

Детский тимбилдинг — это не просто развлекательное мероприятие, направленное на веселое времяпрепровождение. Это целенаправленные задания в ненавязчивой игровой форме, которые призваны сплотить детский коллектив, научить ребят разговаривать и договариваться между собой, дружить и поддерживать друг друга, обучить взаимопомощи и взаимовыручке. В игровой форме, в интерактивном формате, через простые, но действенные задачи, которые ставятся перед ребятами, они учатся добиваться вместе каких-то побед, спортивных результатов, настраиваются на успех, где каждый проявляет себя и вносит частичку своего мастерства в общее дело.

Упражнение «Веселый счет»

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

Проведение: Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться. Упражнение позволяет участникам почувствовать другого, понять его мысли с целью более эффективного выполнения задания.

Обсуждение: почему сначала не получалось выполнить задание? Что помогло в выполнении задания?

Упражнение «Чем мы похожи»

Цель: сплочение, создание доброжелательного эмоционального фона.

Проведение: Члены группы сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников на основе какого-либо реально или воображаемого сходства с собой. Следующий приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Упражнение продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу.

Упражнение «Психологическая совместимость»

Цель: познание себя и своего умения сотрудничать в паре.

Проведение: Участники разбиваются на пары. Для упражнения необходимы: ластик (или заменяющий его плоский, небольшой предмет) и ведро (можно заменить другим предметом, который бы служил «собирателем»). Участники в паре становятся друг напротив друга. Вытягивают навстречу друг другу ладони (один — правую, другой — левую), между ладонями помещается ластик. На счет «раз-два-три» участники бросают ластик в ведро. Даётся три попытки. Задача участников скоординировать свои действия и попасть в ведро.

Упражнение «Спутанные цепочки»

Цель: сплочение группы.

Проведение: участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются. Затем участники

вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается "проворачивание шарниров" – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов

или пар.

Упражнение «Пройти через обруч всей группой»

Цель: сплочение группы.

Проведение: все стоят в кругу, взявшись за руки. Ведущий продевает обруч между участниками и все по очередь должны пройти через обруч, но самое главное условие не расцеплять руки.

Упражнение «Я дарю тебе»

Цель: рефлексия, выражение эмоций.

Проведение: участникам предлагается поблагодарить соседа за участие в упражнении и подарить ему какой-либо подарок (нематериальный) с пожеланиями. Таким подарком может стать удачный комплимент, пожатие руки или объятие, предложение дружбы, стихотворение или песня в честь того человека, которому предназначен подарок.

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?