1. **«Мы разные, но мы вместе!»**

Подготовка: мелом нарисовать круги, в которые можно встать парами, дополнительно 2-3 свободных круга.

Вступительное слово ведущего: Все мы разные, но при этом но при этом все друг на друга похожи. И мы одна команда, которая может действовать, не смотря на разные интересы и увлечения. Давайте убедимся в этом!

Задача: я говорю утверждение, а вам необходимо парой перейти в свободный круг при условии, если ответ отрицательный. Если ответ положительный, то вы остаётесь на своём месте. Обязательно нужно честно выполнять задание и договариваться в паре об ответе.

Примерные вопросы:

1. Я люблю шоколад!
2. Я умею ходить на ходулях.
3. Я мечтаю стать Супергероем.
4. Мне нравятся мультики про Фиксиков!
5. Я сплю на переменах!
6. Я мечтаю покусать своего друга!
7. Я умею громко петь в душе/ванной/бане.
8. Я по ночам гуляю по крышам!
9. Мне нравятся каникулы!
10. Я сегодня вкусно позавтракал!
11. Я умею громко плакать!
12. Мне нравится путешествовать!
13. Я люблю ходить на Дни рождения!
14. Я обожаю есть горчицу.
15. Я летаю во сне!
16. Мне нравится получать подарки!
17. Я мечтаю о полёте в космос!
18. Я умею прыгать через лужи!
19. У меня есть много друзей!

В конце необходимо сделать вывод: у нас действительно очень много общего, мы дружно пересаживались, уступали друг другу место, иногда спорили, а для того, чтобы узнать другого человека и подружиться с ним, у него можно спросить, что ему нравится. А чтобы ещё и не обидеть другого человека, не поссорится нужно в команде научиться уступать друг другу.

1. **«Говорящие руки»**

Подготовка: не требуется.

Вступительное слово ведущего: Вам необходимо встать лицом друг к другу в два круга, образовав внутренний и внешний круги. Я буду давать команды, которые вы должны выполнять молча в образовавшейся паре. В этом задании должны действовать только руки в отношении другого.

После этого по команде внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты заданий парам:

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.
6. Ущипнуть руками.
7. Погладить руками.
8. Толкнуть друг друга руками.
9. Подразнить друг друга руками.
10. Выразить радость друг другу руками.
11. Пожелать удачи руками.
12. Цепляться руками.
13. Попрощаться руками.
14. Испугать руками.
15. Похвалить руками.
16. Всплеснуть руками (удивиться) от радости встречи.
17. Потереть друг друга руками
18. Поломать руками.
19. Подержаться друг за друга руками.
20. Шлепнуть друг друга раками.
21. Загадать животное и показать его руками, отгадать.
22. Послать воздушный поцелуй друг другу.

Обсуждение: Что было легко, что сложно? Кому было сложно молча

Выполнять действие? Кому легко? Обращали ли внимание на

информацию от другого или больше думали о себе (особенно в момент выполнения отрицательных действий руками)? Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

В конце сделать вывод: упражнение хорошо играет на эмоционально-психологическое сближение мальчиков и девочек, снижает напряженность в детском коллективе за счет телесного контакта. Между детьми улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения. Руками можно творить добро для другого человека, а можно его и обидеть.

1. **«Айсберг»**

Подготовка: покрывало.

Вступительное слово ведущего: Мы отправились с вами на северный полюс. И случилось так, что нам пришлось дрейфовать на льдине. Льдина не большая, а нас много. И наша задача молча и в тишине разместиться на льдине, простоять на ней 10 секунд. Я буду их отсчитывать.

(после первого этапа команда отходит в сторону, а ведущий складывает «Айсберг» на 20 см короче. Задача для команды повторяется 4 раза).

В конце сделать вывод: мы все разные и очень важно в трудную минуту поддержать друга, дать ему точку опоры, это упражнение позволяет быстро избавиться от негативных эмоций в коллективе, проявляет тактильные ощущения ребят по отношению друг к другу.

1. **«Держи равновесие»**

Подготовка: деревянные гимнастические палки.

Вступительное слово ведущего: встаньте в круг, гимнастическую палку поставьте вертикально на расстоянии вытянутой руки параллельно ноге. По моему сигналу всем вам необходимо сделать шаг по часовой стрелки, при этом палка остается на месте, а вы перехватываете палку игрока, стоящего перед вами. Задача пройти полный круг, не уронив ни одной палки. Как только одна из палок падает, игра начинается с начала. Вы должны сами договориться, как будете выполнять это задание.

В конце сделать вывод: это упражнение помогает развитию чувства доверия участников друг к другу и формированию в группе атмосферы взаимной поддержки.

1. **«Буква «А»**

Подготовка: деревянная буква А.

Вступительное слово ведущего: ваша задача провести букву «А» от старта до финиша. Условия выполнения задания такие: за веревку берется каждый игрок команды только одной рукой. Букву нельзя тащить или нести на руках, поднимать обе её «ноги» от земли. Буква «А» должна обязательно шагать с «ножки» на «ножку».

