

Общая характеристика	Ход упражнения
<p>Время: 10 минут</p> <p>Материалы: Бумага и ручка по количеству участников.</p> <p>Рекомендации: Вы также можете на базе имени сделать кроссворд с информацией о себе, но среди верной информации, загадать одну ложную. Человек, с которым Вы знакомитесь, должен отгадать, что же ложно.</p>	<p align="center">Кроссворд</p> <p>Пусть каждый участник напишет на бумаге свое имя печатными буквами – в середине листа и сверху вниз (вертикально). После этого члены группы начинают ходить по комнате, знакомятся с другими и пытаются связать их имена с буквами собственного имени в виде кроссворда. Участник, чьи имена очень коротки, могут написать свою фамилию. Ниже дан пример кроссворда, где базовым было имя Ирина.</p> <p align="center"> К И Р И Л Л И Р И Н А Т И М О Ф Е Й К О Н Д Р А Т А Н Н А </p> <p>Тот, кто за 5 минут сумеет включить максимальное количество имен в свой кроссворд, символически награждается группа: все становятся вокруг победителя и в течение 10 секунд с энтузиазмом аплодируют ему.</p>
<p>Время: 15 минут</p> <p>Цель: Это интересная игра, в которой тело помогает памяти выучить имена участников</p> <p>Материалы и Рекомендации: Отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно двигаться по помещению. Кроме того, Вам понадобятся два-три маленьких мячика</p>	<p align="center">Летающие имена</p> <p>Попросите группу стать в круг. 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. Во втором раунде участники должны называть имена тех, кому перебрасывают мяч («Внимание, Саша!»). Поймавший называет имя того, от кого к нему прилетел мяч («Спасибо, Мария!»). Этот этап длится до тех пор, пока каждый не вступит в игру, по меньшей мере, один раз. Теперь каждый бросает мяч тому, от кого он был получен в предыдущем раунде, называет 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.</p>
<p>Время: 30 минут</p> <p>Материалы и Рекомендации: Большое помещение. Бумага и ручка.</p>	<p align="center">Телеграмма</p> <p>Попросите игроков разбиться на подгруппы по 6 человек и решить, кто будет записывать нужную информацию. Члены каждой подгруппы представляют друг другу по именам и фамилиям, записывая начальные буквы всех имен и фамилий. Каждая буква – это начало слова. Их всех слов нужно составить телеграфное сообщение. Члены подгруппы придумывают текст и решают, кто должен быть его адресатом. На всю работу отводиться 20 минут. Теперь все подгруппы собираются вместе. Члены каждой команды называют свои имена и читают получившуюся телеграмму.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Материалы и Рекомендации: Свободное пространство</p> <p>Цель: Можно использовать как нетипичный вид знакомства и как разогревающее упражнение в группе.</p>	<p align="center">Поздоровайся локтями</p> <p>Попросите участника встать в круг. Предложите всем расчитаться на «один-четыре» и сделать следующее: каждый «номер первый» складывается руки за головой, так чтобы локти были направлены в разные стороны; каждый «номер второй» упирается 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.</p>
<p>Время: 20 минут</p> <p>Материалы и Рекомендации: Свободное пространство и</p>	<p align="center">Опустить занавес.</p> <p>Группа делится на две команды. Вы держите занавес вместе с одним из игроков. Команды садятся на полу по обе стороны занавеса, не видя противоположную сторону. Каждая команда выбирает участника, который</p>

<p>занавес (это может быть шерстяное покрывало или большой непрозрачный кусок полотна). Оптимальное число участников – пятнадцать-двадцать человек</p>	<p>становится лицом к занавесу, вплотную к нему, так чтоб его имени не слышали соперники. Вы громко считаете «раз, два, три!» и роняете занавес на пол. Оба выбранных игрока, оказываются нос к носу, должны как можно быстрее выкрикнуть имя противника. При этом сами команды не могут помогать им. Тот, кто первый назвал имя оппонента, забирает этого игрока в свою команду. В игре побеждает команда, собравшая всех игроков на своей стороне или же команда с большим количеством игроков.</p>
