

## ГЛАВА 1. Магия нашего имени

### Рукопожатие или поклон

Участники здороваются друг с другом, используя ритуалы приветствия разных народов (10 минут)

1. Расскажите группе о жестах приветствия, принятых у различных народов. Заранее предупредите участников о том, что они должны будут использовать эти ритуалы, представляясь друг другу.

Вот несколько вариантов приветствия:

- объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);
- легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);
- легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);
- легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- поцелуй в каждую щеку, ладони лежат на предплечье партнера (Испания);
- простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- потереться друг об друга носами (эскимосская традиция).

2. Предложите группе образовать круг.

3. Один из участников начинает «круг знакомств»: выступает на середину и приветствует партнера, стоящего справа. Потом идет по часовой стрелке и поочередно приветствует всех членов группы.

4. Каждый раз участник должен приветствовать своего визави новым жестом. При этом он представляется, называя свое имя.

5. Во втором раунде в круг вступает другой участник, стоящий справа от первого, и так далее.

Примечания. Эта игра подходит для знакомства участников в поликультурных группах. В ходе нее поддерживается атмосфера толерантности, уважительное отношение друг к другу. Кроме того, участникам наверняка будет интересно по-разному знакомиться с людьми. В конце упражнения можно провести краткий обмен впечатлениями.

Добрый день, шалом, салют!

Участники представляются и приветствуют друг друга на разных языках (10 минут)

Материалы. Приготовьте для каждого участника карточку, где написано слово «здравствуйте» на разных языках. (Возможно, с помощью членов вашей группы вы расширите список слов-приветствий.) Если вы работаете с поликультурной группой, то впишите на карточку приветствия, «родные» для участников.

Приветствия

Италия: Bon giorno;

Швеция: Grüezi;

США: Hi;

Англия: Hello;

Германия: Guten Tag;

Испания: Buenos Dias;

Гавайи: Aloha;

Франция: Bonjours, Salut;

Малайзия: Selamat datang;

Россия: Здравствуй;

Чехия: Dobry den;

Польша: Dzièn;

Япония: Sayonara;

Израиль: Shalom;

Египет: Asalamu Aleikum;

Чероки (США): Schijou;

Финляндия: Hyvää päivää;

Дания: Goddag;

Турция: Merhaba.

1. Попросите участников начать игру, встав в круг.

2. Пройдите по кругу, держа в руках (или в шляпе) заготовленные карточки, и пусть каждый вытащит не глядя по одной.

3. Предложите членам группы прогуляться по комнате и при этом здороваться с каждым встречным: сначала поприветствовать его, затем назвать собственное имя.

3. В заключение предложите участникам кратко обменяться впечатлениями.

Примечание. Эта игра также очень подходит для поликультурных групп.

Поздоровайся локтями

Участники здороваются, соприкоснувшись локтями(10 минут)

Подготовка: отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно ходить по помещению.

1. Попросите участников встать в круг.

2. Предложите всем рассчитаться на один–четыре и сделать следующее:

- каждый «номер первый» складывает руки за головой, так чтобы локти были направлены в разные стороны;
- каждый «номер второй» упирается руками в бедра так, чтобы локти также были направлены вправо и влево;
- каждый «номер третий» кладет левую руку на левое бедро, правую руку – на правое колено, при этом руки согнуты, локти отведены в стороны;
- каждый «номер четвертый» держит сложенные крест-накрест руки на груди (локти смотрят в стороны).

3. Скажите участникам, что на выполнение задания им дается только пять минут. За это время они должны познакомиться с как можно большим числом членов группы, просто назвав свое имя и коснувшись друг друга локтями.

4. Через пять минут соберите участников в четыре подгруппы так, чтобы вместе оказались соответственно все первые, вторые, третьи и четвертые номера. Пусть участники поприветствуют друг друга внутри своей подгруппы.

Примечания. Эта смешная игра ломает привычные стереотипы приветствия и способствует установлению контакта между участниками.

Застольная беседа

Игровая ситуация: участники знакомятся и налаживают контакт в уютном воображаемом ресторане (30 минут)

Подготовка: отставьте в сторону стулья и столы, так, чтобы участники могли свободно ходить по помещению.

1. Воссоздайте дух застольной беседы, описав ресторан, известный своей приятной атмосферой и изысканной кухней. Участники пришли сюда поесть, познакомиться друг с другом, поговорить на различные темы.

2. Разрешите группе свободно двигаться по помещению. Затем, перевоплотитесь в «старшего кельнера» и крикните: «Столик на двоих!» Это означает, что каждый участник должен найти себе пару – того, кто стоит ближе всех. Партнеры представляются друг другу. Дайте им пару минут на обсуждение темы «Какую пищу я предпочитаю».

3. Теперь крикните: «Столик на четверых!» Сейчас каждая пара должна объединиться с какой-нибудь другой. Они называют свои имена и беседуют на следующую тему: «Чем я охотнее всего занимаюсь в свободное время».

