

Тренинг для педагогов: «Мы одна команда! Тимбилдинг или командообразование».

Цель: формирование и усиление общего командного духа, принятие особенностей друг друга, сплочение коллектива, получение навыков совместной работы и обучение приемам выработки общей стратегии.

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.

Прогнозируемые результаты:

- повышение уровня коммуникации;
- улучшение взаимодействия между сотрудниками; - увеличение скорости принятия командного решения; - умение разрешать спорные ситуации.
- формирование позитивного взгляда на возможности команды.

Ход тренинга.

1. Приветствие.

Цель: выработка доверия у участников друг к другу, позитивный настрой на дальнейшую работу.

Здравствуйте. Предлагаю вам начать нашу встречу с чего-нибудь теплого, доброго и светлого. Но теплое и светлое само по себе не появляется, его делают люди. И если вы хотите привнести это в свою жизнь, то вам нужно хоть что-нибудь для этого сделать. На этот счет существует одна притча.

Жил-был один Монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длинно-юю-юющей ручкой. Черпануть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий (судя по всему, Черт) и кричит: - Быстрее, а то ты опоздаешь на поезд, идущий в Рай. Приехал Человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинно-юю-юющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек - а здесь люди этими же ложками кормят друг друга.

Всем нам хочется, чтобы у нас в жизни было больше светлого, теплого, доброго. Но для того, чтобы это появилось, нужно что-то сделать. То есть

сейчас, у вас есть замечательная возможность поделиться чем-то теплым, светлым и радостным. Это означает, что вы имеете полное право подойти к любому, и не только одному, человеку и сказать, и сделать так, чтобы у него в душе появились эти тепло и свет. А он вам может на это ответить.

И я надеюсь, что таких встреч будет как можно больше.

Обсуждение: Количество встреч и испытываемые эмоции.

2. Актуализация темы тренинга.

Цель: ознакомить участников с темой и целью работы, знакомство с составляющей корпоративной культуры - тимбилдингом.

Тимбилдинг (англ. Team building - построение команды), или командообразование. В наше время тимбилдинг является одной из перспективных моделей корпоративного управления, обеспечивает полноценное развитие коллектива, и является одним из наиболее эффективных инструментов управления персоналом.

Целью нашего занятия является создание модели эффективной команды, формирование и усиление командного духа, принятие особенностей друг друга, получение навыков совместной работы и обучение приемам выработки общей стратегии!

3. Упражнение «Играем по правилам».

Цель: ознакомление участников группы с правилами работы.

Группам предлагается принять некоторые правила поведения и общения во время занятия.

Правила:

- Уважать друг друга;
- Проявлять активность;
- Правило «одного микрофона» (все молчат, когда кто-то говорит)
- Уважать говорящего и отведенное для тренинга время (не отходить от темы, соблюдать утвержденный регламент)
- Я-высказывания (говорить только от своего имени: «Мне не нравится ...»,
- «Я не могу ...», «Я не хотел бы ...» и т.п.);
- Правило - **соблюдать правила.**

4. Упражнение «Секрет дамской сумочки».

Цель: сплочение группы, создать атмосферу доверия.

Участникам предлагается представить себя от имени любой вещи, которая находится обычно в его сумочке.

5. Игра “В обруче”

На обруч - борт, размеры его зависят от количества игроков. Такой, чтобы все могли поставить не более 1 стопы. Задача уместиться всей командой на этом борте, оторвав ноги от пола за обручем (квадратом, и удержаться минимум 5 секунд. Для

усложнения игры предлагается вариант, когда за бортом не должно находиться никакой части тела.

6. Упражнение «Дом».

Разделитесь на 2 команды. «Каждая команда должна стать полноценным домом. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами. Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом. В течение нескольких минут постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Обсуждение: Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»? Почему Вы выбрали именно эту роль? Я думаю, Вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным.

Точно так же как предметы в доме, каждый человек является важным звеном в команде. Давайте поговорим о том, что такое команда.

8. Определение команды.

Команда – форма взаимодействия, в которой проявляется «синергетический эффект». За счет взаимодополнения, принятия ответственности за общий результат, открытости при обмене ресурсами становится возможным результат, не доступный при других видах взаимодействия. В этом случае 10 человек, обладающих 10-ю единицами энергии каждый, способны совершить полезной работы на 130 единиц. $10 \cdot 10 = 130$

При таком взаимодействии нет потерь на межличностные конфликты, на выяснение функциональной ответственности, дополнительное стимулирование к деятельности, при этом начинается волшебство командного духа и формируется настоящая корпоративная культура. Такому виду взаимодействия характерна философия «Я выиграю, тогда, когда выиграешь ты», «Я выиграю, когда мы все выиграем».

