, он сам становится хозяином своего внимания. Не следует злоупотреблять частым повторением этого упражнения, так как в большинстве случаев суммарное время концентрации не должно превышать 30-40 минут в сутки.

ПОПРОБУЙ - НЕ ОШИБИСЬ

Эта игра на внимание. Ведущий спрашивает ребят, сидящих в зале:
- Сможете ли вы сейчас повторить за мной три коротенькие фразы?

Никто, конечно, в этом не сомневается. “Сегодня идет дождь”, - говорит ведущий. Все уверенно повторяют эту первую фразу.

“А завтра, думаю, будет хорошая погода”, - говорит он. Ошибки снова нет, все повторили.

“Вот вы и ошиблись”, радостно заявляет ведущий. Ребята в недоумении: “Почему?”. Ведущий объясняет: “Вот вы и ошиблись” - это и была моя третья фраза. Никто ее не повторил”. Ну а, если нашелся очень внимательный и повторил ее, то ему полагается приз.

ПОСЛУШАЙ, ПОВЕРЬ И СЕБЯ ПРОВЕРЬ

Ведущий предлагает игрокам сделать следующее упражнение: положить руки на колени, по команде хлопнуть в ладоши, потом правой рукой взять себя за нос, а левой за правое ухо. Потом опять хлопнуть и поменять руки.

ПРИЛЕТЕЛИ ПТИЦЫ

Игроки должны внимательно слушать текст и на месте ошибочно сказанных слов хлопнуть в ладоши:

-Прилетели птицы: голуби, синицы,
мухи и стрижи,
ласточки, ежи...

-Прилетели птицы: голуби, синицы,
аисты, вороны, галки, макароны...

-Прилетели птицы: голуби, куницы,
чибисы, стрижи, галки и ежи,
комары, кукушки, сели у опушки...

-Прилетели птицы: голуби, старушки,
лебеди и утки и Спасибо, шутка!

Словесный вариант игры может быть изменён. Ошибившиеся игроки выбывают из игры.

ПТИЦА, РЫБА, ЗВЕРЬ

Участники стоят в кругу или сидят на стульях по кругу. Ведущий подходит к любому из игроков и произносит слова: «птица», «рыба», или «зверь». Игрок, к которому подошёл ведущий, должен быстро сориентироваться и дать название птицы, рыбы или зверя. Повторяться нельзя! Кто не назовёт, выбывает из игры.

ПТИЦЫ ЛЕТАЮТ

Играющие могут стоять либо в кругу, либо вразной стороной лицом к водящему. Водящий начинает перечислять животных, насекомых и предметы, которые могут летать (утки, самолет, бабочки, воздушный шар и т.д.). При этом водящий машет руками, имитируя взмах крыльев.

Например: Водящий – Стрекоза летает (машет руками).

Играющие – Летает (машут руками) и т.д.

Но водящий может называть предметы или животных, не обладающих способностью летать. При этом задача детей замереть. Тот, кто ошибся, выбывает из игры, либо выполняет какой-либо фант, или занимает место водящего.

РАЗВЕДЧИКИ

Игрокам прицепляются на спины по табличке с заранее написанным на них словом. Задача играющих - прочесть, что написано на спине соперника, но при этом не показать своей надписи.

РАЗ – КОЛЕНКА, ДВА – КОЛЕНКА

Снова садятся все на стулья в тесный круг. Затем каждый должен положить руку на правое колено соседу слева. Положили? Так, а теперь, начиная с вожатого, по часовой стрелке по всем коленкам по очереди должен пройти лёгкий хлопок рукой. Сначала – правая рука вожатого, затем левая рука его соседа справа, затем правая рука соседа слева, затем левая рука вожатого и т.д.

Первый круг проводится для того, чтобы ребята поняли, как надо действовать. После этого начинается игра. Тот, кто ошибся в процессе игры, убирает руку, которая либо задержалась со своим хлопком, либо произвела его раньше. Если игрок убрал обе руки, он выходит из круга, а игра продолжается. Для усложнения задачи вожатый всё быстрее и быстрее даёт счет, под который должен быть произведён хлопок. Выигрывают три игрока, оставшиеся последними.