4. Следующий этап игры – «Столик на восьмерых». Пусть все квартеты объединятся попарно. Участники знакомятся друг с другом и затем ведут беседу: «Место, которое я обязательно хотел бы посетить».

5. Дайте возможность группе собраться вместе для краткого обмена впечатлениями: «Что я узнал о других членах группы? Что было особенно интересным или неожиданным?»

Варианты. Другие интересные темы:

- Что я больше всего хотел бы делать в этой группе?
- Что я здесь больше всего хочу узнать?
- Цель, которую мы вместе, надо надеяться, достигнем.

Круг имен

Участники запоминают имена друг друга

Материал: Принесите с собой симпатичную плюшевую игрушку с забавным именем.

1. Группа вкруговую усаживается на стульях.

2. Начните игру, назвав свое имя. Кроме того, представьте игрушечную зверушку, например: «Эту очаровательную маленькую мышку зовут Чарли». Потом передайте мышку своему соседу слева. Он продолжает игру, указывая на вас и говоря, к примеру: «Это Иван Иванович. Это Чарли, а меня зовут... (имярек)». Игрушка передается по часовой стрелке, и каждый, к кому она попадает, прежде чем представиться самому, повторяет все названные имена, (а также имя игрушки).

3. Участник, чье имя было названо неверно, встает со своего стула. Он сможет снова сесть только тогда, когда имя будет произнесено правильно кем-нибудь из последующих игроков.

Примечание. Очень большую группу следует разделить на подгруппы по 12–16 человек.

Это мое имя

Участники поочередно называют свои имена и рассказывают о них

(20–30 минут)

1. Участники усаживаются в круг.

2. Предложите игроку, сидящему справа от вас, встать со стула и назвать как свое полное имя, так и имя, которым он хотел бы называться в группе. Затем выступающий должен сообщить что-нибудь о своем имени. Он может, например, попытаться ответить на такие вопросы:

- Что означает моя фамилия?
- Откуда моя семья?
- Нравится ли мне мое имя?

- Знаю ли я, кто его для меня выбрал?
- Знаю ли я, что означает мое имя?
- Хотел бы я, чтобы меня называли другим именем?
- Кто еще в семье носил это имя?

Каждый участник сам решает, что рассказать и как прокомментировать свой рассказ, однако выступающему необходимо уложиться в две минуты.

3. Закончив говорить, выступающий снова садится на свое место. Игра идет дальше по кругу против часовой стрелки.

Варианты:

- выступающий встает в центр круга;
- ведущий идет вместе с игроком по кругу и ведет разговор о его имени;
- выступающий выходит в круг и выбирает какого-нибудь участника, к которому он хотел бы обратиться, представившись и высказав ассоциации по поводу собственного имени.

Обмен местами

Два участника меняются местами. В ходе обмена они представляются и говорят друг другу что-нибудь приятное

(10 минут)

1. Группа усаживается в круг, ведущий в центре.
2. Ведущий спрашивает у любого участника, взглянув ему в глаза: «Можешь ли ты поменяться со мною местами?» Это предложение обязательно принимается.
3. Участник поднимается со своего места, идет навстречу ведущему. Приветственное рукопожатие, представление и какой-нибудь краткий позитивный комментарий, например «Меня зовут Иван Наймер, мне нравится твоя улыбка».
4. Ведущий занимает освободившийся стул участника, а тот как новый ведущий предлагает другому члену группы поменяться с ним местами. Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник хоть один раз не побывает ведущим.

Рукопожатие

Еще одна интересная возможность выучить имена других участников

(10–15 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно передвигаться по помещению.

1. Предложите участникам свободно ходить по комнате и приветствовать каждого встречного рукопожатием. В это время они должны произнести только свое имя. Проследите за тем, чтобы все участники подошли друг к другу.
2. Действие повторяется, но теперь каждый должен назвать своего партнера по имени. Если кто-то не может вспомнить имени другого, тот подсказывает.
3. Вы можете придать игре интересный дополнительный акцент, предложив группе образовать круг. Один из участников выходит на середину круга и обращается к кому-либо: «Саша, как меня зовут?» Тот, кто не может вспомнить имени, меняется местами с добровольцем в середине круга.

Имя и эпитет

Эта юмористическая игра – очередная возможность выучить имена всех участников и одновременно – неплохая самореклама

(15 минут)

1. Группа рассаживается по кругу.
2. Один из участников представляется остальным и подбирает по отношению к себе эпитет, выражающий нечто положительное. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, и по возможности содержать преувеличение, например магнетическая Магда, гениальный Геннадий, буйный Борис и т.д.
3. Второй выступающий сначала повторяет имя и эпитет, подобранный предыдущим участником, затем добавляет собственную комбинацию. Третий повторяет оба варианта и потом представляется сам. Так происходит и дальше по кругу. Последнему участнику тяжелее всех, однако он имеет больше шансов запомнить имена всех участников.