<p>Время: 15 минут</p> <p>Материалы: Коробка, карточки по 2 на человека.</p> <p>Рекомендации: Это упражнение лучше проводить после игры на знакомство, как закрепляющее.</p>	<p style="text-align: center;">Карточные охотники</p> <p>Раздайте каждому участнику две карточки. Попросите написать на первой из них, пять своих характеристик, а на другой свое имя. Характеристики могут включать в себя описание внешности и личностные качества. Соберите все карточки с характеристиками в одну коробку, размешайте и раздайте их участникам, наблюдая, чтоб никому не попалась собственная карточка. Дайте ребятам 5-7 минут на поиск человека, подходящего под полученное описание. Они могут ходить в это время по комнате, но ни в коем случае ни разговаривать. По окончании времени, попросите их написать на карточке имя человека, который подходит под эти определения. Иницируйте каждого, поделитесь своим результатом. Сколько человек отгадали правильно?</p>
<p>Время: 15- 20 минут</p> <p>Материалы: По пять бумажных цветных мини карточек на каждого участника, скотч.</p> <p>Цель: Знакомство и объединение группы. Создание командного духа.</p> <p>Рекомендации: Повесьте цепочку в холле, как постоянное напоминание участникам о плюсах работы в команде.</p>	<p style="text-align: center;">Скованы одной цепью.</p> <p>Начните с вопроса участникам «В чем они хороши, что им удастся лучше всего?» После небольшой дискуссии о талантах каждого, раздайте пять небольших цветных полосок, и попросите записать каждый свой талант на отдельной бумажной полоске. Далее попросите соединить каждого участника свои пять полосок в единую цепочку, как только группа закончат с этим, используйте скотч для создания одной большой групповой цепочки. Ребята стоят и держат растущую цепь, пока Вы соединяете все кусочки в единое целое. Как только создание групповой цепи будет окончено, перейдите к дискуссии и спросите, что эта цепь демонстрирует, например, у всех участников есть свои таланты и все они в чем-то профи; вместе у них много талантов и если они будут работать сплоченно, они могут достигнуть многого и т.д.</p>
<p>Время: 30 минут</p> <p>Материалы: Пачка старых журналов, клей, ножницы, проектор или сильный фонарик. Затемненное помещение с верхним светом.</p> <p>Рекомендации: силуэты создадут ощущение домашнего пространства.</p>	<p style="text-align: center;">Силуэты.</p> <p>Наберите старых журналов и предложите участникам поискать в них картинки, слова или нечто другое, что они могли бы использовать при описании себя. Далее включите проектор, фонарик, чтобы создать силуэт каждого участника. Участники по очереди садятся перед источником света, в это время Вы или Ваш ассистент обводят силуэт на бумаге 25 на 40 см, прикрепленной к стене. Участники вырезают свои силуэты, заполняют их коллажом из картинок и слов, выражающих их идентичность; и делятся с группой созданным профайлом, раскрывая, почему они выбрали именно эти элементы для своего коллажа.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Цель: нетипичный вид знакомства и разогревающее упражнение</p> <p>Материалы Шарики, один на участника; подготовленные листочки с вопросами</p>	<p style="text-align: center;">Шаровой вопросник.</p> <p>Перед занятием составьте список вопросов, помогающих, лучше узнать друг друга на и запишите каждый на клочок бумаги. Вы можете повторять некоторые из них. Скатайте бумагу, вложите ее в шарик и надуйте шарик. В начале занятия дайте каждому участнику по шару и предложите им лопнуть шары друг друга. Участник с лопнувшим шаром отвечает на вопрос.</p>
