

Упражнения и игры на сплочение, творческую активизацию и сотрудничество

«Разделение команды»

Для большинства игр и упражнений потребуется разделять участников на команды. Это можно сделать следующим образом, взяв несколько разных почтовых открыток по количеству команд, т.е. (если три команды, то три открытки), разрезать каждую на такое количество частей, сколько требуется членов команд. Перемешать открытки в «шляпе», и предложить каждому вытянуть себе одну часть открытки. Далее студенты, собирая по своим частям открытки, разбиваются по командам. В первую команду входят студенты, собравшие из частей первую открытку, во вторую – студенты, собравшие вторую открытку и т.д.

«Телеграмма»

Участники составляют телеграфное сообщение, используя свои инициалы. Каждой группе понадобится бумага и ручка.

Попросите игроков разбиться на подгруппы по шесть человек и выбрать «секретаря», который будет записывать нужную информацию. Члены каждой подгруппы представляются друг другу по именам и фамилиям, и выбранный «секретарь» записывает начальные буквы всех имен и фамилий. Каждая буква – это начало слова. Из всех слов нужно составить телеграфное сообщение. Члены подгруппы придумывают текст и решают, кто должен быть его адресатом.

Допустим, инициалы членов подгруппы выглядят так: Л.Б., У.Н., В.О., П.Н., З.Н., И.П. Тогда телеграмма может быть следующей: «Любимый босс, у нас все окей. Постарайтесь ничего здесь не испортить, пожалуйста».

Теперь все подгруппы собираются вместе. Члены каждой команды называют свои имена и читают получившуюся телеграмму.

«Строим башню»

Для проведения этой игры необходимо разделить участников группы на несколько команд по 6 – 8 человек. Каждой команде раздать 2 чистых листа формата А 4, клей для бумаги и ножницы. Теперь необходимо озвучить задание: цель данной игры – из имеющихся материалов построить башню, любую, но она должна получиться выше, чем у соперников и стоять вертикально, без посторонней помощи. Перед тем как начать, дайте каждой команде пять минут на то, чтобы они продумали вариант постройки, и только после этого давайте команду старт. Предупредите участников, что время не ограничено, поэтому скорость постройки роли не играет, важно, чтобы башня стояла и была как можно выше. Поэтому игру нельзя останавливать до тех пор, пока не закончит последняя команда. Как правило, на всю игру достаточно 20 минут. В ходе этой игры, куратор, наблюдая за деятельностью участников каждой команды, легко определит наиболее активных студентов – лидеров. После этого каждая команда должна выбрать одного участника,

который расскажет про свою башню, а также попробует высказать свое мнение, почему башня получилась выше или ниже.

«Направление»

Участники группы становятся в шеренгу, повернувшись лицом в одну сторону. По сигналу ведущего участники должны повернуться на 90°. Задача – всем повернуться лицом в одну сторону и постараться сделать это как можно быстрее. Выполнять задание следует молча, не переговариваясь друг с другом.

Ведущий прекращает давать команды, когда все участники группы будут стоять лицом в одну сторону. Упражнение сплачивает группу, повышает настроение, снижает напряженность, ликвидирует скованность, выявляет лидеров, кроме того, дает опыт участия в совместной деятельности, в ходе которой члены группы должны «договориться», прийти к общему решению.

Вопросы: «Что помогло группе справиться с поставленной задачей?», «Что мешало выполнить задачу быстрее?», «Что могло бы помочь?» и т.д. дают возможность выявить моменты в поведении, имеющие значение в ситуации, когда выявляется необходимость ориентироваться друг на друга, согласовывать свои действия с действиями других, вникать в логику, в позицию других.

«Коллективный рисунок»

Для этого упражнения потребуется разбить участников на несколько команд по 4 – 6 человек. Каждая команда получает лист формата А 4. Далее попросить участников каждой команды рассчитать по номерам (1, 2, 3, 4...). Теперь озвучиваем задание: цель упражнения – нарисовать коллективный рисунок на тему (она может быть либо одна общая для всех команд, либо, как вариант, тема рисунка дается каждой команде разная). Он рисуется по очереди, сначала рисует 1-й участник, потом 2-й, потом 3-й, и т.д. Каждый участник может рисовать только свою определенную фигуру, местоположение и размер фигуры на рисунке определяется этим участником самостоятельно. Предлагаемые фигуры могут быть такими – 1-й участник имеет право рисовать круг, 2-й участник – прямоугольник, 3-й участник – треугольник, 4-й участник – рисует только прямую, 5-й участник – рисует только кривую и т.д. Для этого упражнения достаточно 15 – 20 минут. После этого, когда все коллективные рисунки завершены, куратор предлагает каждой команде объяснить, что они нарисовали, а остальные участники размышляют, чей рисунок получился искреннее и почему.

