**Тренинг на командообразование для сотрудников Себежского СУВУ**

**«Большая компания»**

 

**Подготовила и провела:**

Никифоренко О.Г. – и.о.нач. ССППС

 **Себеж**

 **25.01.2022г.**

**Цель:** сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

**Задачи:**

1. Психологическая разгрузка сотрудников.
2. Создание сплоченности и организованности в коллективе.
3. Обучение эффективному взаимодействию.
4. Выработка доверия и понимания.

**Материалы:**

Ватман, маркеры, обруч, веревка, повязки на глаза, желоба в количестве 4 штук, пластмассовые шарики разного цвета, пленка (дерматин) с прорезями для мячика, 2 игрушки, ноутбук, подборка веселой музыки.

**Разминка «Волна»**

Участники встают в круг, берутся за руки. Ведущий поднимает руку и передает «волну» другому участнику. Необходимо, чтобы «волна» вернулась обратно. Можно усложнить выполнение упражнения: пустить две «волны» в разные стороны. Упражнение настраивает на работу и поднимает настроение.

**«Рисуем вслепую»**

Заранее готовится большой лист ватмана, фломастер или маркер. Команда делится на пары. Игрокам завязываются глаза. Ведущий дает задание нарисовать какой-то объект (животное, человека, любую фигуру). Участники берут один инструмент руками (можно также рисовать по очереди, чтобы каждый продолжал картину другого), и начинают рисовать заданный объект. Эта веселая игра отлично тренирует понимание без слов и делает людей ближе друг к другу.

**«Достаем приз»**

Прекрасная командная игра в форме шуточного соревнования. Ведущий дает задание участникам встать вокруг стола, в центре которого лежит приз. Игроки берут друг друга за большой палец руки, выступающей в роли джойстика, и сразу закрывают глаза. Но последний в цепочке игрок оставляет глаза открытыми. Именно он, управляя движением пальца своего соседа должен передать импульс первому в цепочке. Первый в цепочке, не открывая глаз, и понимая какое движение нужно сделать, должен достать приз. Представленное упражнение стимулирует у игроков желание достичь общей цели и научиться понимать друг друга на уровне интуиции.

**«Завязываем узел»**

Простая и увлекательная игра, суть которой заключается в том, что участники должны завязать узел, пользуясь одной только общей веревкой, не выпуска ее из рук. Упражнение поднимает настроение, раскрепощает людей и сближает их друг с другом.

**«Желоб»**

Участники поровну делятся на команды. Ведущий обозначает маршрут, по которому будет проходить игра. Задача каждой команды — транспортировать мяч из точки «А» в точку «В», используя специальные желоба, образующие трубопровод.

Каждому игроку выдается по желобу. Участники выстраиваются в линию, ведущий засекает время и кладет мяч в первый желоб. По ходу движения шарика, первый игрок должен вовремя успеть в конец линии, чтобы подхватить его и не дать мячику упасть. Выигрывает та команда, которой удастся быстрее всех транспортировать шарик, не уронив и не дотронувшись до него руками.

**«Попади в лунку»**

Эта игра также с брезентом, который натягивают между собой игроки. Задача команды – закатить разноцветные мячики в лунки. Всего 5 мячиков и 5 лунок, каждый мячик должен попасть в лунку только своего цвета. Если мячик попадает в лунку другого цвета или выкатывается за пределы поля, то команда теряет очки. Такая игра очень хорошо помогает сплотить коллектив и выработать в нем навыки взаимодействия! Для тренировки можно начать с одного мячика и постепенно добавлять по одному.

**«Туннель»**

Команда взявшись за руки по очереди должна пролезть через круг, можно использовать обруч.

**Заключительное упражнение «Пожелание по кругу»**

Ведущий: «Сейчас я передам по кругу в разные стороны две игрушки. Задание: тот, кому попадет в руки игрушка, передает ее дальше по кругу и высказывает тому, кому передает игрушку, добрые пожелания. Например: "Я желаю тебе хорошего настроения, счастливого дня, улыбаться так же очаровательно, как и сейчас". Упражнение хорошо для заключительной части тренинга, оно настраивает на хорошее настроение и помогает отработать положительные эмоции, полученные на тренинге.

Ведущий: спасибо всем за участие и слаженную работу, до новых встреч!

Источники:

1. <https://4brain.ru/team/game.php>
2. <https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-komandoobrazovanie-igry-na-splochenie-kollektiva-4321011.html>
3. <https://konspektiruem.ru/konsultacii/trening-na-splochennost-kollektiva.html>
4. <https://megaobuchalka.ru/15/18703.html>
5. <https://eventmaker.com.ua/razvlecheniya/igry-i-konkursy/igry-dlya-timbildinga/>
6. <https://infourok.ru/statya-interesnye-igry-dlya-timbildinga-komandoobrazovaniya-4872020.html>
7. <https://infourok.ru/deyatelnost-klassnogo-rukovoditelya-i-sposoby-splocheniya-kollektiva-4092182.html>
8. <https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-ekologicheskij-labirint-5273069.html>