<p>Время: 20 минут</p>	<p style="text-align: center;">Факт или выдумка.</p> <p>Предложите участникам создать внутренний и внешний круг, наподобие</p>

<p>Цель: Можно использовать как нетипичный вид знакомства и как разогревающее упражнение в группе.</p> <p>Материалы и Рекомендации: Свободное пространство и ручки с листами для записи</p>	<p>карусели. Проследите, чтоб у каждого игрока была напарник\ напарница и разместите их по периметру комнаты, для комфортного пространства между говорящими парами. Попросите их в течение минуты поделиться своими биографиями. В то время когда один из них говорит, другой делает записи. После двухминутного общения, внутренний круг передвигается по часовой стрелке к новому партнеру из внешнего круга и действие повторяется. Внешний круг остается на месте. Когда у всех участников карусели, миссия знакомства выполнена, предложите каждому поделиться фактами и мифами о себе с группой. Остальные сверяясь с записями должны отгадать, что здесь миф, а что правда.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Материалы: Ручки и листочки с формой будущего произведения</p> <p>Рекомендации: Этот прием можно использовать в начале и по окончании работы с группой. Что будет любопытно Вам и участникам, сравнить, есть ли какие-то изменения в их ответах.</p>	<p style="text-align: center;">Общество поэтов.</p> <p>Предложите участникам использовать форму ниже, для создания стихотворенья, в точности описывающего их:</p> <p>Имя _____</p> <p>Название стихотворенья _____ Я никогда _____</p> <p>И никогда я _____</p> <p>я всегда _____</p>
<p>Время: 25 минут</p> <p>Цель: Знакомства от противоположного. Развитие критического мышления. Четко очертите время и территорию на поиск</p>	<p style="text-align: center;">Я не ЭТО.</p> <p>Предложите участникам Вашей группы в течение 7-10 минут, найти что-то абсолютно противоположное им самим в здание или на улице. Когда участники вернутся с этими предметами, попросите описать каждого, почему этот предмет не такой как он\ она. Это может относиться как к внешним характеристикам персоны, так и к более глубинным чертам личности.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Материалы: Стулья по кругу, на один меньше, чем участников, музыка</p> <p>Цели: Создание условия для командной работы. Возможность расслабить группу и переключиться.</p>	<p style="text-align: center;">Кооператив Музыкальных стульев Это</p> <p>Вам знакомо по детсаду, когда Вы бегали под музыку вокруг стульев и при выключении музыки должны были найти свой стул, кто не находил, тот выбывал. Когда музыка останавливается, участники должны сесть на стулья, но участник без стула не выходит из игры, кто-то из сидящих, делит с ним место. Убирается еще стул, опять звучит музыка, теперь двоим оставшимся без места, помогают пристроиться. Вы можете продолжать убирать стулья, пока вся группа не поместится на минимуме стульев.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Материалы: повязка для глаз</p>	<p style="text-align: center;">Бип</p> <p>Группа сидит по кругу. Одному из добровольцев завязывают глаза, поворачивая несколько раз на 360 градусов, затем ведущий усаживает его к одному из сидящих на колени. Задача добровольца – угадать к кому он сел. Для этого сидящий должен сказать «Бип», желательно «не своим голосом», чтоб его не узнали. Щупать руками нельзя. Если водящий угадал на чьих коленях он сидит, тогда тот, кто говорил, становится на его место, а предыдущий садится.</p>
<p>Время: 10-15 минут</p> <p>Цель: формирование команды, пробуждение фантазии.</p> <p>Рекомендации: настройка оркестра, шумы в помещении, где</p>	<p style="text-align: center;">Гамбург ночью.</p> <p>Пожалуйста, образуйте группы по 6 человек в каждой. У вас есть 2 минуты, чтобы изобразить звуковой портрет известного города: вы должны производить шумы, звуки и шорохи, которые можно услышать в ночном Гамбурге. Вы можете задействовать не только свой голос, но и тело, чтобы производить одновременно несколько звуков. Через 2 минуты все мы собираемся здесь. И тогда каждая команда покажет, каков Гамбург ночью.</p>