4. Лучше провести игру так, чтобы Вы оказались последним участником, ведь для Вас крайне важно знать всех членов группы по имени. Следовательно, игру должен начинать Ваш сосед справа или слева.

5. В конце игры предложите членам группы обменяться впечатлениями, ответив на вопросы:

- Какие эпитеты меня поразили?
- Какие имена мне было трудно запомнить?
- К кому я теперь испытываю интерес?

Представление

Каждый представляется сам и пытается запомнить имена всех членов группы. В конце игры участники отмечают особо запомнившиеся имена.

(30 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы можно было свободно передвигаться по помещению.

1. Пусть члены группы свободно ходят по комнате и пожмут руку как можно большему числу людей.
2. При каждом рукопожатии они должны представиться и сообщить что-нибудь важное о себе. Сообщение должно быть кратким. Одновременно нужно удерживать в памяти как можно больше имен членов группы.
3. Теперь предложите всем вернуться на свои места и записать те имена, которые они смогут вспомнить (за исключением имен, известных участникам ранее). На выполнение задания отводится не больше двух минут.
4. Попросите членов группы подчеркнуть три первых отмеченных имени. Имеют ли эти имена особое значение? Почему именно эти три имени пришли на ум первыми? Может быть, так звали людей, с которыми были связаны особенные воспоминания и чувства?
5. Попросите участников разбиться на пятерки и обменяться мнениями о значении первых трех имен, написанных на листах. На выполнение задания отводится пять–десять минут.
6. Соберите всю группу вместе и предложите обсудить следующие вопросы:

- Почему именно эти три имени первыми пришли мне на ум?
- Как я обычно запоминаю имя человека?
- Какие чувства и ассоциации помогают мне удерживать в памяти имена людей?
- Знаю ли я какие-нибудь особые приемы, позволяющие лучше запоминать имена?

Как я себя чувствую

Участники смогут раскрепоститься, вступить в контакт друг с другом. Одна из целей игры – сплочение группы

(20–30 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы можно было свободно передвигаться по помещению.

1. Попросите членов группы сесть по кругу.
2. Каждый участник по очереди выходит на середину круга и выполняет некое действие, выражающее его самочувствие в настоящий момент. Например, кто-то чувствует себя усталым. Тогда он может лечь на пол или понуро плестись через комнату. Одновременно нужно сообщить группе свое имя.

Затем все участники повторяют продемонстрированное действие (например, устало бродят по комнате) и при этом повторяют названное имя.

3. Когда «автор действия» посчитает, что уже достаточно «выразил себя», он кричит: «Стоп!», и остальные члены группы прекращают выполнение действия. Ведущий выбирает другого участника, кладет руку на его плечо, и этот человек продолжает игру.

4. Второй участник показывает новое действие, одновременно называя свое имя. Так продолжается до тех пор, пока все члены группы не выполнят задание.

Варианты. Вы можете сделать игру еще более непредсказуемой, введя дополнительное правило. Если кому-нибудь покажется, что действие затянулось, он может сам вмешаться, крикнуть «стоп!» и начать новое действие.

#### Выдуманные истории

Эта игра – приглашение пофантазировать. Каждый член группы придумывает героя, который будет носить его имя, и рассказывает его историю

(30 минут)

1. Предложите членам группы разбиться на пары.

2. Дайте парам пять минут для предварительного знакомства. Партнеры представляются по имени и обсуждают следующие вопросы:

- От кого я получил свое имя?
- Кто из моих знакомых (родных) носит то же имя?
- Есть ли мои тезки среди известных людей?
- Знаю ли я литературных или киногероев, носящих то же имя?
- Как мое имя влияет на мое поведение в жизни?

3. Теперь объясните членам группы само задание: каждый должен выдумать историю и рассказать ее своему партнеру. Герой истории носит имя рассказчика.

4. На каждую историю отводится пять минут. Партнер должен молча заинтересованно слушать историю и одновременно пытаться понять, каким человеком является рассказчик, как он воспринимает жизнь.

5. В течение пяти минут после завершения рассказа слушавший задает вопросы говорившему.

6. В конце игры все члены группы собираются вместе и садятся в круг. Каждый участник представляет своего партнера и пытается охарактеризовать его личность. Цель представления – не поведать еще раз уже рассказанную историю, а осветить личность партнера с разных, порой неожиданных, сторон.

#### Крестворд

Выполняя это упражнение, участники смогут проявить инициативу, организаторский талант и силу воображения, а заодно выучить имена друг друга

(10 минут)

Материал. Бумага и ручки.

1. Пусть каждый участник напишет на листе бумаги свое имя – печатными буквами, в середине листа и сверху вниз (перпендикулярно).

