

Тренинг на сплочение «Вместе - мы сила!»

*Лапташкина Оксана Александровна, педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад № 180» г. Чебоксары*

Цель – сплочение коллектива педагогов и построение эффективного взаимодействия.

Задачи:

1. Дать определение понятию «коллектив».
2. Создать благоприятный психологический климат в коллективе педагогов.
3. Развить умение работать в команде.

Материалы: мяч, веревка, обруч, бумага формата А4 («кочки»), скотч, магнитофон, аудиозапись с веселой музыкой.

1. Приветствие участников тренинга

Добрый день, педагоги! Я рада вас видеть на нашей встрече. Спасибо, что вы сегодня с нами! Итак, сегодня я с вами хочу поговорить о коллективе. Что это такое и с чем его едят?

2. Упражнение «Ассоциации»

Я бросаю мяч одному из вас, и, например, спрашиваю: если коллектив – это одежда, то какая? Участник, который поймал мяч, отвечает, и бросает мяч обратно мне. Задание понятно? Тогда приступаем.

Варианты вопросов:

- Если коллектив – это время года, то какое...
- Если коллектив – это день недели, то какой...
- Если коллектив – это месяц, то какой...
- Если коллектив – это цвет, то какой...
- Если коллектив – это фрукт, то какой...
- Если коллектив – это овощ, то какой...
- Если коллектив – это глагол, то какой...
- Если коллектив – это имя существительное, то какое...
- Если коллектив – это домашнее животное, то какое...
- Если коллектив – это транспорт, то какой...
- Если коллектив – это музыка, то какая...
- Если коллектив – это ребенок, то какой...
- Если коллектив – это родитель, то какой...
- Если коллектив – это мебель, то какая...
- Если коллектив – это цветок, то какой...
- Если коллектив – это дерево, то какое...

Вот мы с вами и определили, что такое коллектив. А если серьезно, коллектив – это группа людей, объединенных общей целью, согласны со мной? Но как вы думаете, легко ли стать единым, сплоченным коллективом? Сегодня мы с вами будем учиться быть единым коллективом. Вы готовы?

3. Упражнение «Атомы и молекулы»

Каждый из вас атом, такой самостоятельный, самодостаточный атом. Вы спокойно ходите, блуждаете по залу в разных направлениях, но как только вы услышите мою

команду: Молекулы по два!», вы должны объединиться в молекулы по 2 атома. Если услышите команду: «Молекулы по 4!», значит объединяетесь в молекулу по 4 атома.

Рефлексия:

Скажите, пожалуйста, что вы чувствовали, когда были одним самостоятельным атомом? Вам было комфортно? А когда были молекулой, какие ощущения были? Комфортнее быть молекулой по 2, 4 атома, или большой молекулой по 20 атомов?

Спасибо, за активное участие и высказывание. А мы продолжаем.

Нелегко быть сплоченным коллективом, если мы друг о друге мало что знаем. Согласны со мной?

4. Упражнение «Шеренга»

И сейчас я вам предлагаю присмотреться друг к другу повнимательнее. Вам необходимо построиться по именам в алфавитном порядке. Готовы? Раз, два, три! Начни! Прекрасно! А теперь постройтесь по числу рождения. Прекрасно. Усложним задание. Первый участник в руках держит обруч. Задача коллектива – пройти сквозь этот обруч, не размыкая рук. Задание понятно? Тогда начинаем.

Рефлексия:

Сложным ли было данное задание? Комфортно ли вам было?

5. Упражнение «Общее дело»

Вначале нашей встрече мы с вами пришли к единому мнению, что коллектив – это группа людей, связанных общим делом. Насколько слаженно работают члены коллектива, зависит результат общего дела, согласны со мной? Сейчас мы с вами разбиваемся на пары, связываем руки, правую и левую. Задача каждой пары – сделать самолетик из бумаги (завязать бант).

Рефлексия:

Расскажите о своих ощущениях.

6. Упражнение «Болото»

Спасибо большое участникам, которые поделились своими чувствами, ощущениями. Это очень ценно не только для меня, но и для всего коллектива. Ну, а мы двигаемся дальше. В жизни каждого коллектива случаются неприятности, которые члены коллектива иногда с легкостью преодолевают, иногда не преодолевают и коллектив перестает быть коллективом, и люди существуют как отдельные атомы. Вот и у нас с вами возникла одна, а, может быть, не одна, маленькая, а, может и не маленькая неприятность. Мы с вами все повязаны общим делом, общей целью (связываем ноги, держимся за руки). Вот на пути неприятности «Болото», а вот пути решения этой неприятности «кочки, на которые нужно наступить, чтобы перейти болото». Ваша задача – в тишине, не разжимая рук, наступая только на кочки перейти болото. Вы готовы? Раз, два, три – начни!

Рефлексия:

Расскажите о своих ощущениях. Спасибо за искренность.

7. Упражнение «Ручеек»

В коллективе важно уметь делать правильный выбор, и быть готовым если тебя выбирают, важно не подкачать и не подвести товарища. Предлагаю вам следующее упражнение «Ручеек».

Выбираем водящего, остальные делятся на пары и сцепляют руки. Пары встают друг за другом, образуя коридор и поднимая руки вверх. Водящий входит в образованный коридор с одного конца и двигается в другой конец коридора, по дороге выбирая себе пару. Он берет понравившегося ему человека за руку, расцепляя стоящую пару. Новая пара вместе идет в конец «ручейка» и встает там, подняв руки вверх. Освободившийся игрок

становится водящим, идет в начало «ручейка» и заходит в коридор, выбирая себе человека для пары и так далее. Готовы? Начали!

