

# КОПИЛОЧКА ИГР



Гулиевой Роялы Логман кызы  
педагога дополнительного  
образования МБОУ СОШ № 6  
имени героя Советского Союза  
Ивана Никитовича Кожедуба

## **КОПИЛОЧКА ИГР**

**Игра «Никто не знает, что я...»** проходит следующим образом. Педагог просит каждого учащегося продолжить фразу «Никто не знает, что я...». Для проведения игры можно воспользоваться мягким предметом, который участники бросают друг другу после своего высказывания. Педагог первым продолжает эту фразу, а затем бросает мягкий предмет (мяч, игрушку) кому-то из школьников, который, поймав предмет, также продолжает эту фразу.

**Игра «Расскажи мне о себе»** может проходить в парах. В течение 2–4 минут школьники рассказывают о себе своему партнёру по паре то, что считают нужным. А потом каждый в течение минуты представляет своего товарища по паре для остальных школьников.

**Игра «Разворачивающаяся кооперация»** позволяет выяснить мнение группы по какому-то вопросу таким образом, чтобы мнение каждого было учтено. Сначала педагог просит каждого школьника сформулировать свои ожидания от предстоящих занятий. На это уйдёт 1–2 минуты. Затем учащиеся объединяются в пары и составляют общий список ожиданий, учитывающий ожидания каждого. Это займёт ещё 2–4 минуты. Далее школьники объединяются в четвёрки и составляют общий для четверых человек список и т. д. Во время работы групп одинаковые ожидания объединяются, при необходимости переформулируются. Ожидания всех участников при этом должны быть учтены. В заключении формируется общий список ожиданий группы, который представляет один из участников.

**Игра «Общее и особенное каждой профессии»**, во время которой школьники делятся на 4 группы, представитель каждой из которых случайным образом выбирает две из заполненных ранее карточек с названиями профессий. В группах школьники заполняют таблицу, в которой есть два столбца. Первый столбец – профессиональные навыки, без которых в этой профессии не обойтись. Второй – не профессиональные, но необходимые навыки для того, чтобы быть успешным в этой профессии. Таким образом, каждая группа опишет навыки, необходимые для двух доставшихся им профессий. После этого выступают представители групп. По окончании выступлений педагог организует обсуждение тех надпрофессиональных навыков, которые назвали школьники.

**Игра «Разговор через стекло».** Играют в парах. Один игрок находится «в магазине», а другой «за стеклом». Они не договорились о покупках, и тот,

который «за стеклом», с помощью мимики и жестов объясняет тому, кто «в магазине», что он желает купить. Затем сверяется «список покупок» – сумели ли участники понять друг друга. Игра показывает, с одной стороны, каков уровень понимания между учащимися, а с другой – демонстрирует роль мимики и жестов в коммуникации.

**Игра «Интонация».** Вступительное слово педагога перед началом игры: «Бывают такие случаи в общении, когда собеседник неправильно интерпретирует интонацию, что служит причиной конфликта. Например, это может выглядеть так:

- А что ты голос на меня повышаешь?
- Да я не повышаю.
- Нет, повышаешь!
- (с раздражением) Нет, не повышаю!
- Ты чего орёшь?!
- (крича) Да не ору я!!!

В начале игры на листочках бумаги школьники пишут название любого чувства или эмоции. Затем листочки собираются, перетасовываются и снова раздаются. Далее все решают, какую строчку из какого известного всем стихотворения взять за основу игры. После этого учащиеся по очереди произносят выбранную фразу с интонацией, соответствующей тому чувству, которое записано на их листочке. Остальные школьники пытаются отгадать, с какой эмоцией школьник произнёс заданную фразу. Эта игра позволяет не только расширить диапазон интонационной выразительности учащихся, но и помогает им обнаружить, насколько адекватно воспринимается их интонация окружающими.

**Игра «Поза».** Двух игроков просят выйти из помещения. Третьему игроку предлагают изобразить позу человека, у которого большие неприятности: с работы уволили, машину разбил, с другом поругался и т. д. Далее просят одного из вышедших за дверь войти, посмотреть на игрока, который изобразил позу и попробовать предположить, что она означает. Затем ему самому надо принять ту позу, которая, на его взгляд, соответствует «переживаниям» предыдущего игрока. Последнему игроку предлагают сделать тоже самое. Все три игрока во время игры сохраняют молчание. Педагог объясняет задание каждому вошедшему в аудиторию игроку отдельно. После завершения игры каждый из игроков рассказывает, что он понял о состоянии своего товарища, анализируя его позу.