2. После этого члены группы начинают ходить по комнате и пытаются связать имена всех остальных с буквами собственного имени в виде крестворда. Участники, чьи имена очень коротки, могут написать свою фамилию. Ниже дан пример крестворда, где базовым было имя Екатерина.

Групповая сплоченность упражнения

3. Тот, кто за пять минут сумеет включить максимальное количество имен в свой крестворд, символически награждается группой: все становятся вокруг победителя и в течение десяти секунд с энтузиазмом аплодируют ему.

Имя как оракул (Именное послание?)

Игра задействует интуицию участников. В результате каждый сможет вынести из букв своего имени ценную информацию

(30 минут)

Материал. Бумага и ручки.

1. Участники усаживаются по кругу. Каждый пишет на листе бумаги свое имя. Если в имени слишком мало букв (например, Ия) или из них по каким-то причинам невозможно составить несколько новых слов (допустим, среди членов группы есть Анна или Петр), участник должен записать свою фамилию.

Составление новых слов из букв имени/фамилии – задание для разминки. Каждую букву можно использовать сколько угодно. С другой стороны, каждое новое слово необязательно должно состоять из всех имеющихся в имени/фамилии букв. Придуманные слова могут быть правильно написаны на каком-нибудь европейском языке или быть фантастическими словами воображаемого языка. На выполнение задания дается пять минут.

2. Спросите членов группы, сколько слов им удалось образовать. Пусть кто-нибудь из участников прочитает получившиеся слова. Этого достаточно для подготовки к замечательному эксперименту, который каждый проведет над своим именем. Для начала буквы имени (теперь фамилия не нужна) записываются в обратном порядке.

3. Каждая буква – это начало слова, которое участнику предстоит придумать и записать. Последовательно прочитанные, эти слова могут нести важную информацию: некое напутствие для носителя имени. Оно может содействовать тому, что жизнь данного человека примет удачный оборот, потечет счастливо и продуктивно. Как звучит это пожелание?

4. Кто полагает, что его имя содержит слишком мало букв, имеет возможность попросить дополнительную букву у одного члена группы. При этом нельзя требовать определенную букву, нужно принять ту букву, которую согласится «одолжить» другой участник. Когда все запросы относительно «дополнительных букв» будут исполнены, группа может приступить к работе. На выполнение задания отводится пять минут.

5. Теперь каждый участник называет себя, зачитывает группе свое перевернутое имя и получившееся напутствие.

Имя на ушко

Эта игра может быть не столь эффективной для заучивания имен, но зато она дает возможность быстро создать доверительную атмосферу в группе

(5 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы можно было свободно передвигаться по помещению.

1. Сначала участники ходят по комнате и приветствуют друг друга необычным способом: шепчут каждому встречному свое имя на ухо. Это нужно делать так, будто передается драгоценная тайна, о которой больше никто знать не должен. Предупредите игроков, что в один прекрасный момент они услышат звон колокольчика, и это будет сигналом: надо будет остановиться и ждать новых указаний.

2. Когда каждый игрок пообщается примерно с половиной участников, позвоните в колокольчик. Скажите, что теперь нужно снова ходить по помещению, но на этот раз сообщать на ухо партнеру его имя.

3. Забытое или неизвестное имя игрока не должно стать основанием для уклонения от встречи. Тот, кто не знает имени, шепчет другому на ухо: «Я хотел бы узнать, как тебя зовут». Игра заканчивается со звоном колокольчика.

Крик

Игра помогает раскрепостить голос и преодолеть часть приобретенных зажимов

(10 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно двигаться по помещению.

1. Участники свободно ходят по комнате по кругу. При этом они должны по возможности использовать все имеющееся в их распоряжении пространство. Каждый шепчет под нос свое имя. Объявите, что в течение игры вы будете звонить в колокольчик. Это будет сигналом замереть на месте и ожидать новых указаний.

2. Имена произносятся все громче и громче; участники движутся в ритме, задаваемом количеством слогов их имен. При этом должно двигаться все тело – руки, ноги, корпус, плечи, кисти, бедра.

3. По мере усиления голоса, движения становятся интенсивнее.

4. Предложите членам группы бежать по комнате, расставив руки в стороны, и кричать свои имена как можно громче.

5. Как только участники действительно закричат изо всех сил, остановите игру, позвонив в колокольчик.

6. Пусть члены группы продолжают движение молча. При этом «кричать» имена нужно только телом. (Это упражнение подходит всем импульсивным игрокам, им предоставляется возможность потренироваться в самообладании).

7. Теперь предложите членам группы следующие задания и вопросы:

· представь себе кого-нибудь, на кого ты таким образом прикрикиваешь;

· найди подходящий ритм своего движения;

· можешь ли ты «кричать» свое имя ритмично?

может быть, ты захочешь кричать не только свое имя, но и прибавить к нему пару других «слов»?

8. Еще раз остановите игру и предложите участникам сойтись в круг.

