**Коммуникативный тренинг на сплочение группы**

**«Давай дружить!»**

**Цели:**

1. Совершенствование навыков общения, повышение уверенности в себе, формирование навыков саморегуляции.

2. Снятие барьеров и страхов в процессе межличностного взаимодействия.

3. Повышение сплоченности группы.

**Участники:**  Группа детей в количестве 8-16 человек.

**Возраст:** 6 – 11 лет.

**Ход занятия**

**I. Разминка.**

***Упражнение «Магия нашего имени».***

Первым начинает ведущий, а потом каждый из детей продолжает по очереди:

* 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 имя влияет на мое поведение в жизни?

**II. Основная часть**

***Игра «Молекулы»***

Члены группы - «атомы» - свободно двигаются по комнате под музыку. По сигналу ведущего (хлопок) атомы объединяются в молекулы по 2 человека, затем по 3 и т.д. в конце упражнения объединяется вся группа.

***Упражнение «Скала»***

Один участник - альпинист, группа выстраивается в шеренгу, имитируя скалу. Задача альпиниста пройти вдоль скалы, преодолевая препятствия. Пройдя путь, альпинист встает в конце шеренги и примыкает к скале, путь начинает следующий участник. 10 мин.

***Упражнение «Волна»***

Группа становится в круг. Участники берутся за руки. Ведущий дает инструкцию и показывает, как пускаются волны: поднимает руку, держа руку соседа. Получилась волна. Чтобы передать ее дальше, нужно соседу поднять вторую руку с рукой своего соседа и т. д. Ведущий ускоряет ритм волн. Затем пускает встречные волны. Когда волна возвращается к тренеру, он может либо передать ее дальше, либо остановить.

***Упражнение «Передача ритма»***

Участники легко держат друг друга за руки. Каждый один раз слегка сжимает руку своего соседа справа.

Инструкция ведущего: «Сжатые руки - сигнал, который мы будем использовать в игре. Игра начинается, когда я пожму руку своего соседа справа. Когда он почувствует пожатие, то должен передать его направо своему соседу. Так рукопожатие проходит слева направо по кругу, пока не вернется ко мне. Сначала мы попробуем медленно и спокойно, а потом увеличим темп.

Проводим несколько раундов. От раунда к раунду ускоряем темп.

**III. Рефлексия**

***Упражнение «Вертушка»***

Дети по очереди продолжают фразы:

«Я узнал о тебе...»

«Я узнал о себе...»