РАЗЫГРЫВАНИЕ ПРИЗА НА СЧЕТ ТРИ

Два участника стоят друг против друга - перед ними на стуле лежит приз. Ведущий считает: раз, два, три...ста, раз, два, три...надцать, раз, два, три...дцать и т.д. Побеждает тот, кто окажется внимательней и первым возьмет приз, когда ведущий скажет - три.

РЕБЯТА, ВСТАНЬТЕ

Игра на внимание. Ведущий предлагает выполнять его команды только в том случае, если он произнесет обращение «ребята». Например: «Ребята, хлопните в ладоши», все должны хлопнуть. «А теперь топните», никто не должен двигаться, т.к. не было сказано обращения «ребята».

РУКИ ВВЕРХ

Играющие стоят лицом в круг. Водящий ходит у них за спиной. Неожиданно он дотрагивается до одного из играющих со словами: «Руки вверх». Игрок, до которого дотронулись, стоит неподвижно, но игрок слева поднимает правую руку, а игрок справа поднимает левую руку.

Эту игру дети могут усложнить, добавив другие виды движений и увеличив количество водящих (например «ноги» – игрок справа подгибает левую ногу, а игрок слева – правую).

С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

Надев толстые варежки, надо определить на ощупь, что за предмет вам дали.

САМЫЙ ВНИМАТЕЛЬНЫЙ

Играют 2-3 человека. Ведущий читает текст: Расскажу я вам рассказ в полтора десятка фраз. Лишь скажу я цифру 3, - приз немедленно бери. " Однажды щуку мы поймали, распотрошили, а внутри рыбешек мелких увидали, и не одну, а целых семь". Когда стихи запомнить хочешь, их не зубри до поздней ночи. Возьми и на ночь повтори разок - другой, а лучше 10". "Мечтает парень закаленный стать олимпийским чемпионом. Смотри, на старте не хитри, а жди команду: раз, два, марш! " Однажды поезд на вокзале мне 3 часа пришлось прождать..." (если не успевают взять приз, его забирает ведущий). " Ну что ж, друзья, вы приз не брали, когда была возможность брать".

САЛЯМИ

Все играющие становятся в круг. Вожатый предлагает всем разучить следующие слова:

“Трам-пам-пам, Трам-пам-пам,
Гули-гули-гули

Трам-пам-пам, Трам-пам-пам,
Трам-пам-пам, Трам-пам-пам,
Гули-гули-гули
Трам-пам-пам, Трам-пам-пам,
Салями, салями,
Гули-гули-гули-гули,
Трам-пам-пам, Трам-пам-пам,
Салями, салями,
Гули-гули-гули-гули,
Трам-пам-пам, Трам-пам-пам”.

Одновременно со словами выполняются следующие движения:

- трам-пам-пам – играющие хлопают себя по коленям 3 раза;
- гули-гули – играющие одной рукой почесывают подбородок снизу, а другой как бы посыпают себе соль на голову;
- салями, салями – поочередно (сначала одну потом другую) сгибают руки в локте, поднося кисть к плечу.

После того как участники выполнили задание, им предлагается движение “Трам-пам-пам” делать у соседа справа. Игра повторяется.

Затем у соседа справа делаются движения “Трам-пам-пам” и “Гули-гули-гули-гули”.

Далее – “Трам-пам-пам” делается у соседа справа, а “Гули-гули” – у соседа слева. Салями всегда делаем у себя.

Вариант: игру можно проводить как игру с залом.

САНТИКИ-ФАНТИКИ-ЛИМПОМПО

Все играющие становятся в круг. Выбирается водящий, который отходит в сторону. В это время играющие назначают в кругу еще одного водящего, который будет задавать остальные различные движения. Первый водящий возвращается в круг. Играющие начинают двигаться по кругу, друг за другом, со словами: «Сантики - фантики - лимпомпо», при этом все игроки выполняют движения, заданные вторым водящим. Задача первого водящего найти в кругу играющих того человека, который задает всем движения.