Варианты. Если у вас сложилось впечатление, что членам группы понравилась группа готова воспользоваться этой возможностью эта импровизация, можно предложить следующее: пусть игроки поочередно выходят в середину круга и исполняют танец, символизирующий их имена. Остальные члены группы «аккомпанируют», хлопая в едином ритме.

Я – это я!

Этот способ представления позволяет сделать акцент на самоутверждении. Участники подтверждают себе и миру, что они есть

(5 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы можно было свободно двигаться по помещению.

1. Предложите членам группы двигаться по комнате по кругу. Для начала каждый выбирает темп, который на данный момент кажется ему наиболее подходящим.

2. Теперь участники двигаются особым образом: они топают правой ногой, левой ногой, делают маленький прыжок.

3. Эти движения сопровождают следующую фразу: Я (притопывание правой ногой) – это (притопывание левой ногой) имярек (подпрыгивание на месте). На выполнение задания дается две минуты.

4. Соберите членов группы вместе.

5. Группа выстраивается в круг, вы становитесь в центре. Теперь все вместе повторяют то же действие в общем ритме, так чтобы возник резонанс. Сначала действие проходит с меньшей энергией и все произносят

ключевую фразу негромко. Потом интенсивность выполнения задания увеличивается. Когда действие, наконец, достигнет кульминации, остановите его.

Примечание. Упражнение удачно структурировано: сначала идет индивидуальное самоутверждение, когда же участники выполняют задание в кругу, совместное действие объединяет их.

#### Перевернутое имя

Почти всегда имя, прочитанное в обратном порядке, – это фантастическое слово, значение которого еще надо расшифровать

(45 минут)

1. Попросите членов группы поудобнее устроиться на стульях. Объявите, что следующее упражнение будет неожиданным и поможет им отдохнуть.
2. Помогите участникам расслабиться: «Закрой глаза... три раза глубоко вздохни... опусти плечи... освободи свои мысли ... расслабь ... руки ... ноги...»
3. Каждый должен сконцентрироваться на своем имени, мысленно перевернуть его и несколько раз проговорить про себя, чтобы привыкнуть к необычному звучанию.
4. Теперь все представляют себе, будто перевернутое имя – слово какого-то чужого языка, на котором говорят жители отдаленной страны или даже существа с другой планеты. Каждый воображает, будто в руках у него словарь этого экзотического языка.
5. Предложите участникам мысленно перелистывать этот словарь, до тех пор, пока в нем не найдется страница с их перевернутым именем. Может быть, перевод дан как текст или как картинка, или смысл слова объясняется каким-нибудь иным способом.
6. Тот, кто «перевел» свое слово, открывает глаза и спокойно ждет всех остальных.
7. Теперь участники поочередно называют свои настоящие и переставленные имена и за две минуты (это максимальное время) объясняют «перевод», который нашли в воображаемом словаре.

Примечание. Благодаря этому упражнению участники могут пересмотреть привычные перспективы и мысленные стереотипы. Эта перемена будет еще более интенсивной, если члены группы идентифицируют себя с этим перевернутым словом и описывают все в «я-перспективе»: «Я – большой каменный обломок, который отделился от горы и теперь лежит в зеленой долине...».

#### Телеграмма

Участники составляют телеграфное сообщение, используя свои инициалы

(30 минут)

Подготовка. Помещение должно быть достаточно большим, чтобы участники, объединившись в небольшие группы, могли оказаться на некотором расстоянии друг от друга. Каждой группе понадобится бумага и ручка.

1. Попросите игроков разбиться на подгруппы по шесть человек и выбрать «секретаря», который будет записывать нужную информацию.
2. Члены каждой подгруппы представляются друг другу по именам и фамилиям, и выбранный «секретарь» записывает начальные буквы всех имен и фамилий.
3. Каждая буква – это начало слова. Из всех слов нужно составить телеграфное сообщение. Члены подгруппы придумывают текст и решают, кто должен быть его адресатом.
4. Допустим, инициалы членов подгруппы выглядят так: Л.Б., У.Н., В.О., П.Н., З.Н., И.П. Тогда телеграмма может быть следующей: «Любимый босс, у нас все окей. Постарайтесь ничего здесь не испортить, пожалуйста». На всю работу отводится двадцать минут.



5. Теперь все подгруппы собираются вместе. Члены каждой команды называют свои имена и читают получившуюся телеграмму.

А ты кто?

С помощью этой игры имена запоминаются непосредственно и живо

(10 минут)

1. Попросите участников собраться в круг.

2. Найдите добровольца, который возьмет на себя роль «тренера памяти».

3. Кто-нибудь начинает игру, представляясь следующим образом: к имени прибавляется прилагательное, начинающееся с той же буквы. Например, «привет, я – замечательная Зина». Желательно, чтобы прилагательное по возможности характеризовало говорящего.

Потом игрок спрашивает любого члена группы (кроме непосредственных соседей справа и слева): «А ты кто?»

