

ИГРЫ НА ТАКТИЛЬНОСТЬ, КОНТАКТНОСТЬ

БЕСКОНЕЧНОЕ КОЛЬЦО

Группа встает в круг и берется за руки. На руке у ведущего висит веревочное кольцо. Не разрывая рук все должны пролезть сквозь него (по кругу) и вернуть кольцо обратно. Второе кольцо можно пустить в другую сторону.

БРЕВНО ДЕДУШКИ ЛЕНИНА

Группа ложится на пол, один человек перпендикулярно сверхо, задача совместным вращением вокруг оси передвинуть его из начала ряда в конец. Руками помогать нельзя.

В ПАРАХ

Встать спинами друг другу, "лечь" и расслабиться.

В ТЕМНОТЕ

Игроки сидят в кругу. Они закрывают глаза. По очереди передаются предметы. Игрок ощупывает предмет и записывает его название на своем листке бумаги. В конце игры зачитывается список предметов по порядку и показывают предметы, игроки проверяют свои записи.

ВОДЯНОЙ

Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами: "Водяной, водяной, что сидишь ты под водой, выйди на минуточку, поиграем в шуточку". Круг разбегаются (на несколько шагов) и все останавливаются. "Водяной", не открывая глаз, ищет одного из играющих, его задача - определить, кто перед ним. "Водяной" может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Если водящий угадал, они меняются местами.

ВОЛШЕБНЫЕ РУКИ

Игроки находят удобное место и прижимают руки к бокам, большими пальцами цепляясь за пояс, петельку ремня, пояс юбки или брюк. Потом они в течение 1 минуты стараются развести руки в стороны, напрягая мышцы (но не отрывая при этом свои пояса). Через минуту они быстро отпускают свой пояс и полностью расслабляются. Руки должны подняться вверх сами, будто по волшебству!

ВОЛШЕБНЫЕ ЗАРОСЛИ

(Снятие телесных барьеров, развитие умения добиваться своей цели приемлемыми способами общения). Каждый участник (по очереди) пытается проникнуть в центр круга, образованного тесно прижавшимися друг к другу "волшебными водорослями" – всеми остальными участниками.

Водоросли понимают человеческую речь, чувствуют прикосновения и могут расслабиться и пропустить участника в центр круга, а могут и не пропустить его, если их плохо "просят".

Затем следует обсуждение: когда водоросли расступились? Когда нет?

ВОРОБЕЙ, ЧИРИКНИ!

Один ребенок сидит на стульчике, спиной к детям. Ведущая выбирает "воробья", который подходит сзади к сидящему, кладет руки на плечи. Тот говорит: "Воробей, чирикни!" "Воробей" чирикает: "Чик-чирик!" Сидящий угадывает, кто это.

ВСТАТЬ СПИНОЙ ДРУГ К ДРУГУ

В парах: встать спиной друг к другу и присесть без помощи рук; встать лицом друг к другу и присесть. То же можно делать в группах по 5-7 человек.

ДОТРОНУТЬСЯ ДО ОДЕЖДЫ ...ЦВЕТА

Играющие должны дотронуться до одежды (своей или чужой) того цвета, которого скажет ведущий. Ведущий должен успеть осалить кого-нибудь, кто не успел дотронуться. Осаленный становится водящим.

ЖИВОЙ МОСТ

Группа встает в две шеренги, лицом друг к другу и противоположные люди крепко держат друг друга за руки. Человек ложится на руки и как по "живому мосту" перемещается в конец. Затем - следующий, но нужно соблюдать технику безопасности.

ИСКОРКА ДРУЖБЫ

Участники берутся за руки. Их задача, как можно быстрее передать по кругу искорку дружбы с помощью легкого пожатия рук. (Можно озвучивать получение искорки, передавать ее носами, лбами, попой, локтем и т. д.).

ЛАВАТА

Играющие становятся в круг, берутся за руки и начинают двигаться по кругу, громко напевая:

Дружно танцуем мы!

Тра-та-та, тра-та-та!

Танец веселый наш –

Это «Лавата».

Потом все останавливаются и ведущий спрашивает детей:

- Мои руки хороши?

Дети отвечают: Хороши!

- А у соседа?

- Лучше!

- Тогда взялись за ручки!

Все берут своих соседей за руки и снова начинают двигаться напевая. Еще раз поют песенку и идут в хороводе.

После остановки ведущий спрашивает:

- Ручки были?

- Были!

- А коленки были?

- Нет!

- Беремся за коленки!

Ведущий может просить взяться за что угодно (ушки, щечки, носик, талия, плечи, пятки, ноги и т.п.), главное - снять у детей тактильное напряжение.