**Игра «Паровозик».** В начале игры педагог задаёт учащимся вопрос: «Кто может быть виновен в крушении поезда, если нет никаких помех?» Чаще всего отвечают, что машинист. Далее педагог просит школьников выстроиться в затылок друг другу, положив руки на пояс предыдущему игроку – «паровозиком». Затем детям даётся следующая установка: один хлопок педагога в ладоши – надо всем сделать шаг вперёд, два хлопка – шаг назад, три хлопка – шаг вправо, четыре хлопка – шаг влево. Во время игры будет много ошибок, и те, кто ошибаются, занимают место в конце «паровозика». По окончании игры школьники приходят к выводу, что в «крушении» поезда виноват не всегда первый игрок – «машинист». Можно провести параллель с развитием любой конфликтной ситуации, и прийти к выводу, что и в конфликте тоже может оказаться не один виноватый.

**Игра «Самая опасная для здоровья профессия»,** во время которой каждая группа школьников (в группе может быть по 3–5 человек) выбирает одну из предложенных педагогом профессий и готовит двухминутное сообщение на тему «Потенциальные риски профессии и способы их снижения». Задача других групп задать 1–2 вопроса по прослушанному сообщению. Вопросы должны быть сформулированы так, чтобы ответом было только слово «да» или «нет». Перечень профессий, предложенных педагогом, может быть таким: учитель, программист, продавец, курьер, домохозяйка, журналист, водитель такси, кондитер, блогер, ветеринар и т. д.

**Игра «Первое знакомство».** Два участника – «соискатели» – выходят из аудитории и с помощью заранее подготовленного реквизита создают свой внешний образ, а также готовят небольшой текст для самопрезентации. Их задача: в течение одной-двух минут убедить оставшуюся часть группы, которая выполняет роль «работодателя», что они подходят для работы на вакантном месте. «Соискатели» сами выбирают ту вакансию, на которую они будут претендовать и заранее сообщают об этом «работодателю» (например, курьер на почте, воспитатель детского сада, системный администратор, администратор клуба квестов, стюард в авиакомпании и т. п.). Каждый «соискатель» претендует на «свою» вакансию. После двух последовательных выступлений «соискателей» педагог организует обсуждение, используя вопросы: на что во внешнем облике соискателей вы обратили внимание, прежде всего; каковы сильные стороны участника презентации; что сыграло определяющую роль в вашем решении принять или нет его на работу. После этого обсуждения «соискатели» говорят о том, что они пытались сказать «работодателю» с помощью созданного ими визуального образа и произнесённой речи; что было самым сложным в этом задании для них.

*Игра «Верю – не верю»* связана с историей лженаук – астрологии и нумерологии. Во время игры педагог произносит какое-то утверждение, а школьники или соглашаются с этим утверждением, или нет. Педагог после каждого ответа детей объявляет правильный ответ, и поясняет событие или факт, о которых шла речь в том, или ином утверждении. Можно использовать следующие утверждения:

1. Фильм «Титаник» получил «Оскара» в одиннадцати номинациях. – Да
2. В самом длительном сериале, когда-либо выходящем на ТВ-экраны, более 1800 серий.– Нет, это не так. Драматический сериал «Путеводный свет», повествующий о буднях священника и его приближенных из вымышленного города близ Чикаго, первая серия которого вышла на экраны в 1952 году, стал самым «долгоиграющим» проектом в своем жанре – всего за время трансляции вышло 72 сезона и 18 262 серии – абсолютный рекорд, побить который не удалось еще никому.
3. На самом деле актёр, сыгравший Тома Реддла в детстве, – компьютерная анимация, созданная по детским фотографиям Райфа Файнса, сыгравшего Волан-де-Морта в последних частях саги - Нет, это не так. Волан-Де-Морта в детстве сыграл племянник Райфа Файнса – актёра, которому досталась роль взрослого Темного лорда.
4. Братья Уорнер, чьим именем назван легендарный дистрибьютерский кинобренд Warner Bros., на самом деле никакие не Уорнер, а Вонсколасер. – Нет.
5. Двадцать четыре кадра киноплёнки перед нами проходят за одну секунду – Да.

## **ИГРЫ, ПОМОГАЮЩИЕ РАЗВИТИЮ ВНИМАНИЯ, ПАМЯТИ, ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ**

*Таблицы Шульте.* Первый вариант таблиц изобрёл немецкий психиатр Вальтер Шульте, он использовал их для измерения скорости включения в работу, для определения способности концентрировать и распределять внимание. Таблицы представляют собой квадрат с разным количеством ячеек по вертикали и горизонтали (от квадратов 3 3 до квадратов 16 16). В ячейки вписаны числа, например, от 1 до 25 (если это квадрат 5 5 внеурочной деятельности с 25 ячейками) в произвольном порядке. Задача школьника быстро находить и называть все числа последовательно. Можно в порядке возрастания или убывания, можно записать часть чисел римскими цифрами, можно раскрасить часть ячеек цветом.