СВЕРХВНИМАНИЕ

Участники разбиваются на две группы: "мешающие" и "внимательные". "Внимательные" расставляются ведущим по периметру зала лицом к центру и получают отличительные знаки (нарукавные повязки, косынки или шапочки). Им дается инструкция: "Ваша задача - изобразить, сыграть, словно актер, войти в роль человека, полностью сосредоточенного на какой-то внутренней работе и не замечающего окружающего. (Ведущий показывает выражение лица человека с пустым, отсутствующим взглядом.) Вы должны вжиться в эту роль и, стоя с открытыми глазами и не закрывая ушей, не замечать того, что делают другие. Чтобы вам было легче справиться с заданием, попытайтесь ярко представить себе, будто вы смотрите увлекательный кинофильм или участвуете в опасном путешествии. Будьте последовательны в своей роли: когда закончится упражнение (то есть после моей команды "Стоп!") и вас будут расспрашивать, утверждайте и убеждайте других в том, что вы действительно были полностью поглощены своими мыслями и ничего не видели и не слышали. Ясно? "Мешающие" получают задание во время упражнения. Готовы? Начали!" Упражнение длится 5-15 минут. За это время ведущий вместе с "мешающими" организуют серию провокационных действий. Они скандируют: "Петя - гений внимания!" - разыгрывают в лицах анекдоты, инсценируют окончание занятий и уход из зала, изображают животных, просят у "внимательных" милостыню и прочее. При этом ведущий следит за тем, чтобы действия "мешающих" не оказались слишком эффективными. Он запрещает касаться

"внимательных" и в критические моменты помогает им удержаться в своей роли. Затем следует команда "Стоп!", начинается обсуждение.

Анализ: Игра предоставляет возможность поверить в свои силы, убедить себя, убеждая других. Упражнение не следует использовать в группах, внутри которых еще не созрели отношения взаимного доверия и дух творческой увлеченности.

СВЕТОФОР

На зеленый цвет – бегом на месте, на желтый – шаг на месте, на красный – стой.

СЕБЕ СОСЕДУ

Передавать предмет из рук в руки, проговаривая "себе соседу" непрерывно. Ведущий в центре должен угадать, в какой руке предмет.

СЕЛЕКТОР

Выбирается один из участников игры - "приемник". Остальная группа - "передатчики" - занята тем, что каждый считает вслух от разных чисел и в разных направлениях. "Приемник" держит в руке жезл и молча слушает. Он должен поочередно настроиться на каждый "передатчик". Если ему сложно услышать тот или иной "передатчик", он может повелительным жестом заставить его говорить громче. Если же ему слишком легко, он может убавить звук. После того как "приемник" достаточно поработает, он передает жезл своему соседу, а сам становится "передатчиком". В ходе игры жезл совершает полный круг.

СНАЧАЛА ПОДУМАЙ

Ответьте на следующие вопросы:

На руках 10 пальцев. Сколько пальцев на 10 руках? (Некоторые отвечают - 100, но, подумав, говорят правильно - 50).

Один велосипедист выехал из Москвы, другой на 30 минут позже из Малоярославца. Оба едут навстречу друг другу. Один делает по 22, другой по 26 километров в час. Кто из них будет дальше от Москвы, когда они встретятся? (Ответ: оба на одинаковом расстоянии от Москвы).

Четыре человека ждали поезда 8 часов. Сколько времени ждал каждый? (8 часов).

Десять вагонов одного поезда проехали 50 километров. Сколько километров проехал каждый вагон? (50 километров).

Правильные ответы оцениваются очками.

СОНОСКОП СОБЫТИЙ

Сейчас по нескольким разным звукам попытайтесь воссоздать какую-то невероятную историю. Победит самый остроумный и находчивый. Итак. Все закрывают глаза. Ведущий изображает несколько звуков, можно стукнуть по каким-то предметам. Затем все открывают глаза и по очереди рассказывают свои истории. Побеждает самая невероятная история. Итак, закрыли глаза. Слушайте. Внимание! (Гонг). Спасибо. Поздравляем победителей.

СОРОК СЕКУНД

На сцену вызывают 6-8 человек. Их задача – за 40 секунд выполнить все задания, которые написаны у них на листочке. Нужно помнить, что в запасе у них всего 40 секунд.

Примерный текст:

1. Присядьте 2 раза.
2. Подпрыгните на левой ноге 5 раз.
3. Поднимите руки вверх 2 раза.
4. Внимательно прочитайте все задания.

5. Громко крикните свое имя.
6. Дважды громко мяукните.
7. Поцелуйте любых двух человек.
8. Повернитесь вокруг себя три раза.
9. Посмейтесь над ведущим. Ю. Пожмите руки трем участникам.
10. Подпрыгните на левой ноге 5 раз.
11. После того, как вы прочитали все задания, выполните только тринадцатое и четырнадцатое.
12. Присядьте на корточки.
13. Положите листок перед собой.