Рефлексия:

Расскажите о своих ощущениях. Благодарю вас за активность!

8. Упражнение «Пожелание друг другу»

Завершаем нашу встречу тем, что каждый по очереди выскажет пожелание своему соседу справа на этот день (*участники высказывают пожелание соседу справа*). А теперь выскажем пожелание соседу слева (*участники высказывают пожелание соседу слева*).

Уважаемые участники, прошу вас оценить нашу встречу, заполнив бланк «мишень» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1). Для этого вам нужно «стрельнуть» в мишень четыре раза – по одному в каждый сектор, делая метку (точку, плюс и т.д.). Метка должна соответствовать вашей оценке результатов взаимодействия. Оценка осуществляется по 10-ти бальной шкале.

Вы с легкостью преодолели неприятность, доказали, что можете носить гордое звание сплоченного коллектива, с чем вас я и поздравляю. Благодарю всех за участие! Друзья, упражнения все пройдены, слова сказаны. Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что вы – единое целое, каждый из вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе вы – сила! Спасибо всем за участие!

Список используемой литературы:

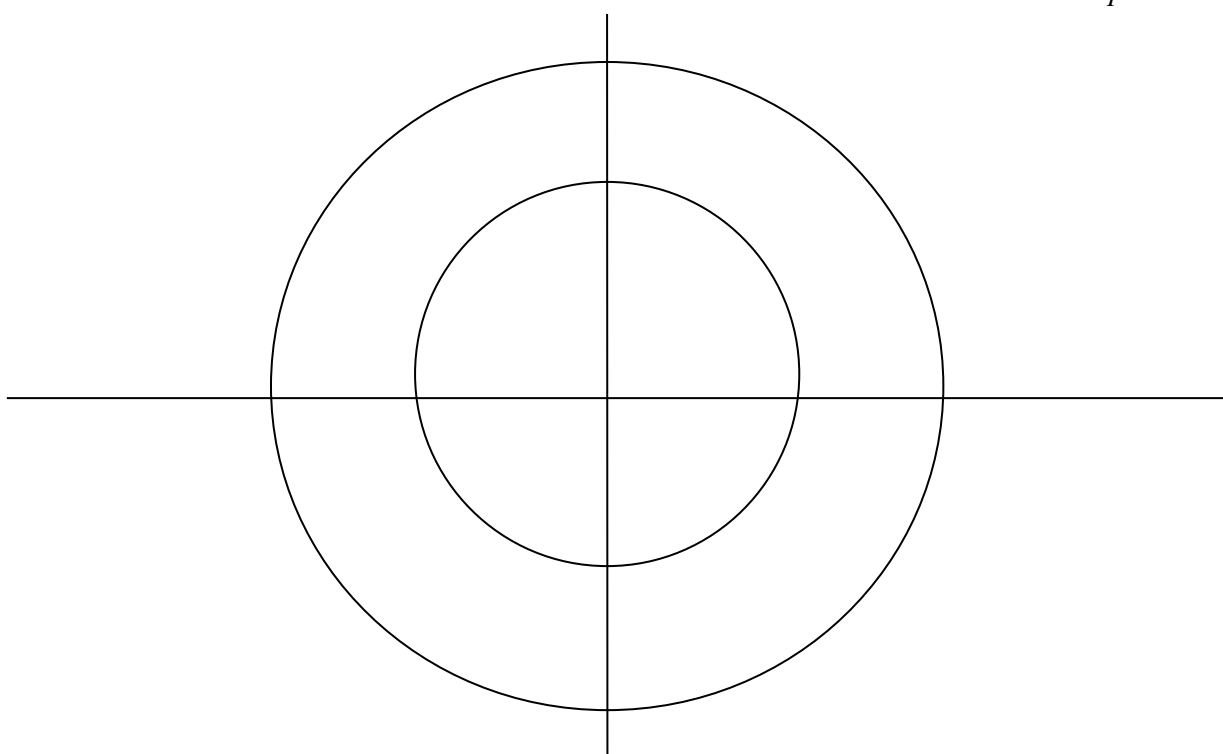
1. Авидон, И.Ю., Гончукова, О. Тренинги взаимодействия в конфликте: материалы для подготовки и проведения / И.Ю. Авидон, О. Гончукова. – СПб.: Речь, 2008. – 192 с.
2. Агеева, И. А. Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы / И.А. Агеева. – СПб.: Речь, 2007. – 208 с.
3. Моница, Г.Б., Лютова-Робертс, Е.К. Коммуникативный тренинг: педагоги, психологи, родители / Г.Б. Моница, Е.К. Лютова-Робертс. – СПб.: Речь, 2007. – 224 с.
4. Немов, Р.С. Психологический словарь / Р.С. Немов. – М.: Владос, 2007. – 560 с.
5. Фопель, К. Групповая сплоченность / К. Фопель. – М.: Генезис, 2011. – 336 с.

Бланк анкеты обратная связь «Мишень»

«Стрельните» в мишень четыре раза – по одному в каждый сектор, делая метку (точку, плюс и т.д.). Метка должна соответствовать вашей оценке результатов состоявшегося взаимодействия. Оценка осуществляется по 10-ти бальной шкале.

Оценка содержания тренинга

*Оценка психологического
климата на тренинге*



Оценка деятельности ведущего

*Оценка деятельности
участника (самооценка)*