**Анаграммы.** В играх этот литературный приём, состоящий в перестановке букв или звуков, используется по-разному. Например, можно, из исходного слова получить другое, используя те же буквы; из набора букв составить слово; выбрать нужный набор букв из предложенных, чтобы получить известное слово.

**Лабиринты.** Школьнику нужно мысленно проследить взглядом одну из запутанных линий на рисунке до её конца. Все линии одного цвета. Можно использовать как изображённые лабиринты, так и лабиринты-головоломки, изготовленные из пластика, дерева, картона.

**Мемори.** Удобнее всего использовать готовую настольную игру, купленную в магазине, и провести небольшой турнир между группами.

**Игра «Достоинства и недостатки».** Школьникам предлагается разделить лист бумаги на две половинки: слева записать достоинства, а справа – недостатки соседа по парте. Если отношения в группе позволяют, то можно обменяться этими записями или предложить ребятам сделать это на их усмотрение. Затем половинку с перечисленными недостатками своего соседа надо отрезать и выбросить, а на достоинствах нужно сосредоточиться ещё раз. После этого участники вместе с педагогом анализируют процесс выполнения задания. Как правило, выясняется, что написать недостатки было гораздо легче, чем достоинства. А вот в профессиональном коллективе жить комфортнее, если ориентироваться на положительные стороны людей, а не «зацикливаться» на отрицательных.

**Игра «Комплимент».** Задание для этого упражнения, на первый взгляд, простое: необходимо сделать комплимент другим участникам занятия. Но, как показывает практика, дети (да, собственно, и взрослые) не только не умеют делать комплименты, но и не умеют их принимать. Задача педагога – продемонстрировать, каким же образом делают комплименты и отвечают на них. Это важное умение для человека, общающегося с разными людьми, в том числе на работе, готового поддержать другого человека и создать позитивную атмосферу вокруг. Педагог должен донести до учащихся две основные мысли: 1. Комплимент ценен тогда, когда сделан искренне. В противном случае – это либо лесть, либо издёвка. 2. На комплимент следует отвечать, иначе рано или поздно у людей может пропасть желание их делать.

**Игра «Репортерский марафон».** Игра проводится в виде соревнования между командами. Каждая команда получает задание, которое нужно выполнить за определенное время. Задание может быть связано с

подготовкой репортажа, интервью или презентации. Команды должны работать вместе, чтобы выполнить задание и представить его жюри. Побеждает команда, которая выполнит задание лучше всех.

***Игра «Фотоохота».*** Участники игры делятся на команды и получают задание сделать фотографии на определенную тему. Команды начинают игру с разных точек и движутся по заранее определенному маршруту. На маршруте находятся контрольные точки, на которых участники должны сделать фотографии. Побеждает команда, которая сделает лучшие фотографии и придет к финишу первой.

***Игра «Редакторский конкурс».*** Участникам игры предлагается прочитать текст и выполнить задания по его редактированию. Задания могут включать в себя исправление грамматических ошибок, улучшение стиля изложения, добавление или удаление информации. Побеждает участник, который выполнит задания лучше всех.

## **ИГРЫ НА ПРЕОДОЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БАРЬЕРА В КОЛЛЕКТИВЕ**

### ***Две правды и одна ложь***

Размер команды: от 3 человек. Время: 2-3 минуты на человека.

Правила игры. Попросите всех в группе рассказать о себе два факта и одну ложь. Чем экзотичнее факты (например, «Я прыгал с парашютом в Коста-Рике») и чем достовернее ложь (например, «У меня две собаки»), тем веселее будет игра. Все эти утверждения можно собрать в презентацию, в которой будет по одному слайду для каждого участника, или же играть без подготовки. Попросите каждого участника представить три таких утверждения о себе и предложите группе проголосовать, чтобы выбрать, что из этого является ложью.

Чем полезно это упражнение. Эта игра хорошо подходит для групп, участники которых пока плохо знают друг друга. То, о чём вы рассказываете, впоследствии может стать темой для разговоров (например, «А что ещё ты делала в Коста-Рике?»), которые помогут составить более полное представление о тех, с кем вы работаете.

### ***Монетка за твои мысли***

Размер команды: от 5 человек.

Время: 2-3 минуты на человека.