После выполнения задания всеми участниками ведущий говорит: «Если вы внимательно прочитали и выполнили задание №4, вам остается выполнить только № 13 и 14».

СТОРОЖ

Ребята садятся на стульях так, чтобы был образован круг. Позади каждого сидящего на стуле должен стоять игрок, и один стул должен быть свободным. Игрок, стоящий за ним, должен незаметно подмигнуть любому из сидящих в кругу. Все сидящие участники должны смотреть на игрока со свободным стулом. Сидящий участник, увидев, что ему подмигнули, должен быстро занять свободное место. Функции игроков, стоящих сзади сидящих, заключаются в том, чтобы не пропускать своих подопечных к свободным местам. Для этого им стоит только положить руку на плечо сидящему. Если «сторож» не выпустил «беглеца», они меняются местами.

СУША – ВОДА

Ведущий занимает положение перед игроками, и объявляет задание: «Я буду называть слова. При слове «суша» вы делаете шаг вперед, при слове «вода» - шаг назад». Ведущий начинает быстро называть слова, затем неожиданно говорит: «Берег (море, озеро)». Игроки, сделавшие шаги, выбывают из игры.

СЧЕТ ДО ДЕСЯТИ

Все участники сидят в кругу с закрытыми глазами. Задание: сосчитать до 10, при этом каждое число называет кто-то один, не договариваясь между собой. Если одновременно назвали одно и то же число несколько человек, то счет начинается заново.

СЧИТАЛКА

Все играющие стоят в кругу плечом к плечу и повернувшись лицом к центру. Они рассчитываются по порядку, и каждый запоминает свой номер. Ведущий стоит в центре круга, у него нет своего места, но есть номер - ноль. Играющие, номера которых назвали, должны выйти из круга и по команде ведущего занять одно из свободных мест. Причем это пытается сделать и ведущий. Если ему это удалось, он берет себе номер игрока, стоявшего здесь до него. Тот, кому места не хватило, становится ведущим, и его порядковый номер - ноль.

СЪЕДОБНОЕ – НЕ СЪЕДОБНОЕ

1 вариант

Играющие стоят лицом в круг. Начинает игру тот, у кого в руках мяч. Игроки кидают мяч друг другу, называя любые вещи, предметы, продукты и т.д. Задача играющих поймать мяч, если названо что-либо съедобное, а если не съедобное – отбить мяч руками. Кто ошибся – выбывает.

2 вариант

Все играющие стоят в линию, лицом к водящему. Водящий по очереди кидает мяч играющим, называя съедобные или не съедобные предметы. «Съедобное» играющим надо поймать, а «не съедобное» не ловить. Кто ошибся, делает шаг назад, кто сделал правильно – шаг вперед. Кто первым поравнялся с водящим, – выигрывает.

ТЕЛЕГРАММА

Все участники стоят в кругу, водящий в центре. Ведущий говорит слова: “Я посылаю телеграмму Маше, и вот она бежит по проводам”. В это время он жмет руку одного из своих соседей, тот в свою очередь жмет руку своему соседу и т.д., пока телеграмма не дойдет до Маши. Задача водящего – угадать, кто в данный момент жмет руку, задача играющих – делать это незаметно. Если Маша получила телеграмму, и водящий не заметил, Маша говорит: “Я получила телеграмму и посылаю ее Ване, моя телеграмма бежит по проводам”. Если водящий угадал, то тот у кого находилась телеграмма, становится водящим, а водящий становится на место этого участника.

ТЕНЕВОЙ ВОЖДЬ

Один из играющих выходит из комнаты. Остальные члены команды выбирают «вождя», который задает группе любые движения и меняет их через некоторое время. Задача вошедшего определить «вождя». В случае удачи «вождь» сам выходит за дверь, и игра повторяется с новым «вождем».

ТРИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СЛОГА

Ход игры: Играющие делятся на три группы, выбирают водящего, он отходит. Загадывают слово из трех слогов. Каждая группа получает слог, который поет на свой мотив. Водящий отгадывает это слово в общем хоре. Пример: МО-ЛО-КО. МО - на мотив «Катюши», ЛО - ламбады, КО - «Подмосковные вечера».