<p>работают только роботы, шумы ярмарки.</p>	<p>А потом все они делают это одновременно. Это создаст впечатляющую картину ночной жизни города.</p>
<p>Время: 7 минут Рекомендации: В помещении или на море, начертив линию, за которую одна команда должна вытолкать другую.</p>	<p style="text-align: center;">Силачи.</p> <p>Участники делятся на две команды. Встают друг напротив друга. По знаку ведущего, команды встречаются в центре и упираются друг в друга ладонями. Нужно сместить партнера к стене или за линию. Резких толчков делать категорически не следуют.</p>
<p>Время: 5 минут.</p> <p>Цель: Формирование группового переживания и создание чувства уверенности в себя.</p>	<p style="text-align: center;">Битва гигантов.</p> <p>В этой игре группу необходимо разделить на 2 части. Одна часть собирается у окна, другая – у двери. Каждая группа выбирает для себя какой-нибудь гласный звук, причём они не должны совпадать. Этот звук будет вашим оружием, при помощи которого вы можете победить соперника. Подумайте, какой звук вы для этого будете использовать. Когда вы начнёте свою акустическую битву, вы должны держаться вместе и издавать только тот звук, который вы выбрали. Пожалуйста, сначала придайте своему голосу мягкость, поэкспериментируйте с громкостью. При этом определите сами для себя индивидуальные границы громкости, чтобы вам не перенапрячь горло. Теперь вы можете выступить друг против друга. Ваш бой будет длиться ровно минуту. Сейчас я подам сигнал «начала битвы», а ровно через 60 секунд встану между вами с распростертыми руками. Это будет сигналом к мгновенной тишине.</p>
<p>Время: 10-15 минут. Цель: снятие дистанционных барьеров.</p>	<p style="text-align: center;">Мостик.</p> <p>На полу рисуется мостик во всю длину комнаты шириной около 20 см. На этом мостике выстраивается одна команда друг за другом с интервалом около метра. Каждый участник второй команды должен пройти через мостик, разминувшись с участником первой команды. Если кто-то оступится, в независимости от того. В какой он команде, вся команда начинает прохождение мостика сначала. Затем команды меняются местами.</p>
<p>Время: 10 минут. Цель: Работа на кооперацию и хорошая подготовка к работе в парах или малых группах. Рекомендации: Это упражнение требует высокой концентрации от обоих партнеров.</p>	<p style="text-align: center;">Гипнотические руки.</p> <p>Выберите себе партнёра и встаньте друг напротив друга. Расставьте руки и держите их на высоте плеч ладонями вперёд. Теперь найдите оптимальное расстояние между вами, чтобы ваши ладони располагались как можно ближе, но не касались друг друга. Один из вас будет сейчас ведущим, у него – « гипнотические руки ». Когда ведущий что-то делает руками, его партнёр должен как можно точнее повторять за ним его движения всем телом – как в зеркале. Ведущий должен следить за тем, чтобы его ладони всегда смотрели вперёд, и так же за тем, чтобы его руки двигались в приемлемом для партнёра темпе. Пожалуйста, не перемещайтесь при этом по комнате, оставайтесь на своих местах, (через одну-две минуты участники меняются ролями).</p>
<p>Время: 10 минут. Рекомендации: Большое пространство. Время «битвы» должно быть ограниченным. Интенсивная двигательная активность снимает нервное напряжение и усталость. Это создает тесный контакт между «дуэлянтами» и дает им</p>	<p style="text-align: center;">Ирландская дуэль.</p> <p>Выберите, пожалуйста, себе партнёра. Я хочу предложить вам игру под названием «Ирландская дуэль». Вы должны встать друг напротив друга так, чтобы около вас было достаточно свободного пространства, и вы могли бы во время игры двигаться друг вокруг друга. Пожалуйста, положите левую руку себе на спину на уровне крестца, ладонью наружу. Эта ладонь – ваше уязвимое место, ваша Ахиллесова пята. Правую руку вытяните указательным пальцем вперёд – это будет ваш ирландский меч. Ваша задача – дотронуться вытянутым указательным пальцем до открытой ладони партнёра, одновременно не давая ему задеть ваше «уязвимое место». Во время этой дуэли вы не имеете право</p>

