**Тренинг для молодых педагогов**

**ТИМБИЛДИНГ “Связанные одной целью”**

**Цель**: овладение навыками взаимодействия в команде, получения навыков командной коммуникации.

**Задачи:**

- Дать участникам опыт командного взаимодействия;

- помочь участникам тренинга осознать значимость каждого участника для создания команды;

- получить позитивный навык взаимодействия в команде.

**Тематический план тренинга** – Тренинг рассчитан на 1 час, который включает

в себя упражнения на знакомство, сплочение группы и построение эффективного

командного взаимодействия, рефлексию.

После каждого выполненного упражнения участники должны давать обратную связь,

отражение чувств, эмоций во время выполнения заданий.

**Правила тренинга.**

Правило «здесь и сейчас». Во время тренинга необходимо говорить только о том, что

волнует вас именно сейчас, обсуждать то, что происходит с вами в группе — процессы,

мысли и чувства, возникающие в данный момент.

Правило искренности и открытости. Признак сильной и здоровой личности — это определенная открытость окружающим своих чувств по поводу происходящего. Это

основа эффективного межличностного взаимодействия.

Правило «Я». Все высказывания должны строиться с использованием «я». Берите ответственность на себя.

Правило конфиденциальности. Все, что говорится в группе относительно участников,

должно оставаться внутри группы.

Обсуждаем, не осуждая. При обсуждении происходящего, важно оценивать не участника,

а только его действия и поведение.

**Игра-активатор «Друг к дружке»**

Цель: быстро познакомить членов команды и наладить между ними отношения.

**Мозговой штурм. (приложение 1 )**

-Для чего нужна команда?

-Что формирует команду?

-Что отличает команду?

-Какие преимущества слаженной команды?

**Упражнение “Поздороваемся”**

Цель: преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Ход игры: Предлагаю всем активизироваться и поздороваться друг с другом разными способами.

-Правая рука к правой руке!

-Спина к спине!

-Лоб к лбу!

-Колено к колену!

-Мизинец к мизинцу!

-Бедро к бедру!

-Локоть к локтю!

-Кулак к кулаку!

**Упражнение “Поза Наполеона”**

Участникам показывается три движения: руки скрещены на груди, руки вытянуты вперед с раскрытыми ладонями, и руки сжаты в кулаки. По команде психолога: “Раз два, три!, каждый участник одновременно показать одно из трёх движений. Это упражнение показывает насколько Вы готовы к работе. Если большинство показали ладони, то значит готовы к работе и достаточно открыты. Кулаки показывают агрессивность, а поза Наполеона некоторую закрытость и нежелание работать.

**Упражнение “Встаньте те, кто...”**

Цель: развитие наблюдательности и позволяет педагогам лучше узнать друг друга.

-любит рисовать;

-выполняет зарядку с утра;

-радуется хорошей работе;

-любит организовывать праздники;

-любит путешествовать;

-любит играть в разные игры;

-любит сладкое;

-умеет садиться на шпагат;

-любит общаться с людьми.

**Упражнение «Поиск сходства»**

Цель: Сплочение группы через нахождение сходств у её участников.

**Упражнение “Интеллектуальный квест”**

Непростое, но в то же время интересное задание. Необходимо расшифровать картинки из эмодзи известных сказок, мультфильмов и литературных произведений

**Упражнение «Театр Кабуки»**

Цель: формирование умения работать в команде и проявлять свои лидерские качества

Участники делятся на две команды. Ведущий показывает им движения, характерные для Принцессы, Дракона и Самурая. Принцесса делает кокетливый реверанс; Дракон с устрашающим видом, поднимая руки вверх, шагает вперед; Самурай взмахивает мечом. Ведущий сообщает, как определить победителя: «Принцесса очаровывает Самурая. Самурай убивает Дракона. Дракон съедает Принцессу». Каждая команда (так, чтобы не услышали соперники) решает, кого она будет изображать. Затем участники выстраиваются в две шеренги друг против друга и по сигналу ведущего делают характерное движение, показывая, какую роль они выбрали. По одному очку получает та команда, чья роль оказывается выигрышной.

#### **Варианты:**

* Принцесса и Самурай (1 очко получает Принцесса, потому что она очаровывает Самурая).
* Самурай и Дракон (1 очко получает Самурай, потому что он убивает Дракона).
* Дракон и Принцесса (1 очко получает Дракон, потому что он съедает Принцессу).
* Принцесса и Принцесса, Дракон и Дракон, Самурай и Самурай (никто не получает очки).

Побеждает та команда, которая набрала больше баллов.

**Упражнение «Связующая нить».**

Материалы: моток прочных толстых нитей.

Встаньте в круг на расстоянии вытянутых рук и закройте глаза. Сейчас я рассажу вам

историю: Много лет назад на земле жил мудрец, который долгие годы провёл сначала в путешествиях по всем удивительным городам, а затем посвятил годы размышлениям о сущности человеческой. И сплел мудрец длинную тончайшую нить. Задумал он обойти добрых сердцем людей и связать их этой чудесной тончайшей нитью.