Правила игры. Вам понадобится коробка с монетами. Самая старая монета должна быть отчеканена не раньше года рождения самого молодого

сотрудника (тут не получится похвастаться старыми коллекционными монетами). Попросите каждого участника достать монету из коробки и поделиться историей, воспоминанием или чем-то важным, что с ним произошло в году, когда была отчеканена эта монета. Это может быть что угодно, от воспоминания о том, как вы научились ездить на велосипеде, до истории о том, как вы устроились на свою первую работу.

Чем полезно это упражнение. Это весёлый вариант простого упражнения для снятия психологического напряжения, которое даёт всем возможность рассказать коллегам что-то личное. Можно дать всем возможность рассказать по несколько историй, если они получаются короткими, или слушать длинные истории, чтобы больше узнать о каждом из коллег.

### ***Картинки настроения***

Размер команды: от 5 человек.

Время: 2–3 минуты на человека.

Правила игры. Эта игра требует небольшой подготовки, так как вам понадобится набор картинок. Можно собрать вырезки из газет и журналов, плакаты или открытки, а также распечатать картинки из интернета (проще всего искать их в Pinterest). На картинках должны быть пейзажи, города, люди, формы или животные разных цветов и в разных ракурсах.

Разложите картинки и попросите коллег выбрать по одной картинке, соответствующей их настроению. Когда все сделают свой выбор, предложите сотрудникам рассказать, что они видят на изображении, какие чувства оно вызывает, и почему они его выбрали.

Чем полезно это упражнение. Это упражнение – хороший способ начать совещание или семинар, поскольку позволяет прощупать настроение в группе необычным и креативным способом. Необязательно просить участников выбирать картинку по их настроению – с помощью этого метода можно попробовать узнать, что люди ожидают от семинара, их чувства в отношении текущего проекта или о том, как им хотелось бы закончить день. Как говорится, показать проще, чем рассказать, и это упражнение помогает многим людям выражать свои чувства.

### ***Упражнение «Одно слово»***

Размер команды: от 3 человек.

Время: 5-10 минут.

Правила игры. Выберите фразу, связанную с темой совещания, и попросите всех записать или сказать одно слово, которое приходит на ум. Эти слова можно записать на доске или собрать в презентацию, чтобы вернуться к ним позже.

Чем полезно это упражнение. Это хороший способ собрать мнения, мысли или чувства всех участников совещания. Вы сможете оценить атмосферу перед погружением в основную тему встречи, а также обнаружить вопросы или проблемы, которые можно рассмотреть, что сделает совещание более полезным для всех собравшихся.

### ***Рисование спиной к спине***

Размер команды: от 4 человек.

Время: 5-10 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы по два человека и посадите их спиной к спине. Дайте одному человеку бумагу и ручку, а другому человеку покажите изображение чего-то, что достаточно просто нарисовать (это может быть машина, цветок или дом). Человек, который видел изображение, должен описать его своему напарнику, при этом не называя предмет, который нужно нарисовать. Второй человек должен его нарисовать. Можно описывать форму, размер и текстуру, но нельзя сказать, например, «Нарисуй лилию». Когда все рисунки будут готовы, представьте их на всеобщее обозрение и посмотрите, насколько они похожи на оригиналы.

Чем полезно это упражнение. Эта игра – забавный способ поработать над коммуникационными навыками, в особенности над умением слушать. Кроме того, она даёт участникам коллектива возможность проявить творческое мышление, найдя нестандартный способ описать изображение коллеге.

### ***Построение по дням рождения***

Размер команды: от 8 человек.

Время: 10-15 минут.

Правила игры. Попросите команду выстроиться в линию по порядку дней рождений, не разговаривая друг с другом. Можно общаться знаками и жестами, подталкивать друг друга, чтобы перестроиться. Упражнение можно усложнить, ограничив игру по времени!

Чем полезно это упражнение. Кроме того, что все узнают, когда у кого день рождения (чем впоследствии всегда можно будет воспользоваться, чтобы начать разговор), команда учится общаться без слов. И хотя это упражнение довольно сложное и может вызывать отрицательные эмоции, оно тренирует навыки определения контуров проблем, совместной работы и невербальной коммуникации.

### ***Шарады***

Размер команды: 8-10 человек.

Время: 10-25 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы по 4 или 5 человек. Первому участнику показывают или дают случайный предмет (например, принтер, степлер, клавиатуру), не демонстрируя его остальным. Затем он должен показать, как использовать этот предмет, не показывая сам предмет команде. У команды есть 30 секунд на то, чтобы отгадать название предмета (время можно менять в зависимости от сложности предмета).

Затем наступает очередь другой команды. Игра продолжается до тех пор, пока все участники команды не покажут предмет команде.