В конце сделать вывод: это упражнение помогает навыку командного взаимодействия, выявлению лидера, который найдет правильное решение в передвижении буквы, позволяет продемонстрировать преимущества командной работы.

1. **«Кочки»**

Подготовка: деревянные кочки и зона «болото».

Вступительное слово ведущего: вы шли в поход и вдруг на вашем пути оказалось болото. Ваша задача переправиться с берега на берег, можно наступать только на «кочки». После первого участника, который начал путь не должно быть так, что хоть одна кочка оставалась пустой, на ней должна находиться хотя бы одна нога, в противном случае

В конце сделать вывод: это упражнение помогает навыку слаженной команды, взаимовыручке, а также тому, что впереди идущий игрок должен заботиться о другом игроке.

1. **«КА-РА-БАС»**

Подготовка: не требуется.

Вступительное слово ведущего: для проведения игры команда встаёт в круг. Вы все знаете сказку о Буратино и помните бородатого Карабаса-Барабаса, у которого был театр. Теперь все вы – куклы. Я произнесу слово «КА-РА-БАС» и назову любую цифру. А вы должны будете, не договариваясь, сделать шаг в центр (любое движение, после цифры считается шагом), причем столько человек, сколько я скажу. Победа засчитывается, если вы верно выполнили задание 3 раза подряд.

В конце сделать вывод: это упражнение помогает выявить лидера, на которого ориентируются ребята, формирует умение понимать друг друга без слов.

1. **«Добрый зверь»**

Подготовка: не требуется.

Вступительное слово ведущего: встаньте в круг, возьмитесь за руки, перепутайтесь-запутайтесь… У нас получилась одна большая путанка. А теперь мы превращаемся, не отпуская рук, в одного большого зверя.

* Придумайте ему имя… (придумали, например, Дружок)
* Нам срочно нужно определить, где хвост, а где голова (команда определяется).. Голова улыбнись! Хвост подтянись!
* Теперь определитесь, где право, где лево… Теперь учимся ориентироваться и двигаться: Дружок, сделай два шага влево! Дружок, сделай три шага в право! Пройдись вперед, а теперь вернись обратно! Пройдись, как королева красоты! Присядь отдохнуть!
* Теперь учимся проявлять эмоции: Дружок, повиляй хвостом! Дружок, прояви любовь! Порадуйся! Дружок, порычи на врага! А теперь съешь конфетку! А теперь я буду тебя гладить, а ты от радости урчать, как котёнок!
* А теперь, Дружок, распутайся обратно, не отпуская рук! Стоя в кругу ответьте на вопрос: какие ощущения и эмоции испытывали при выполнении задания?

1. **«Волейбол»**

Подготовка: игровые круги и пляжные мячи.

Вступительное слово ведущего: возьмите одной рукой за ручку игрового круга. У вас образовались четыре команды. Ваша задача перебрасывать друг другу мячи. Необходимо поставить рекорд по набиванию мяча. Перекатывать или помогать руками нельзя.

В конце сделать вывод: это упражнение помогает ребятам взаимодействовать друг с другом, учит смотреть на других ребят.

1. **«Мышеловка»**

Подготовка: трубы и мышки-мячики.

Вступительное слово ведущего: возьмите мышеловки, маленькая мышка должна добежать до своей норки и не попасть в «мышеловку» (упасть). Перед вами четыре доски с дырочками, дырочки – это мышеловки. Команде необходимо провести мяч-мышку по доскам между отверстиями, не уронив его. Как только мышка попадает в «мышеловку», мы начинаем это упражнение с начала.

(ведущий не ставит игроков, они должны сами догадаться как им встать)

В конце сделать вывод: мы можем справится с любым трудным заданием, если поддерживаем друг друга, помогаем советом, а не криком, внимательно слушаем друг друга. Чтобы помочь мышке мы должны слаженно взаимодействовать, помогать друг другу.

1. **Ура, меня любят!**

Подготовка: не требуется

Вступительное слово ведущего: Все игроки встают в круг, лицом друг к другу, «немеют», опускают головы вниз, смотрят на носки своих ботинок. По сигналу ведущего (на счет три) все поднимают глаза и смотрят на одного из стоящих в кругу людей. Если двое встретились взглядами, они громко кричат «Ура, меня любят!!!», протягивают друг другу руки, обнимаются и выходят из круга. Круг сужается. Игра продолжается до тех пор, пока не образуются все пары. Когда остается последняя пара беремся за руки и громко кричим: «Это я, это я, это все мои друзья!»

Вывод: игра учит детей и участников контактировать глазами, доброжелательному отношению в коллективе, снимает гендерную напряженность в классе. Можно проводить с разными словами: «Ура, ты мой друг!» и пожать руки, «Ура, ты меня видишь!» и помахать друг другу рукой, «Ура! Я нашёл тебя!» и хлопнуть друг другу руками, «Ура! Я с тобой!» и берутся за руки.

Желательно проиграть все варианты.