<p>возможность открыть в друг друга что-нибудь новое.</p>	<p>удерживать партнёра. Так как ирландцы - очень мирный народ, то дуэль будет длиться всего минуту.</p>
<p>Превращаемся в числа. Время: 5-7 минут Цель: создание атмосферы сосредоточенности в группе, тренировка малозадействуемых в обычной жизни мышцы и хорошая подготовка для последующего сотрудничества.</p>	<p>Для этой игры распределитесь по комнате так, чтобы каждый участник отстоял от ближайшего соседа не менее чем на расстояние вытянутой руки. Я называю Вам любые числа – от 0 до 9. При этом вы должны будете телесно изобразить названное число. Вы можете задействовать все части своего тела – ноги и ступни, руки и кисти, туловище и голову. Не важно, как это будет выглядеть, гораздо важнее, чтобы внимательный сторонний наблюдатель смог узнать изображаемое число. Вы можете изобразить его как хотите – стоя или сидя, а если захотите, можете лечь на пол. (90 секунд) Теперь найдите себе пару, чтобы вы вместе могли изобразить двузначное число. Я назову вам некоторые из них. (90 секунд).</p>
<p>Время: 15 минут Цель: Сокращения дистанции. Сам процесс - это метафора учения. Тот, кто хочет учиться, должен стать совсем маленьким и протискиваться через невидимые норы, пока не увидит свет в конце тоннеля.</p>	<p>Саламандра в пещере. Разбейтесь, пожалуйста, на команды по 8 человек. Один из вас будет Саламандрой, а все остальные должны образовать из своих тел Пещеру: вы можете встать, широко расставив ноги; или каждый может образовать из своего тела перевернутую букву «U» - руки перед собой на полу слегка согнуты. Другими словами, вы должны принять такие позы, чтобы вместе создать пространство, в которое сможет проползти Саламандра. Желательно, чтобы образуемая полость была с множеством ходов. Теперь Саламандра должна вползти в эту Пещеру.</p>
<p>Время: 5 минут Материалы: портфель Рекомендации: Совершенно не обязательно, чтобы портфель побывал у всех участников группы. Цель: стимулирование креативности и любознательности, создание атмосферы разрядки.</p>	<p>Голубь в портфеле. Для этой игры я прошу кого-нибудь одолжить мне пустой портфель. Сейчас я передам этот портфель одному из вас и задам ему весьма неожиданный вопрос. Получивший портфель должен очень быстро придумать остроумный и оригинальный ответ, после чего должен передать портфель другому члену группы, задав ему новый вопрос. Этот новый вопрос должен отличаться от моего, но не слишком, то есть фактически он должен быть его вариантом. Например, я передаю портфель Ване и спрашиваю его: «Почему ты держишь голубя в портфеле?». Ваня быстро отвечает мне и передаёт портфель Саше, спросив его: «Почему у тебя в портфеле молоток?». Вы все поняли? Тогда я даю портфель Ване со словами: «почему ты держишь голубя в портфеле?». (В зависимости от того, к кому вы сейчас обращаетесь, задумывается вопрос, обладающий для него особым смыслом.</p>