9. Упражнение «Образуем круг».

Ведущий: «Мы все очень разные. Интересуемся разными вещами, увлекаемся различными хобби. Но все-таки между нами есть сходства. Следующее упражнение поможет некоторым участникам открыться по-новому и, в свою очередь, узнать что-то новое неожиданное о других».

В начале упражнения необходимо выбрать одного добровольца. Доброволец выходит в центр круга и говорит: «Я люблю кошек», например. *Фразу можно заменить, например, «Я увлекаюсь...».* Тот человек, который разделяет его интересы, подходит к нему и берет его за руку. И в свою очередь говорит: «Я люблю...». И таким образом образуется цепочка. В конце последний участник берет

за руку первого и круг замыкается.

Время проведения: 10-15 минут.

10. Упражнение «Подъем в кругу»

1 вариант. Разбиться по 4-5 человек. Держась за руки в кругу, присесть, стопы ног соединены к стопам соседа. Задание: встать на ноги всем вместе держась за руки.

2 вариант. Тоже само повернувшись спиной в круг.

3 вариант. Руки в центре сцеплены, надо подняться всем вместе.

11. Упражнение «Фигуры».

Оборудование: веревка длиной равной 1 м * количество участников.

Психологический смысл упражнения: координация совместных действий, распределение ролей в группе.

Инструкция: Для выполнения следующего упражнения нужно, чтобы вся группа встала в круг. Возьмите в руки веревку и встаньте так, чтобы образовался правильный круг. Без слов постройте квадрат, треугольник. Теперь закройте глаза и, постройте овал, круг. Откройте глаза. Как вы считаете, вам удалось выполнить задание?

Сейчас я предложу вам в таких же условиях построить другую фигуру. Сможете построить ее за более короткое время? Хорошо. Предлагаю повторить эксперимент. Закрываем глаза. Ваша задача построить равносторонний треугольник.

12. Упражнение «Построимся».

Цель: обучение умению распределять роли в команде, сравнивать себя с другим участником по схожим признакам.

Время: 10 минут.

Ход упражнения: «Теперь мы посмотрим, насколько Ваши общие черты проявляются у каждого из вас в отдельности!». Задача участников – построиться в одну линию по росту. При этом нельзя разговаривать. Затем задание усложняется – им нужно построиться по дате и месяцу рождения, по длине волос, по отдаленности места проживания от колледжа, по цветам радуги в их одежде.

Психологический смысл упражнения: Участники лучше узнают друг друга, обучаются эффективному взаимодействию в команде.

Обсуждение: Трудно ли Вам было выполнять это упражнение? Почему? Какую роль Вы избрали для себя? Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна?

13. Упражнение «Путанка».

Цель: Сплочение, улучшение взаимопонимания участников.

Ход упражнения: Все берутся за руки, стоя в кругу и начинают запутываться. Когда запутались все, и получилась одна большая «путанка», можно вообразить, что вся группа превратилась в одного огромного зверя. Теперь срочно необходимо определить, где находится его голова, а где хвост. («Кто будет головой? А кто хвостом?», – спрашивает ведущий). Когда зверь сориентировался, где его право, а где его лево, он должен научиться двигаться во все стороны, в том числе и назад. А потом, зверь должен пробежаться, и может быть даже кого-то, попавшегося по пути, «съесть»

Обсуждение: какие ощущения и эмоции испытывали при выполнении задания?

14. Упражнение «Счёт до десяти»

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

Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы 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?

Какую стратегию вы выбрали?

15. Упражнение «Проективный рисунок».

Ведущий предлагает участникам нарисовать коллективный портрет группы: каждый имеет право нарисовать только один элемент. Данную процедуру целесообразно провести в завершение, чтобы увидеть, какие изменения произошли внутри группы. **Реквизит:** ватман, фломастеры, цветные карандаши.

Время проведения: 15 минут.

11. Завершение тренинга.

Ну что ж наш тренинг подошел к концу. Мне хочется поблагодарить каждого из вас за активное участие и желание взаимодействовать. Желаю вам успехов в вашей трудовой деятельности.