Чем полезно это упражнение: Эта весёлая игра – хороший способ отвлечься после сложного дня на креативное занятие, не связанное с учебой или работой.

### ***Быстрая перемена***

Размер команды: 10-20 человек.

Время: 10-15 минут.

Правила игры. Разделите команду на две группы и выстройте их друг напротив друга. Команда А получает возможность в течение 15-30 секунд запомнить как можно больше деталей о внешности людей, стоящих напротив. Затем команда А отворачивается, а команда Б старается как можно сильнее изменить свой внешний вид.

Можно делать всё – изменять порядок, в котором стояли игроки, меняться обувью или менять причёску. Примерно через 45 секунд команда А поворачивается обратно. У них есть от 5 до 10 минут на то, чтобы заметить все изменения. Время можно подобрать с учётом размера группы.

Чем полезно это упражнение. Эта игра – хороший способ сделать перерыв посередине долгого дня и на время забыть о работе. Кроме того, в процессе изменения внешности команда получает возможность попрактиковаться в невербальной коммуникации с ограничением во времени.

### ***Правила поведения***

Размер команды: от 5 человек.

Время: 20-30 минут.

Правила игры. Эта игра хорошо подходит для того, чтобы настроиться на начало нового проекта или семинара. Напишите на доске названия двух категорий: «Значимо» и «Приятно» и попросите группу сказать, что, по их мнению, необходимо, чтобы этот проект или семинар был таким. Это может быть что угодно, от «регулярных перерывов» до «прозрачности и честности». Команда может записывать ключевые слова на доске, а затем обсудить их более подробно.

Идеи, которые все сочтут как *значимыми*, так и *приятными*, будут занесены в правила поведения для проекта или семинара. Составленный таким образом список будет напоминать команде о том, что они должны придерживаться этих ценностей.

Чем полезно это упражнение. Будь то первый день семинара, начало нового проекта или просто утро понедельника, это упражнение будет отличным способом привести всех обучающихся к общему знаменателю. Устанавливая нормы поведения и ценности для группы с самого начала и призывая всех соблюдать их с помощью облечённого в письменную форму кодекса поведения, вы формируете чувство локтя в коллективе. А если эта игра проводится виртуально, можно собрать идеи всех участников с помощью нашего шаблона для коллективного обсуждения.

### ***Общие черты***

Размер команды: от 10 человек.

Время: 30 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы от трёх до пяти человек. Затем попросите обучающихся найти, что общего есть у всех участников группы. Это может быть любимый сериал, вкус мороженого или хобби. Все должны постараться найти схожие черты, которые не будут слишком поверхностными или очевидными. Чем больше общих черт они найдут у себя, тем лучше! Если позволяет время, попросите разные группы поделиться друг с другом своими находками.

Чем полезно это упражнение. Эта игра позволяет сотрудникам узнать о том, что было бы затруднительно в других обстоятельствах. Её также можно использовать, чтобы снова объединить команды, в которых чувствуется разобщённость. Обсуждение одинаковых симпатий и антипатий помогает почувствовать близость с коллегами.

Читать более 100 цитат для мотивации и вдохновения коллектива на совместную работу

## **ИГРЫ НА РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ**

Командные игры на решение проблем помогут развить навыки командной работы, совместного решения задач, достижения целей и успеха. Используете ли вы новые методы коллективного обсуждения или отправляетесь в путешествие всей командой, эти упражнения отличный способ улучшить навыки решения проблем.

### ***Ваша первая идея***

Размер команды: 5-12 человек.

Время: 10-20 минут.

Правила игры. Для этой игры можно использовать выдуманную или настоящую проблему, с которой столкнулась команда. Она также подходит для поиска новых идей и коллективного обсуждения. Попросите всех участников команды записать первую идею, пришедшую в голову, когда вы рассказывали о проблеме. Составьте список всех идей и проработайте его всей командой.

Забавной вариацией этой игры будет попросить всех записать свою худшую идею. После того обсуждения получившегося списка всей командой, может оказаться, что эти идеи не такие уж плохие.

Чем полезно это упражнение. Мы часто подходим к решению проблем слишком серьёзно и формально. Записав первое, что приходит в голову, можно обнаружить новые точки зрения и решения.

### ***Задняя сторона салфетки***

Размер команды: 6-24 человека.

Время: 15-20 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы по два или четыре человека и предоставьте им набор открытых проблем. Можно использовать проблемы, связанные с работой, воображаемые проблемы или проблемы экологии. Каждая группа получает салфетку и ручку, и должна нарисовать или написать решение проблемы, обсудив её в группе. Затем эти решения представляются остальным участникам.