4. Тот отвечает: «Привет, замечательная Зина, я – обиженный Олег», обращается к следующему и спрашивает: «А ты кто?»

5. Третий участник говорит: «Привет, обиженный Олег, я – ласковая Лилия». И так продолжается дальше.

6. В игру включается «тренер памяти». Прежде чем говорящий задаст вопрос: «А ты кто?», «тренер» может указать на одного из ранее представленных игроков и спросить: «А это кто?». В этом случае вся группа должна ответить подобно греческому хору, провозгласив, например: «Это замечательная Зина».

7. Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не будет представлен и по меньшей мере один раз назван всей группой в общем хоре.

### Джаз

Мы сможем лучше оценить наши имена, если научимся воспринимать их ритм. В данной игре представление сочетается с ритмичным действием(15 минут)

1. Члены группы становятся в круг. Проведите краткую разминку, во время которой каждый сможет ритмично подвигаться. Вы задаете ритм в четыре такта, например хлопая в ладоши четыре раза или четырежды щелкнув пальцами, четырежды притопнув ногой, четырежды кивнув головой. Вы можете ритмично покачиваться всем телом. Игроки должны попытаться синхронно подключиться к вашему действию. Через некоторое время передайте функции ведущего какому-нибудь участнику (на выполнение задания отводится две-три минуты).

2. Вы можете показать группе, как импульс к движению заложен в имени как таковом. Начните работу со своего имени. Произнесите его громко и отчетливо и сопроводите каждый слог ритмичными жестами. Например, Иван Сергеевич может два раза топнуть ногой, когда произносит «И-ван» и четыре раза хлопнуть в ладоши на «Сер-ге-е-вич». Лиза Боденбург может дважды щелкнуть пальцам на «Ли-за» и рукой или плечом сделать три круговых движения, произнося «Бо-ден-бург».

3. Предложите игрокам дважды повторить ваше действие, называя ваше имя.

4. Когда члены группы поймут принцип игры, подобным образом может представиться ваш сосед слева. При этом вся группа дважды повторяет его имя и действие.

5. После того как каждый участник представится, начинается вторая часть игры. На этот раз круг идет слева направо. Первым выступает ваш сосед справа, но на этот раз он повторяет только свое движение, во время которого группа по возможности синхронно произносит его имя.

### Летающие имена

Это интересная игра, в которой тело помогает памяти выучить имена участников(15 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно двигаться по помещению. Кроме того, вам понадобится два-три маленьких мячика или мешочка с фасолью.

1. Попросите группу встать в круг.

2. Сначала участники перебрасывают друг другу один мяч. И каждый раз, тот, кто его ловит, произносит свое имя: «Я Карл», «Я Маша». Продолжайте играть до тех пор, пока каждый член группы не получит мяч, по крайней мере, по одному разу.

3. Во втором раунде участники должны называть имена тех, кому перебрасывают мяч («Внимание, Саша!»). Поймавший называет имя того, от кого к нему пришел мяч («Спасибо, Мария!»). Этот этап длится до тех пор, пока каждый не вступит в игру по меньшей мере один раз.

4. Теперь каждый бросает мяч тому, от кого он был получен в предыдущем раунде, называя его имя: «Внимание, Лена!» Примерно в середине раунда введите в игру второй мяч, который будет перебрасываться членами группы по тем же правилам параллельно с первым. Если в группе более двадцати участников, можно использовать три мяча.

2. 5. Через две-три минуты можно предложить игрокам начать ходить кругом по комнате и продолжать кидать мячи в том же порядке. Каждый должен внимательно следить за тем, от кого он получил мяч и кому должен его перебросить.

Поймай!

Эта игра развивает фантазию и помогает членам группы запомнить имена друг друга

(10 минут)

1. Участники становятся в круг, а вы объясняете правила игры. Вы сами начинаете игру с воображаемым мячом. Сложите руки так, будто держите небольшой мяч. Потом пару раз подбросьте этот «мяч» в воздух, чтобы каждый мог «увидеть» его величину и вес. Пустите воображаемый мяч по кругу, чтобы каждый участник тоже мог «почувствовать» его.

2. Теперь бросьте мяч кому-нибудь в кругу, прокричав при этом имя адресата: «Привет, Зина, поймай мой мяч!» Зина ловит воображаемый мяч и перебрасывает его другому члену группы, крикнув: «Привет, Петя, лови!» Когда каждый получит «мяч», можно переходить к следующему этапу игры.

3. Теперь участники свободно перебрасывают друг другу разные воображаемые предметы: яйцо, конфету, горячую картошку, помидор, яблоко, плитку шоколада и т.д. При этом, «выбирая» и «бросая» тот или иной объект, игроки бессознательно выражают свои чувства друг к другу.

Примечание. Следите за тем, чтобы движения при броске и ловле по возможности точно соответствовали выбранному предмету.