ЛАДОШКИ

Люди в парах. Один закрывает глаза и протягивает ладони вперед. Второй молча пытается касаниями ладоней и пальцев передать какую-то картинку. (Например: осень, дождь, снегопат, фонари, двое на лавочке и т.п.) Потом пары меняются. На обсуждении рассказывается, кто что хотел передать, насколько это получилось и почему.

МЕШОЧЕК

Группа встает кругом и, взяв друг друга под руки и протянув руки вперед, перебрасывает по кругу мешочек с горохом. Главное его не уронить т.к. в этом случае игра начинается с начала. Затем мешочек кидают через одного, потом через двоих.

МОЛЕКУЛЫ

Группа хаотично передвигается по помещению. Ведущий кричит, - "Объединяемся в группы по 3(4,5 и т.д.) человек. Остальные должны быстро объединиться, как было сказано, и крепко обняться в группах. Если после этого в играх нужно несколько микрогрупп, то можно назвать сразу нужное число.

МОРГАЛКИ

Играет нечетное количество народа. Играющие образуют 2 круга: внешний - мальчики, внутренний - девочки. Каждая девочка должна стоять строго перед мальчиком. Мальчик, которому не хватило пары, становится во внешний круг, девочки устремляют свои взоры на него. Чтобы найти себе пару - он подмигивает какой-нибудь девочке, увидев это она должна побежать к нему, а мальчик, стоящий сзади неё должен её вовремя поймать. Тот кто зазевался (проморгал) - вынужден искать себе пару.

МЫШЕЛОВКА

Из группы выделяются две тройки, которые берутся за руки, встают в кольцо и закрывают глаза. Группа цепочкой проходит сквозь кольца. В какой-то момент тройки резко опускают руки - мышеловка захлопывается. Их задача не разговаривая, не трогая руками, определить количество людей, оказавшихся в кольце.

НАЙДИ ПАРУ

(Развитие сенситивности и соотнесения тактильных образов). Водящий сидит на стуле в дальнем конце комнаты в расслабленной позе с закрытыми глазами.

Один человек из группы подходит к водящему и протягивает ему в руки свою одну руку. Водящий ребенок внимательно исследует ее с закрытыми глазами.

Как только водящий считает, что он достаточно хорошо запомнил руку, он говорит: «Все».

Тогда все участники группы одновременно протягивают ему свои руки и водящий пытается найти среди этого множества рук именно ту руку, которую ему давали первоначально.

Обычно, выполняя это задание, дети трогают по очереди руки.

НАЙТИ ЗНАЧОК

Проводится в парах мальчик-девочка. Например, мальчик выходит за дверь. В этот момент второй мальчик прячет на девочке какой-то предмет типа значка. Лучше в неожиданных местах. Можно проводить вместе несколько пар, кто быстрее. Можно проводить "в слепую". Можно делать прищепками - пары с завязанными глазами, ведущий развешивает на них прищепки - а потом кто быстрее снимет их с партнера. Или парные соревнования.

НАЩУПАННЫЙ БАНАН

Дети садятся в кружок. У каждого под рубашкой что-нибудь спрятано. Один из детей пытается на ощупь отгадать, что же там такое. Игра становится интересней, если действует правило: сразу не называть угаданные предметы, а ощупать все, что спрятано и только тогда назвать у кого что спрятано.

НОСОК-ПЯТКА (минитренинг на сближение и снятие тактильного напряжения)

Все становятся в круг очень плотно, так чтобы носок упирался в пятку впереди стоящему. Когда встали как надо, все начинают в таком положении медленно приседать - получается, что каждый садится на колени предыдущему. Если успешно сели - нужно попробовать так немного продержаться.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПО НОГАМ

Девочки садятся в случайном порядке, мальчику завязывают глаза, предлагаем наощупь (по ногам!) определить кто где сидит.

ОПРЕДЕЛИ НАОЩУПЬ

Группа стоит в кругу. Нужно пройти и определить, у кого самые теплые руки (носы, уши...).

ОПРЕДЕЛИТЬ ЦВЕТ НА ОЩУПЬ

Вариант: определить на ощупь край стола (рука в воздухе).

ОСТАНОВКА РУК

У человека закрыты глаза. Напарник постепенно приближает к нему руку. Когда первому покажется, что чужая рука находится от него на расстоянии 1 см, нужно сказать "Стоп". Вариант - напарник подходит к человеку, стоящему с закрытыми глазами. Когда тот почувствует приближение, он должен сказать "Стоп".

ОРЕХ

Делается в парах мальчик-девочка. Человеку в одну штанину кладется орех. Задача партнера - "перегнуть" этот орех в другую штанину.

ОСТРОВ - 1

Группе сообщается, что они оказались на необитаемом острове. Вдруг на горизонте они увидели корабль. Это их последний шанс, поэтому нужно постараться любым способом привлечь к себе внимание. После этого можно спросить у группы - кто кого заметил. Этот человек погибает палец, а потом смотрят, у кого пальцев больше.