Чем полезно это упражнение. Считается, что некоторые из лучших идей человечества были записаны на салфетках (людям всё равно, на чём писать, когда появляется яркая мысль). Эта игра имитирует такую ситуацию и заставляет команду работать вместе над проблемой, требующей креативного решения.

### ***Придумайте свою игру***

Размер команды: 5-12 человек.

Время: 30-60 минут.

Правила игры. Каждый участник должен придумать собственное упражнение, связанное с решением проблем, и представить его группе. Будет ли это физическая, умственная или творческая задача, зависит от вашей команды. Если позволяет время, после их представления можно сыграть в некоторые игры!

Чем полезно это упражнение. Создавать собственные игры интересное и по-настоящему творческое занятие, позволяющее, к тому же, сотрудникам

продемонстрировать свои сильные стороны, составляя задачи, за решение которых они готовы взяться.

### ***Построение диапазона***

Размер команды: 5-15 человек.

Время: 30-60 минут.

Правила игры. Предоставьте команде несколько тем, мнения обучающихся о которых вы бы хотели узнать. Запишите эти темы на доске и раздайте всем стикеры и ручки. Попросите всех записать свои мысли и прикрепить их к доске под соответствующей темой.

Затем вся группа вместе должна рассортировать стикеры. Постарайтесь сгруппировать похожие идеи вместе слева от темы, а необычные мнения – справа. Тем самым слева будет сформирован спектр из популярных мыслей и мнений, а справа окажутся более экстремальные воззрения.

Чем полезно это упражнение. Эта игра поможет сформировать карту различных точек зрения вашей команды по разным темам. Не забывайте о том, что непопулярные мнения необязательно неверны. Знакомство с этим разнообразием поможет открыть новые точки зрения и обнаружить инновационные идеи для решения проблем, с которыми сталкивается команда.

### ***Что бы сделал мистер X?***

Размер команды: 5-10 человек.

Время: 45-60 минут.

Правила игры. Представьте команде проблему и попросите всех назвать одного знаменитого человека или лидера, которым они восхищаются. Это может быть знаменитость, предприниматель или их родственник. Попросите обучающихся подойти к решению проблемы, принять на себя образ этого человека, и рассказать о выработанном решении (участники, которые войдут в роль, получают дополнительные очки).

Чем полезно это упражнение. Зацикленность на себе часто мешает людям эффективно решать проблемы. Поставив себя на место другого человека, можно найти новые решения. К тому же на время притвориться кем-то ещё просто весело!

### ***Командная гонка преследования***

Размер команды: 6-24 человека.

Время: 1-3 часа.

Правила игры. Сформируйте группы от двух до шести человек, которые будут соревноваться друг с другом в серии испытаний. Можно приобрести

набор для гонки преследования в сети или подготовить собственную игру, но это займёт много времени.

Вам нужно будет создать набор испытаний для команды: это могут быть физические испытания, требующие силы и выносливости, интеллектуальные задания, проверяющие логику и скорость мысли, проверки навыков, похожие на тесты на профпригодность, а также испытания-загадки, которые обычно требуют умения мыслить творчески и нестандартно (например, придумать уникальное рукопожатие, сделать необычную фотографию и так далее).

Чем полезно это упражнение. Хорошая игра в гонку преследования будет весёлым испытанием, позволяющим всем участникам команды показать свои таланты. Неважно, хорошо ли вы бегаєте, быстро думаете или хорошо решаете креативные проблемы, все смогут внести свою лепту в успех команды. Эта игра позволяет объединить команду и взглянуть на своих коллег под другим, порой совершенно неожиданным, углом.

### ***Взлом кода***

Размер команд: 8-24 человека.

Время: 1-3 часа.

Правила игры. В эту головоломку команда может играть в помещении или на свежем воздухе. В игре участникам нужно найти и взломать несколько кодов, чтобы победить.

Чем полезно это упражнение. Эта игра требует креативного мышления, формирует атмосферу соревнования и подходит большим коллективам, потому что их можно разбить на группы поменьше.

## **КОМАНДООБРАЗУЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ПОМЕЩЕНИЙ**

### ***Идеальный квадрат***

Размер команды: 4-12 человек.

Время: 15-30 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы от четырёх до шести человек и попросите каждую группу встать в круг. Попросите всех участников завязать или закрыть глаза и дайте одному человеку верёвку. Не глядя на то, что они делают, команды должны передавать кусок верёвки так, чтобы каждый человек держал её, и при этом сформировать идеальный квадрат. Когда команда уверена, что квадрат готов, можно положить верёвку на пол, снять с глаз повязки (или открыть глаза) и посмотреть, что получилось.