Волейбол

Это еще одна занимательная возможность удержать в памяти имена членов группы

(10 минут)

Подготовка. Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно передвигаться по помещению.

1. Разбейте группу на две команды.

2. Объясните, что сейчас обе команды проведут воображаемый волейбольный матч (сетка и мяч указаны условно). Чтобы наметить пару отправных точек, вы можете указать расположение сетки и игрового поля с помощью подходящих предметов.

3. Во время игры нельзя нарушать определенные правила. Когда «мяч перелетает через сетку», игрок должен выкрикнуть имя члена противоположной команды. Тогда названный игрок может или «отдать мяч» кому-нибудь из своей команды, выкрикнув соответствующее имя, или же «переслать» его обратно, назвав по имени кого-либо из противников. Так же, как и в волейболе, «мяч» должен перейти к другой стороне через два паса. И каждый раз должно быть названо имя адресата.

4. Возьмите на себя роль арбитра матча и займите место в соответствии с обычными волейбольными правилами.

Примечание. Следите за тем, чтобы члены группы играли как можно более достоверно.

Ахой!

В этой азартной игре участникам предоставляется прекрасная возможность закрепить в памяти имена друг друга

(10 минут)

1. Участники усаживаются на стульях в круг.

2. Вначале вы сами становитесь в середину круга. Выбираете одного из игроков и задаете ему вопрос: «Петя, кого из здесь присутствующих ты бы хотел видеть в качестве друга?» (нужно назвать имена двух человек).

3. Петя называет имена двух членов группы. (Оба соседа исключаются!) Эти игроки и оба соседа Пети меняются местами. При этом сам Петя остается сидеть на месте. Во время перемены мест ведущий в кругу также пытается занять освобождающийся стул. Другими словами, пять человек претендуют на четыре стула.

4. Другой вариант этой же игры. Ведущий кричит «Ахой!» Тогда каждый член группы должен найти себе новое место (на соседние стулья садиться нельзя!). В этом случае ведущий также пытается занять свободный стул.

5. Игру продолжает вести тот, кто не успел занять стул.

Удерживать полет

Каждый игрок громко произносит свое имя и удерживает обруч во вращении

(10 минут)

Материал: хула-хуп.

1. Группа собирается в круг; каждый игрок становится позади своего стула. Ведущий выходит с обручем на середину и начинает крутить его на руке.

2. Цель игры: хула-хуп должен всегда оставаться в воздухе. Один за другим все выходят на середину, чтобы поддержать вращение обруча. Тот, кто побывал в центре круга, садится на свой стул.

3. Каждый, кто вновь начинает крутить обруч, одновременно с этим громко произносит свое имя, а затем имя другого участника, который должен будет подхватить эстафету и не дать обручу упасть.

4. Когда каждый участник побывает в центре, не уронив обруча, и все снова сядут в круг, игра заканчивается, и все благодарят друг друга аплодисментами.

Примечания. Возможно, вы захотите кратко поговорить со своими участниками о смысле этого упражнения. Тогда можно, например, поразмышлять о том, что вращающийся обруч символизирует совместную работу. Все должны вносить в общее дело свой вклад, чтобы группа оставалась «в полете», и для этого каждому нужно быть внимательным и сконцентрированным.

Быть в центре

Эта игра может вызвать у членов группы сильные переживания

(10 минут)

1. Игроки встают в круг.

2. Спросите у членов группы, кто из них смог бы в течение некоторого времени быть в центре сосредоточенного внимания всех остальных.

3. Доброволец становится в центр.

4. Остальные члены группы садятся на корточки, держа руки за спиной. Потом все медленно вытягивают руки вперед и одновременно поднимаются. При этом они все время повторяют имя добровольца, стоящего в середине.

5. Затем члены группы поднимают руки вверх над головой и все ближе подходят к добровольцу в середине круга. Одновременно они все громче и громче произносят его имя.

6. Игроки подходят к человеку в середине круга так близко, как только могут. При этом касаться его нельзя.

7. Игра заканчивается, когда все участники побывают в середине круга.

Тост за группу

Это старый английский ритуал, в котором называются все имена; он превратился в интересную игру – диалог между группой-хором и отдельным участником

(5 минут)

1. Участники становятся в круг..

2. Ведущий выходит в середину круга и громко произносит свое имя: «Я – Катя Иванова». Игроки хором говорят: «Это наша хозяйка. Если она не справится...» В этот момент игрок, стоявший в круге слева от ведущего до того как тот вышел в центр, должен сделать шаг вперед и громко и отчетливо произнести свое имя со следующими словами: «...тогда это сможет Дания Данилов». При этих словах ведущий возвращается в круг, а Дания Данилов занимает его место в центре. Группа говорит: «Это наш хозяин. Если он не справится...» В этот момент шаг вперед делает игрок, находившийся слева от Дании Данилова, пока тот стоял в кругу вместе со всеми, и говорит : «тогда это может... Светлана Славина».