<p>Время: 10 минут Рекомендации: Эта игра особенно хороша после длительной индивидуальной сидячей работы, так как она вынуждает участников переключать внимание на других членов группы. Каждый живо ощущает, что он является членом команды.</p>	<p>Французский телефон. Разбейтесь на группы по 8 человек. Пусть каждая группа образует круг, в котором все участники стоят лицом к центру, примерно на расстоянии полутора метров друг от друга. Основная суть её в умении внимательно наблюдать. Каждый наблюдает за человеком, стоящим от него третьим слева. Этот человек – образец для вас. Если он что-то делает, то вы делаете всё то же самое, но в более выраженной форме. Например, если вы видите, что он покачивается из стороны в сторону, то вы тоже должны начать раскачиваться, но более интенсивно чем он. Пожалуйста, не говорите при этом ни слова. Дождитесь момента, когда каждый из стоящих в кругу будет совершать какие-то явные, очевидно наблюдаемые движения. Обычно на это уходит от 2 до 6 минут.</p>
<p>Время: 10 минут Материалы: Для этой игры вам необходимы реквизиты. Могут подойти</p>	<p>Мозоли Игра в паре. Каждой паре понадобится пара мозолей, роль которых может выполнить что-нибудь, что легко опрокидывается, если его задеть ногой. Поставьте свою мозоль между вами и схватите друг друга за руки. Суть</p>

<p>игрушечные кегли, пустые баночки из под йогурта и т.д.</p> <p>Рекомендации: Не нужно лишний раз подчёркивать момент конкуренции. Обратите внимание, скорее, на то удовольствие, которое мы можем получить, меряясь с другими силой.</p>	<p>этой игры в том, чтобы вынудить партнёра задеть ногами стоящий между вами предмет и опрокинуть его. При этом важно, чтоб вы держались за руки и не в коем случае не отпускали рук – это не только помогает сдвинуть партнёра, но и даёт ему надёжную опору, предохраняя от падения. Борьбу вокруг мозолей можно сопровождать очень простыми словами, чтобы поддержать себя и продемонстрировать партнёру границы дозволенного. Один из вас может выбрать слово «да» и произносить его по-разному, в этом случае другому партнёру остаётся слово «нет», которое он также может произносить по-разному. (Сыграйте в эту игру пару раз, каждый раз меняя партнёра.)</p>
<p>Время: 15 минут</p> <p>Цель: Постепенное достижение группой того уровня понимания и формулирования целей, ожиданий и обратной связи. Здесь ценится только их собственное мнение, и никакой ответной реакции со стороны фасилитаторов не будет.</p> <p>Рекомендации: Это упражнение может использоваться в качестве упражнения оценки (1) или для усиления аргументов перед дебатами (2).</p>	<p style="text-align: center;">В Кафе</p> <p>1. Упражнение-оценка. Участники делятся на пары. Задание - инсценировать следующую ситуацию: Ты встретил хорошего друга в кафе сразу после семинара который был продолжительным и только что закончился. Что ты скажешь? Как он прошел? Чему ты научился? Почему этот семинар тебе очень понравился? Друг относится немного критично, сомневается и любопытствует. Разговор продолжается в течение 2-3 минут, затем поменяйте их ролями и новый разговор длится еще 2-3 минуты. Фасилитатор должен обратить внимание участников на то, что эта ролевая игра не будет больше инсценироваться для остальных участников группы.</p> <p>2. Подготовка к дебатам. Таким же образом, после определения темы дебатов, участники имитируют разговор за чашкой кофе в кафе. Один из них, играя, представляет очень скептическое отношение, задавая соответствующие вопросы. Через 5-8 минут они меняются ролями.</p>
<p>Время: 5-8 минут</p> <p>Цель: развитие воображения и импровизации, а также для создания непринужденной атмосферы. Участники чувствуют, что им было уделено внимание, и если это упражнение используется, как заключительное, то сессия заканчивается приятным чувством, подаренным участниками друг другу.</p>	<p style="text-align: center;">Приятный подарок</p> <p>Все участники становятся в круг. Если вы используете это упражнение, как игру на имена, которые участники не знают, то они должны спросить у того, кто слева. Каждый должен обдумать, какой бы подарок он хотел бы подарить человеку слева. Это должен быть хороший подарок, который был бы по достоинству оценен получающим. Каждый участник, в свою очередь поворачивается к человеку слева. Он говорит его/ее имя и показывает жестами подарок, который хочет подарить и показывает, как он его вручает. Например: "Женя", (Показывает, как гладит и играет с котенком) " Я бы хотел подарить тебе этого котенка!" Получающий должен «получить» подарок и показать, что он очень рад и при этом сказать что-нибудь приятное о подарке.</p>