ТРОЙКА

В комнате должна сохраняться полная тишина. Трех игрокам завязывают глаза. Каждый должен поймать одного из партнеров, но от другого убежать. Участники игры прислушиваются к шагам, дыханию друг друга и, когда считают нужным, называют игрока по имени и спрашивают: “Где ты?” Игрок, которого спрашивают, должен тотчас ответить: “Я здесь”.

Первый, кому удалось поймать противника, становится победителем. После этого к игре приступают трое других.

ТРОПИНКА

Группа делится на две команды. Все движутся под музыку. При остановке музыки звучит команда: «Озеро!» - команды должны взяться за руки, образуя широкий круг. Если: «Тропинка!» - положить руки на плечи друг другу и присесть. «Пригорок!» - встать тесным кругом и поднять руки вверх. Побеждает команда, сделавшая меньше ошибок.

У ЛУНЫ КРУГЛОЕ ЛИЦО

Требуется палка. Лидер берет палку и рисует на земле воображаемое лицо, говоря в это время: “У луны круглое лицо, 2 глаза, нос и рот. А теперь твоя очередь рисовать”. И лидер передает палку следующему игроку, который старается сделать то же самое. Когда он передает палку следующему игроку, лидер говорит, правильно или нет он все нарисовал. Секрет не в том, как рисовать и что говорить, а в том как передать палку. Если игрок рисовал правой рукой, передать он должен левой. Постепенно игроки догадываются, в чем дело. Если минут пять, или больше, они не могут догадаться - не морочьте им голову и расскажите секрет!

УЗНАЙ ПО ГОЛОСАМ

Кто-либо из играющих становится спиной к классу, а ведущий показывает незаметно для него, кто должен сказать два-три слова. Если водящий правильно назвал говорящего, ему начисляется одно очко.

Теперь ведущий просит двух играющих одновременно произнести: «Мы говорим четыре слова». Узнав, чьи это голоса, водящий получает два очка.

Затем трое одновременно произносят то же самое, а водящий, узнав их, получает еще пять очков.

Его сменяют водящие из других команд.

УЗНАЙ ПО ГОЛОСУ

Ребята становятся в круг, в середину которого входит водящий. Ему завязывают глаза. Играющие идут по кругу вслед за руководителем, повторяя его движение (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются и говорят:

Мы немножко поиграли,

А теперь в кружок мы встали.

Ты загадку отгадай,

Кто позвал тебя - узнай!

Руководитель молча указывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!». Водящий должен назвать его имя. Если он угадал, узнанный становится водящим, если ошибся, игра повторяется. Когда ребята начнут различать голоса товарищей, можно разрешить им изменять свой голос, чтобы усложнить игру.

ФИГУРЫ

Играющие становятся в круг. Внутри круга натягивается веревка, за которую все держатся двумя руками. Ведущий объясняет, что необходимо, закрыв глаза, не размыкать, построить квадрат (равносторонний треугольник), используя только устные переговоры. Сообщается также, что игра – на пространственное воображение и внимательность. Во время игры, когда идет перестроение, ведущий наблюдает, кто из ребят выступает в роли организатора перемещений. Из наблюдений можно сделать вывод о сплоченности группы, ее организованности, выявить организаторов.

ФОКУСИРОВКА

Участвующие в этом упражнении удобно располагаются в креслах. Глаза открыты или закрыты. По команде ведущего "Тело!" участники сосредоточивают внимание на своем теле, по команде "Рука!" - на правой руке. Затем идет последовательное сосредоточение на кисти правой руки - по команде "Кисть!", на указательном пальце правой руки - по команде "Палец!" и, наконец, на кончике пальца - по команде "Кончик пальца!". Команды подаются с интервалом 10-20 секунд.

После игры полезно организовать обсуждение о том, как каждый справился с заданием, с какими трудностями они столкнулись. Игра позволяет участникам освоить навыки концентрации на различных частях тела, являющиеся базовыми при овладении техниками саморегуляции.

ХЛОПКИ

Лидер просто-напросто просит всех присутствующих повторять за ним и хлопать в ладоши, когда хлопает он. Лидер поднимает руки над головой и хлопает в ладоши, иногда он просто делает вид, что хлопает или резко останавливается. Как много игроков попадет на эту уловку? Эта игра помогает расшевелить и увлечь присутствующих на костре, песенном вечере и т.д.