Ведущий рассказывает историю и обходит участников, вкладывая каждому в руки нить.

На последнем участнике ведущий отрезает нить и завязывает концы. Таким образом, нить

образует замкнутый круг. Воистину, нить была уникальна. Гладкая, тонкая, она была

совершенно незаметна для человека, но, несмотря на это, влияла на его взаимоотношения с другими людьми. Те, кому мудрец передал чудесную нить, стали добрее, спокойнее,

терпеливее. Они стали более внимательно относиться друг к другу, стремились понять

мысли и чувства ближнего. Иногда они спорили, но, о чудо, нить натягивалась, но не

рвалась. Иногда они ссорились, и нить разрывалась, но при примирении оборванные концы нити связывались вновь. Только узелок напоминал о прошлой ссоре.

Что сделали люди с подарком мудреца? Кто-то бережно берег, передавая её тайну из

поколения в поколение. Кто-то, не ощущая присутствия нити, оставлял на ней множество

узелков, да и характер его постепенно становился «узловатым». Но, главное, у каждого

появилась способность протягивать нити к тем, кого он считал близкими и друзьями,

соратниками и партнерами. Сейчас вы ощущаете в своих руках чудесную нить, подарок

мудреца. Давайте проверим, что может произойти, если каждый потянет её на себя. Она

натянется, и будет резать руки. Такие отношения называются натянутыми.

А если кто-то потянет нить на себя, а кто-то не станет это делать. Равновесие круга

нарушится. Кто-то будет чувствовать более устойчиво. О таких ситуациях говорят: «Он

тянет одеяло он себя». Некоторые люди предпочитают надевать эту нить себе на шею.

Хотите попробовать? Ощутили, как больно нить режет шею? В подобных ситуациях говорят: «Посадил себе на шею». Разные эксперименты можно проводить с этой нитью. Многие люди даже посвящают этому целую жизнь. Натянут, разорвут, завяжут узел, наденут на шею или вообще отпустят. Давайте сейчас найдем такое положение и натяжение нити, которое для всех нас будет наиболее удобным. И запомним это состояние каждой клеточкой своего тела.

***Обсуждение:*** Каковы были ваши впечатления от соприкосновения с чудесной нитью,

подарком мудреца? Что было легко, что трудно в этой игре? Чему эта игра может научить

команду?

Ощущение невидимой связи помогает установить доверительные отношения в

команде, комфортность взаимоотношений зависит от того, в каком состоянии находится

нить: натянутом или свободном. Экспериментируя с натяжением нити, мы символически проживали различные типы взаимоотношений друг с другом. Главное, не смотря ни на что, уметь восстанавливать комфортное состояние нити.

**Рефлексия занятия:**

− Что понравилось?

− Что вызывало трудности?

− Чем помог тренинг?

**Завершение тренинга.** Мне хочется поблагодарить каждого из вас за

активное участие и желание взаимодействовать. Желаю вам успехов в вашей трудовой

деятельности.

**Использованная литература:**

 Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. М. Изд-во «Ось-89», 2001.

 Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения/ Пер. с нем. —

М.: Генезис, 2003. — 400 с.

 Ресурсы сети Интернет.

**Приложение 1**

**Информация к «Мозговому штурму»**

**Для чего нужна команда?**

Команда ― это группа лиц, объединённая общими мотивами, интересами, идеалами, действующая сообща. Участники команды объединены поддержкой друг друга и несут коллективную ответственность за результат деятельности всей команды.

**Для чего нужна команда?**

Суммируем, почему важна командная работа: во-первых, это мощный инструмент эффективного достижения целей организации и реализации поставленных внутри нее задач. Во-вторых, командная работа — это инструмент для личностного и профессионального роста каждого сотрудника, который является членом этой команды.

**Что формирует команду?**

Построение команды – это процесс, который включает участие членов команды, сотрудничество и воспитание командного духа между членами команды. Это чувство командного духа внедряется при помощи специальных упражнений и групповых дискуссий.

**Что отличает команду?**

Главный отличительный признак команды – существование общей цели, которая разделяется всеми участниками процесса и каждый несёт ответственность за её достижение.

**Какие преимущества наличия слаженной команды:**

* Совместное решение общих задач, когда каждый вкладывает свои таланты и умения, оказывается более эффективным, чем простое подчинение лидеру.
* Возрастает креативность решений, поскольку на проблему существует столько взглядов, сколько членов команды с ней знакомо.
* Увеличивается работоспособность и дисциплина.
* Меньше риск возникновения критических ошибок, потому что каждый в команде ощущает ответственность за конечный результат.
* Рациональнее распределяются силы, поскольку в команде развита взаимопомощь.
* Не приходится затрачивать дополнительные средства и усилия, чтобы «подтянуть» отстающих – эти вопросы решаются в команде как будто сами по себе.
* Возрастает лояльность, повышается мотивация.

**Приложение 2**