<p>Время: 10 минут</p> <p>Цель: Создание доверительной атмосферы, нестандартного окончания дня.</p> <p>Рекомендации: Будьте креативны! Ваше воображение – это единственное ограничение тому, на каких подарках Вы</p>	<p style="text-align: center;">Подарок за подарок</p> <p>Хорошо для конца семинара. Участники собираются в пары, и цель упражнения является дарить подарки, быстрее и больше, чем партнер, чем провоцировать его на ответные шаги. Один человек может начать например, с таких слов: «Мне очень понравилось то, как мы вместе сегодня провели время, поэтому мне бы хотелось угостить тебя яблоком!». Другой участник может ответить примерно так: «О, спасибо! В это время года яблоки очень хороши! Мне тоже очень понравилось проводить с тобой сегодня время. Поэтому мне бы очень хотелось преподнести тебе яблочный пирог!». «Это так замечательно с твоей стороны! Поэтому мне бы хотелось</p>

остановитесь в конце.	пригласить тебя на обед, и мы съедем яблочный пирог на десерт». «Это чудесно! Я так голоден! Я принесу хороший фильм, и мы после обеда его вместе посмотрим!» - «Это было бы великолепно! У меня весь вечер свободный! В таком случае мне бы хотелось подарить тебе DVD плеер, тогда мы сможем брати напрокат фильмы на DVD!» и т.д. и т.п.
Время: 3 минуты Рекомендации: Большое помещение и дистанция между участниками, чтоб не набить шишек припрыжке. Это упражнение вполне достаточно подходит для больших групп.	<p style="text-align: center;">Большой прыжок.</p> <p>Все становятся в круг с закрытыми глазами и, не трогая друг друга. Участникам предупреждены, что, когда тренер дает сигнал, все делают большой прыжок в центр круга. Участникам нельзя разговаривать или шуметь. Объясните, что очень важно, чтобы каждый дождался, пока не будет полной тишины, так что каждый мог почувствовать других стоящих близко к нему/ней. Возможно, вам понадобится попробовать это пару раз, и в конце все всегда справляются.</p>
Время: 15 минут Эта форма оценки подходит тогда, когда, участники довольно хорошо узнали друг друга. Если вы уверены, что у всех найдется что-нибудь хорошее написать на спинах друг друга, то проводите.	<p style="text-align: center;">Спинолист.</p> <p>Каждому участнику прикрепляется лист бумаги к спине и дается ручка. Теперь каждый ходит и пишет всякие положительные качества на спинах друг друга: комплименты, достижения дня и т.д. Через несколько минут один снимает лист бумаги и читает, что там написано. Варианты действий после того, как участники увидели листы. - Участники вслух читают комплементы, которые они получили. - Каждый участник берет конверт и пишет на нем свое имя и адрес так, что теперь они могут получить листы с комплементами по почте.</p>
Время: 5 минут Цель: Создание доверительной атмосферы, нестандартного окончания дня.	<p style="text-align: center;">Группа - ХЛОП.</p> <p>Попросите участников закрыть глаза и начать хлопать свой собственный ритм и в своем темпе. Они должны стараться все вместе установить одинаковый для всех ритм и темп. Когда вся группа начнет хлопать в одном и том же ритме и темпе, тогда они должны открыть глаза и «неорганизованно» похлопать друг другу.</p>
Время: 5 минут Цель: Создание доверительной атмосферы, нестандартного окончания дня.	<p style="text-align: center;">Техасские объятия</p> <p>Все стоят в кругу и кладут руки на плечи друг друга. Все делают шаг назад затем каждый два шага вперед к середине группы под звуки «Хоооиии» так, что каждый оказывается в объятиях целой группы.</p>