ОСТРОВ - 2

Группе нужно уместиться на "острове" - куске ткани. Причем "вода поднимается" - т.е. размер острова уменьшается. Уменьшать можно почти до бесконечности.

ПОЗДОРОВАТЬСЯ НОСАМИ

За 1 минуту поздороваться с как можно большим количеством человек. Здороваться можно руками, носами, коленками, губками и т.д.

ПРЯТКИ В ТЕМНОТЕ

Надо не только найти, но и узнать на ощупь.

ПУТАНИЦА

Все встают в круг и протягивают вперед руки. Нужно схватиться своими руками за руки разных людей. Затем нужно распутаться. Можно усложнить задание, если запретить разговаривать. На обсуждении путаницу можно сравнить с человеческими отношениями, которые кажутся запутанными, когда все между собой переплетены, но если всем к этому стремиться, то можно распутать.

РИСУЕМ НА ЛАДОШКАХ

Выполняется в парах. Ребята закрывают глаза, протягивают друг другу руки: один ладонями вверх, другой - вниз. Один представляет какой-то образ и пытается передать его второму, поглаживая его ладонями (например: море, ветер, двое под фонарем и т.д.). Затем пары меняются.

РУКОПОЖАТИЕ

Водящему завязывают глаза, участники в круге. По очереди гости подходят к водящему и протягивают ему руки. По руке водящий должен определить, чья рука - женщины или мужчины. Если водящий считает, что рука женщины, произносит: "Здравствуй, Маша!", если ему кажется, что рука мужчины, то произносит: "Здравствуй, Яша!"

САЛКИ-ОБНИМАЛКИ

Игра типа салок, но с одним новым правилом: нельзя салить тех, кто стоит, крепко обнявшись. Но так стоять можно не более 7 сек.

СЕСТЬ ДРУГ ДРУГУ НА КОЛЕНИ

Задание нужно всем сесть друг другу на колени. Для этого группа встает в круг, поворачивается боком, сужает круг и одновременно садится так, чтобы можно было расслабить ноги. Затем можно обойти кружок. Группу нужно страховать.

СЕНСОРИКА

Человек стоит в центре. К нему со спины кто-то подходит. Попытаться определить пол человека, а если получится, то и имя.

СКОЛЬКО НАС?

С закрытыми глазами (стоя на месте) определить сколько человек в зале и кто где находится.

СЛЕПОЙ СКУЛЬПТОР

Группа разбивается по три человека, и одному завязывают глаза. В это время второй из третьего "лепит" скульптуру. Затем "слепой" должен из второго слепить то же, что тот слепил из третьего.

СТАТУЯ ЛЮБВИ

Играет равное кол-во мальчиков и девочек. В комнате остаются трое - остальные за дверь. Скульптору предлагается слепить из пары статую любви - как он себе представляет, когда работа закончена он меняется с одним из стоящих (мальчик с мальчиком), вызывается следующий скульптор - если первым лепил мальчик - второй девочка. Идеал - когда дети не подозревают, что им придется меняться...

ТАНЕЦ НА ГАЗЕТЕ

Пара танцует, газетка уменьшается, кто смог танцевать на меньшем клочке - выиграл

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.

ТЕЛЕПАТИЯ

Делается по парам. Человек, сосредоточившись, пытается передать напарнику несложный образ (например: закат). Обычно угадывание чужих мыслей действительно может происходить. Важно, чтобы в группе соблюдалась тишина.

ТЕРМОМЕТР

Участники разбиваются на пары. Один из пары закрывает глаза и пытается вызвать ощущение тепла в своей правой или левой (по указанию ведущего) руке. По истечении некоторого времени партнер внимательно ощупывает обе его руки и пытается определить, которая из них теплее. После каждой такой попытки происходит смена ролей в парах или смена партнеров.

Как правило, участники, в достаточной мере овладевшие основами аутогенной тренировки, успешно справляются с этим заданием. Более уверенно и легко происходит отгадывание при нагревании правой руки (у правшей).

ЧЕЛОВЕК С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

Окружающие по очереди прикладывают палец к его лбу. Он должен назвать пол и постараться определить имя дотронувшегося.

ШОКОЛАДКА

Девочки ложатся, во рту у них шоколадка, мальчикам завязывают глаза и раскрывают - задача найти "свою" девочку и откусить кусок шоколадки...

ЯБЛОКО НА ВЕРЕВКЕ

Подвешивается на капронке, и пара должна его съесть, не пользуясь руками - проводится как соревнование пар. (Но можно группой - кто первый откусит - или по очереди). Веселее когда они прыгают на одной ноге. Не попавший в группу - выбывает