Чем полезно это упражнение. Данная игра не просто проверяет умение формировать идеальные геометрические формы, это также отличное упражнение, развивающее умение слушать и навыки коммуникации. Так как

никто не видит, что делает, участникам команды нужно постараться ясно выражать свои мысли, пока они пытаются сделать прямоугольник из верёвки. Зачастую бывает очень весело смотреть на то, какие получаются квадраты.

### ***Машина времени***

Размер команды: 5-10 человек.

Время: 20-30 минут.

Правила игры. Это упражнение на сплочение команды лучше всего проводить в тихом месте, где все могут сесть в круг. Попросите участников подобрать уникальное воспоминание о своей жизни. На обдумывание команде можно предоставить несколько минут. Затем попросите всех поделиться одним воспоминанием, которое они хотели бы пережить заново, если бы можно было повернуть время вспять.

Возможно, поначалу не всем будет комфортно делиться воспоминаниями, поэтому поддержите атмосферу открытости и сделайте так, чтобы всем было легко рассказывать о важных для них моментах.

Чем полезно это упражнение. Эта игра помогает сотрудникам вспомнить о своих приоритетах и сплотиться на более глубоком уровне. В команде, страдающей из-за разобщённости или стресса, можно создать чувство близости благодаря тому, что коллеги поделятся друг с другом не связанными с работой воспоминаниями. Хотя это упражнение не занимает много времени, его лучше провести ближе к вечеру, чтобы у всех была возможность хорошенько обдумать сказанное.

### ***Бумажный самолётик***

Размер команды: 6-12 человек.

Время: 20-30 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы от двух до четырёх человек и раздайте бумагу. Дайте каждой команде от 10 до 15 минут на то, чтобы создать бумажный самолётик, который сможет пролететь как можно дальше (пользоваться интернетом для поиска вариантов можно) и придумать название авиакомпании.

Когда бумажные самолёты будут готовы, проведите соревнование в длинном коридоре или на улице, чтобы узнать, какое воздушное средство пролетит дальше всех.

Чем полезное это упражнение. В этой игре участникам нужно вместе работать над проектом со сжатыми сроками. Это занятие помогает практиковать навыки общения, делегирования и управления временем.

### ***Строим башню***

Размер команды: 8-16 человек.

Время: 20-30 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы по четыре или пять человек и выдайте им по 20 соломинок сухого спагетти, метру скотча, метру верёвки и одну зефирку. Каждая команда должна построить как можно более высокую башню, используя только эти материалы. Законченная башня должна удерживать зефир сверху. Поставьте таймер на 20 минут и попросите всех отойти от башен, когда время выйдет, после чего выберите победителей.

Чем полезно это упражнение. Это задание помогает улучшить навыки решения проблем и коммуникации в команде. Участникам нужно будет подготовить прототип, построить башню и представить её за короткое время, действуя в условиях определённого стресса. Чем лучше они работают вместе, тем выше вероятность успеха.

### ***Переворот***

Размер команды: 6-8 человек.

Время: 20-30 минут.

Правила игры. Положите на пол полотенце, одеяло или простыню и попросите участников встать на неё. Цель игры в том, чтобы перевернуть то, на чём они стоят, не убирая с материала ноги и не дотрагиваясь до пола. Задание можно усложнить, увеличив размер команды или воспользовавшись одеялом или простыней поменьше.

Чем полезно это упражнение. Эта игра требует чёткой коммуникации, навыков совместной работы и чувство юмора. Это хороший способ узнать, насколько хорошо у обучающихся получится работать вместе, когда они сталкиваются со сложной задачей.

### ***Посмотри и запомни***

Размер команды: 4-20 человек.

Время: 30 минут.

Правила игры. Постройте конструкцию из Lego и спрячьте её в отдельной комнате. Разделите команду на группы от двух до четырёх человек и дайте им достаточное количество кирпичиков Lego, чтобы они смогли повторить конструкцию за 30 минут или меньше.

Один из игроков в команде может зайти и посмотреть на исходную конструкцию в течение 15 секунд, затем он должен вернуться к команде и описать её. В следующий раз быстро посмотреть на конструкцию должен другой участник команды, таким образом, в ходе игры все получают

возможность увидеть её. Выигрывает команда, которая первой закончит конструкцию, максимально похожую на оригинал.

Чем полезно это упражнение. В рамках этой игры команда концентрируется на коллективной работе и коммуникации. Так как только один человек за раз может посмотреть на оригинал, участники могут запомнить разные детали. Чем сложнее конструкция, тем сложнее будет игра.

### ***Пирамиды***

Размер команд: 8-24 человек.

Время: 30 минут.