ХОР

Ребята выбирают одного водящего. Тот уходит за пределы комнаты. В это время ребята выбирают любое известное стихотворение или песню и распределяют каждый себе по слову. Как только придет водящий, все в один момент произносят свое слово. Водящий должен узнать - что это за стихотворение или песня.

ХРОМАЯ ОБЕЗЬЯНА

Участники удобно располагаются в достаточно тихой комнате. Ведущий говорит приблизительно следующее: "Сейчас я попрошу вас выполнить одно психотехническое упражнение. Задание, которое я вам дам, необходимо будет выполнять от моей команды "Начали!" до команды "Стоп!". Если вы по какой-либо причине нарушите мою инструкцию, подайте сигнал - хлопните в ладоши. (Ведущий хлопает в ладоши.) Итак, если вы отвлеклись, обязательно хлопните и продолжайте работать. Все понятно? Закройте глаза... Внимание, даю задание: не думать о хромой обезьяне. Начали! (Проходит 30-120 секунд под "жидкие аплодисменты".) Стоп!"

Анализ: Упражнение обычно проходит весело и вызывает смех и эмоциональную разрядку. Поэтому его можно использовать для снятия напряжения. Многим кажется удивительным то, что невозможно по заказу не думать о том, о чем не вспоминал несколько лет. Опыт показывает, что могут быть найдены разные эффективные способы выполнения этого задания.

Часто участники приходят к выводу, что не думать о чем-то невозможно, а лучше сосредоточиться на чем-нибудь другом.

ЧЕРНАЯ МАГИЯ

Непременные участники игры – «волшебник» и его помощник – «ясновидящий». Игра строится на фокусе с чтением мыслей. Секрет фокуса прост: загаданный волшебником предмет будет назван им после предмета чёрного цвета.

Приведём фрагмент игры:

«Ясновидящий» закрывает глаза, «волшебник» в это время показывает игрокам предмет и убирает его. Когда «ясновидящий» открывает глаза, волшебник спрашивает:

- Думаю ли я про соль?
- Нет, - отвечает «ясновидящий».
- Думаю ли я про салфетку?
- Нет.
- Думаю ли я про перец?
- Нет.
- Думаю ли я про кетчуп?
- Да, - отвечает «ясновидящий», потому что перец может быть чёрного цвета.

ЧТО Я ВИДЕЛ

Эта игра на внимание. В ней ребята должны сосчитать количество нелогических суждений в стихотворении, которое прочтёт вожатый:

Я видел озеро в огне,
Собаку в брюках на коне,
На доме шляпу вместо крыши,
Котов, которых ловят мыши.
Я видел утку и лису,
Что плугом пашут луг в лесу,
Как медвежонок туфли мерил,
И как дурак всему поверил.
(С.Я. Маршак)

Или:

Из-за леса, из-за гор

Ехал дедушка Егор.
Он на пегой на телеге,
На дубовой лошади,
Подпоясан он дубиной,
Приопёршись на кушак,
Сапоги на растормашку,
На босу ногу пиджак.

Или:

Ехала деревня мимо мужика,
А из-под собаки лают ворота,
Кнут схватила лошадь,
Хлещет мужика,
Чёрная корова
Ведёт девку за рога.

(К.С. Станиславский)

ШЛИ ПО УЛИЦЕ

Всем играющим присваиваются номера. №1 начинает: "Шли по улице 4 крокодила", №4 отвечает: "А почему 4?", №1: "А сколько?", №4: "А 8". В игру вступает №8: "А почему 8?", №4: "А сколько?", №8: "А 5!" и т.д. Если кто ошибся или замешкался, игру можно начать сначала.

Я ИДУ В ПОХОД...

По кругу передается мячик (или игрушка) и говорится одна фраза «Я иду в поход и беру с собой... (участник называет любую вещь)». Ведущий говорит, кто идет в поход, а кто не идет. Суть в том, что, принимая и отдавая мячик, игрок должен сказать «спасибо» и «пожалуйста», и тогда ведущий возьмет его в поход. Игра идет до тех пор, пока все не догадаются о «тайном» слове.