3. Когда участники усвоят эти правила, начните ритмично хлопать в ладоши и предложите группе поддержать Вас. Назовите свое имя.

4. После того как все участники побывают в центре круга, игра заканчивается. Провозгласите тост за группу. Пусть участники поаплодируют друг другу.

Темп!

Это очень динамичная игра, которая наверняка понравится членам группы

(10 минут)

Подготовка. Отодвиньте столы и стулья, чтобы члены группы могли усесться на полу. Кроме того, вам понадобится «хлопушка» (это может быть газета, свернутая в трубочку).

1. Группа усаживается на полу тесным кругом.

2. Участники вытягивают вперед ноги, так что их ступни образуют второй маленький круг в центре. Один игрок садится в середину этого маленького круга и берет свернутую газету. Иногда уместно, чтобы игра начиналась с ведущего.

3. Каждый участник называет свое имя. Ведущий, сидя в центре, выкрикивает имя любого члена группы. И сразу же вслед за этим он пытается хлопнуть по ногам того участника, чье имя было произнесено, прежде чем этот игрок сам выкрикнет следующее имя. Если названный участник замешкался и его успели хлопнуть по ноге до того, как он выкрикнул имя другого члена группы, он становится ведущим.

4. Ведущим становится и тот, кто отдернет ступни, даже если его имя не называлось, или выкрикнет имя, которого в группе нет.

5. Пока игроки в круге не ошибаются или достаточно быстро реагируют, ведущий остается на своем месте.

Примечание. В процессе игры обращайтесь особое внимание на уровень энергии в Вашей группе. Одни группы охотно играют достаточно долго, в других уже через пять минут происходит явное снижение скорости реакции.

Опустить занавес

Это необыкновенно динамичная игра с именами. Группа не должна быть маленькой; оптимальное число участников - 15–20 человек

(20 минут)

Подготовка: отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно двигаться по помещению. Кроме того, вам понадобится занавес (это может быть шерстяное покрывало или большой непрозрачный кусок полотна).

1. Группа делится на две команды. Вы держите занавес вместе с одним из игроков. Команды садятся на полу по обе стороны занавеса. Важно проследить, чтобы никто из игроков не мог видеть противоположную сторону.

2. Каждая команда выбирает участника, который становится вплотную к занавесу, глядя на него. При этом называть имя выбранного члена группы нельзя (придется воспользоваться мимикой и жестами!).
3. Вы или ваш помощник громко считаете «раз, два, три!» и роняете занавес на пол. Оба выбранных игрока, которые теперь оказываются нос к носу, пытаются как можно быстрее выкрикнуть имя противника. При этом сами команды не должны помогать им: это поединок «один на один».
4. Тот, кто первый назвал имя оппонента, забирает этого игрока в свою команду.
5. В игре побеждает команда, собравшая всех игроков на своей стороне. Это, конечно, случается сравнительно редко. Поэтому полезно определить время игры, после которого выигравшей объявляется команда с большим количеством игроков.

Примечание: Иногда ведущий должен напомнить о том, что не стоит всерьез относиться к этому соревнованию. Это игра–шутка, средство запоминания имен. Но, конечно, борьба за первенство придает особый интерес этой игре. Учтите, что некоторые участники при случае будут ставить под сомнение Ваши решения: «Нет, я выкрикнул «Кирилл» раньше, чем он смог назвать мое имя!» Найдите убедительные аргументы в пользу своего решения.

Варианты. Если участники достаточно хорошо знают друг друга, можно усложнить игру следующим образом. Пусть выбранные участники становятся спиной к занавесу. Теперь, когда занавес упадет, они не смогут увидеть друг друга. В этом случае понадобится помощь членов команды, которые должны будут описать оппонента, не называя его по имени. Может быть, они скажут следующее: «Это мужчина примерно тридцати лет, с бородой, в очках» и т.д. Иногда необходимо напомнить членам группы, что они должны давать позитивное описание и не высмеивать оппонента.

· Этот вариант особенно полезен для групп, в которых есть люди разных национальностей или с другими особенностями, если они в состоянии эти различия описать положительно.

Кто это?

Игра помогает закрепить в памяти уже известные имена членов группы

(10 минут)

1. Члены группы садятся в круг. Каждый участник называет свое имя. Затем предложите игрокам как следует рассмотреть всех членов группы и запомнить, как они выглядят.
2. Один игрок выходит из круга и становится спиной к группе.
3. Кто-нибудь из членов группы начинает описывать выбранного участника: «Рост этого человека приблизительно метр семьдесят... у него черные полуботинки на высокой платформе... сидя на стуле, он держится очень прямо...». (Описание может быть произвольным по форме и по содержанию.)
4. Игрок, стоящий спиной к группе, пытается догадаться, о ком идет речь. Если это удалось, то ведущим становится именно этот человек.