«Необитаемый остров»

В этом упражнении участников необходимо разделить на 3 команды по 8 – 12 человек. Каждая команда получает 1 – 2 листа формата А 4. Задача должна звучать так: представьте, что вы всей своей командой попали на необитаемый остров, вам на нем жить, и поэтому вы должны придумать

кодекс необитаемого острова – основные правила проживания на острове. На это задание необходимо дать студентам 20 – 25 минут. Далее каждая команда презентует свой кодекс. После этого проводится обсуждение каждого кодекса и следует выйти на один – суммирующий все самые приемлемые правила.

«Глаза в глаза»

Участники садятся в круг так, чтобы было хорошо видно каждого, руки кладут под ягодицы. Молча, не употребляя мимики лица, одними глазами необходимо найти себе пару (нельзя «договариваться» с соседями и с теми, кто сидит через одного). По сигналу ведущего все встают и подходят к своей паре. Скорее всего, сразу не все смогут «договориться глазами», поэтому упражнение повторяется, но при этом участники рассаживаются на другие места. Игра продолжается до тех пор, пока у каждого не будет своей пары.

«Мозговой штурм»

Суть этого упражнения заключается в ответе на вопрос: «Какие качества привлекают меня в друзьях?» Каждый участник называет качества, которые привлекают его в друзьях (позитивные качества). На плакате или доске ведущий записывает качества по порядку их называния. Говорить необходимо не оценивая, то есть по первому порыву. Затем все участники выбирают по три наиболее значимых с их точки зрения варианта, отмечая свои выборы на доске. В результате выявится картина групповых предпочтений. Качество, набравшее наибольшее количество предпочтений, считается наиболее уважаемым, предпочитаемым группой, остальные располагаются по мере убывания. Каждый член группы может сравнить свои выборы с общегрупповыми предпочтениями и, осмыслив ситуацию, осуществить коррекцию собственного поведения в группе.

«Вопрос группе»

Студенты на отдельных листках пишут вопросы группе, куратор собирает вопросы, перемешивает и раздает. Студенты отвечают на попавшиеся вопросы.

«Позитивное представление»

Участники разбиваются на пары. Можно использовать следующий прием для того, чтобы выбор был максимально произвольным: участникам в случайном порядке раздаются карточки, на которых написано одно из следующих слов: гром, молния, Москва, Кремль, Волга, Россия, Дездемона, Отелло, любовь, Купидон, Буратино, Мальвина, весна, капель, дуэль, Пушкин и т.д. После этого обладатели карточек, связанных общей темой, составляют пары. В течение пяти минут каждый участник имеет возможность рассказать своему партнеру о том, какой он замечательный, какими прекрасными качествами обладает, поделиться своими успехами в различных областях жизни. Это не столько беседа, сколько активное

слушание. Прослушавший предельно внимательно рассказ партнера, второй участник должен пересказать то, что он услышал как можно более точно и детально, доказав тем самым свое уважение и сосредоточенность. Если он что-то упустил или рассказал недостаточно точно, его можно поправить. После этого наступает очередь второго участника. Предыдущая работа воспроизводится в том же алгоритме.

Затем возможны два варианта: объединение двух соседних пар для дальнейшей работы – представления по очереди своих партнеров другим участникам или представление партнеров в кругу всем участникам тренинга.

«Вырази себя в жесте»

Каждый из участников показывает жестом и мимикой свою реакцию на заданную ситуацию: «Что бы произошло, если бы в вузе в один прекрасный день исчезли бы все преподаватели»; «Что произошло бы, если бы в вузе отменили все экзамены и зачеты».

«Записки с пожеланиями»

Каждый студент пишет записку с пожеланием для каждого члена группы и подписывает – кому, вслух послания не зачитываются.

«Разговор через стекло»

Упражнение выполняется в парах, либо когда участники сидят в общем кругу, выбрав партнера для переговоров напротив. Задача участников — договориться о чем-либо с помощью жестов. При работе в общем кругу от участников потребуется не только умение общаться с помощью жестов, но и концентрировать внимание только на своем партнере. Анализ по итогам игры подвергаются способы передачи необходимой информации, приемы привлечения внимания собеседника, а также факторы, мешающие пониманию невербального языка.

«Консилиум»

Участники садятся в круг и им зачитывается следующая легенда: «Вы хирурги, которым предстоит сделать срочную операцию по пересадке сердца. В ней нуждается 5 человек, но у вас только одно донорское сердце и больше в течение ближайшего времени найти не возможно. Вам необходимо решить, кого из пациентов вы будете спасать». На доске (или на ватмане) написан список тех, кого необходимо спасти:

- ученый, стоящий на пороге открытия лекарства от рака;
- мужчина 48 лет, учитель средней школы, у которого на воспитании 2 детей;
- беременная девушка 18 лет, больная СПИДом;
- мужчина 28 лет, у которого на попечении больная мать, малолетние брат и 2 сестры;
- парень 20 лет, который попал в аварию во время медового месяца, его жена ждет ребенка.

Затем участникам дается на обсуждение 15 – 20 мин. (в зависимости от числа участников и от степени их сработанности). После этого группа называет свое общее решение и обосновывает его. Она должна быть направлена на снятие подавленного состояния участников группы и напряженной атмосферы в целом.