

Серия тренингов на сплочение коллектива «Возьмитесь за руки»

Цель: сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

Задачи:

- формирование и усиление общего командного духа, путем сплочения группы людей;
- развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач;
- получение эмоционального и физического удовольствия от результатов тренинга;
- осознание себя командой.

Состав участников: 60 человек.

Актуальность: невозможно сделать всю работу одному время от времени все равно приходится прибегать к помощи другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – это залог успеха, без поддержки будет достигнута только маленькая цель, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

Почему важна сплоченность: возможность окунуться..., возможность увидеть..., возможность услышать..., возможность ощутить..., возможность испытать..., возможность стать..., стать одним коллективом, который чувствует, поддерживает и вдохновляет на новые действия и поступки.

Ход тренинга



Упражнение. «Кто быстрее?».

Цель: сплочение коллектива, координация действий, распределение ролей

Время: 10 мин

Задание: делимся на команды: первый этаж, второй этаж, тут третий этаж. Вам необходимо следовать инструкции.

Все просто. НО Задание выполняем в полной тишине. Сигналом по завершению задания будет служить ваше статичное и молчаливое стояние или сигнал бубна. Так вот задание:

Каждая группа должна построить из участников разные геометрические фигуры причем сделать это в полнейшей тишине.

квадрат, треугольник, круг, ромб, многоугольник, овал.

!Кто опаздывает проходит на стулья и садиться – приготовить объявление.

Бубен

Рефлексия

Упражнение «Беседа в кругу»

Все встаем и образуем два круга внешний и внутренний. Поворачиваемся лицом друг к другу. Задание называется «Беседа в кругу». Ваша задача вести непрерывную беседу друг с другом на заданную тему. Темы меняются на доске, когда услышите звук бубна. Когда на доске будет пусто - это будет означать, что задание окончено.

И так начинаем беседу

Темы:

- семья;
- увлечения;
- политика;
- любовь;
- отпуск;
- мечта;
- майские праздники;
- родительское собрание;
- дети;
- друзья

Рефлексия

Упражнение «ДА - НЕТ»

- Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга. Решите, кто в вашей паре хочет говорить «Да», а кто — «Нет». Один из вас начинает игру, произнеся слово «Да». Второй сразу же отвечает ему: «Нет!». Тогда первый снова говорит: «Да!», может быть, чуть-чуть громче, чем в первый раз, а второй опять отвечает ему: «Нет!», и тоже слегка посильнее. Каждый из вас должен произносить только то слово, которое он выбрал с самого начала: или «Да», или «Нет». Но вы можете по-разному его произносить: тихо или громко, грубо или нежно.

Если хотите, можете провести с помощью этих двух слов прекрасный небольшой спор, но при этом важно, чтобы никто никого никак не обидел. Через некоторое время я подам вам сигнал о том, что пора заканчивать «спор» – звон бубна



Обсуждение:

Как ты себя сейчас чувствуешь?

Как тебе удобнее спорить — произнося слово «Да» или произнося слово «Нет»?

Ты говорил достаточно громко?

историю»

Упражнение показывает, насколько участники способны эффективно передавать друг другу инициативу, что важно в тренинге эффективных коммуникаций или командообразованию.

Время: 10-15 минут.

Есть ряд вопросов на которых нам нужно ответить. Ответы мне поможет записать на доске Маша.

Упражнение «Расскажите

- Название любого предмета, который можно увидеть в магазине.
- Название любого предмета, который можно подарить на день рождение маме.
- Любой вид спорта.
- Любую еду.
- Имя любой знаменитости.
- Любое преступление.



- Любую профессию.

Сейчас вам нужно будет придумать историю, которую мы будем рассказывать по цепочке. При этом первый участник должен будет начать со слов «Однажды я обнаружил совершенно необычную вещь...». Следующий в группе

продолжает историю. Каждый должен говорить по одному предложению и включать в рассказ действующих лиц и предметы, указанные на флипчарте. После использования последнего ответа снова повторяем ответы с первого. И так до тех пор пока все участники не расскажут.

Рефлексия

Упражнение «Пронеси карандаш»

Цель: развитие коммуникативных навыков.

- Выберите себе пару и по очереди вместе со своей парой встаньте у черты, где лежит карандаш. Ваша задача — взять этот карандаш с двух сторон так, чтобы каждый из вас касался его кончика только указательным пальцем, пронести его до конца комнаты и вернуться обратно.

Обсуждение:

- Что с вами происходило?
- Если не получилось, то почему?

Упражнение «Эмпайр стейт билдинг»

Цель: Развивать умения действовать слажено.

Время: 20 минут.

Для игры понадобятся маркеры или фломастеры, листы формата А3, карточки с заданиями, а именно:

- Нарисовать здание в 10 этажей.
- Контур здания должен быть фиолетового цвета.
- Окон здания должно быть по 2 на каждый этаж.
- На здании должен развиваться синий флаг
- ...и так далее.

Карточек должно быть столько же, сколько и участников. Если участников слишком много, то их можно разбить на группы, тогда понадобится меньше карточек. Каждому участнику раздается по карточке. Его задача молча нарисовать то, что ему выпало. Между собой участники тоже не разговаривают. Все участники группы рисуют одновременно. Для удобства проведения игры лучше, чтобы лист бумаги был прикреплен к стене, а количество участников не превышало 5 человек. Для азарта можно устроить состязания на время, тогда понадобится секундомер.

Рефлексия



Упражнение «Счет до десяти»

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

«Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите головы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что

считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов. Обсуждение: Что с вами происходило?• Если не получилось, то почему?

Упражнение. «Что я вспомнил...»

Время 10 минут

Цель: рефлексия

Задание: дописать неоконченные предложения

- Я научилась....
- Я узнала, что....
- Я была удивлена тем, что.....
- Мне понравилось,.....
- Я была разочарована тем, что....
- самым важным для меня было....

Завершение. Обсуждение по кругу:

- чему научилась сегодня...
- что буду использовать в своей работе ...

Упражнение «Рукопожатие»

«Мы все сегодня плодотворно поработали, и все заслужили благодарность. Пока я считаю до 10, вы должны успеть поблагодарить друг друга рукопожатием»