Правила игры. Для этой игры вам понадобится большое открытое пространство, например коридор, переговорная или кафетерий. Разделите команду на группы от четырёх до шести человек и выдайте каждой из них по 10 бумажных стаканчиков. Попросите команды выстроиться в линию так, чтобы между участниками было 2–3 метра. Дальше начинается гонка на время!

Первый человек в каждой линии должен построить пирамиду с четырьмя стаканчиками в основании. Когда он закончит, второй человек должен помочь ему отнести пирамиду на станцию команды (она может быть на столе или на полу). Они могут перемещать её по полу или нести вместе, но если пирамида развалится, участникам придётся снова собрать её, чтобы двигаться дальше. На следующей станции второй игрок должен опрокинуть пирамиду и заново собрать её, чтобы третий игрок помог донести её до следующей станции. Этот процесс продолжается, пока пирамида не окажется на последней станции. Выигрывает та команда, которая закончит первой.

Чем полезно это упражнение. В эту игру весело играть во время обеденного перерыва, она развивает навыки коммуникации и командной работы.

### ***Кораблекрушение***

Размер команд: 8-25 человек.

Время: 30 минут.

Правила игры. По условиям этой игры ваш корабль выбросило на необитаемый остров, и у вас есть всего 25 минут на то, чтобы забрать с него предметы, необходимые для выживания, пока он не утонет. Разложите бутылки с водой, спички, еду и так далее в «зоне кораблекрушения». Также можно распечатать карточки с изображением этих предметов. Количество доступных предметов должно быть ограничено, причём чего-то должно быть больше, а чего-то меньше (например, воды больше, чем еды, тентов меньше, чем команд, ножей больше, чем верёвок, и так далее).

Разделите команду на группы по два человека (или больше, если людей много). После запуска таймера игрокам нужно будет собрать с тонущего корабля столько предметов, сколько, как им кажется, необходимо, и оценить их по степени важности. Так как количество предметов ограничено, группам придётся не только расставлять приоритеты для себя, но также договариваться и обмениваться предметами с другими командами.

Чем полезно это упражнение. Эта игра проверяет умение решать проблемы, поощряет совместную работу, и позволяет участникам команды проявлять свои лидерские навыки. Как правило, команды с сильным руководителем успешнее всего принимают решения быстро.

### ***Флаг команды***

Размер команды: 6-20 человек.

Время: 30-45 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы от двух до четырёх человек и раздайте бумагу и ручки. Каждая группа должна создать эмблему или флаг для своей команды. Когда все закончат рисовать, нужно представить эмблему остальным командам и объяснить, почему был выбран такой дизайн. Это упражнение также даёт возможность обсудить, как каждая группа определила свои общие ценности и смогла передать их в разработанном дизайне.

Чем полезно это упражнение. Это хороший способ проявить творческие способности. Команде нужно будет не только придумать уникальный дизайн, отражающие индивидуальные особенности коллектива, но и поработать вместе над его реализацией и представлением своего флага или эмблемы в конце игры.

### ***Соль и перец***

Размер команды: 6-20 человек.

Время: 45-60 минут.

Правила игры. Вам понадобится список вещей, которые хорошо сочетаются друг с другом, как, например, соль и перец, левый и правый носок, день и ночь, арахисовое масло и мармелад или инь и янь. Напишите эти слова на отдельных листах бумаги и прикрепите их к спинам участников.

Попросите участников начать общаться друг с другом, чтобы узнать, что написано у них на спине, задавая только вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет» (например, «Я сладкий? Меня можно надеть? Я холодный?»). Когда участники узнают, кто они, им нужно будет найти себе пару!

Чем полезно это упражнение. Эту игру можно использовать для сплочения коллектива и развития навыков коммуникации. Если у вас большая команда, она также предоставляет сотрудникам возможность пообщаться с людьми, с которыми они обычно не разговаривают.

### ***Продай это***

Размер команды: от 3 человек.

Время: 45-90 минут.

Правила игры. Попросите каждого сотрудника принести на встречу случайный предмет. Затем каждый из них должен будет создать логотип, слоган и маркетинговый план для продажи этого предмета. Через 30 минут участники по очереди презентуют свой новый продукт остальным. Если у вас большая команда, разделите её на группы по 2–4 человека для совместной работы над презентацией продукта.

Чем полезно это упражнение. Эта игра помогает переключиться, если вы уже и так работаете в области маркетинга или продаж. В неё интересно играть с другими, потому что она позволяет проявить творческие способности и весело провести время.

### ***Пазл по бартеру***

Размер команды: 4-12 человек.

Время: 1-2 часа.

Правила игры. Разделите команду на группы по три или четыре человека и выдайте каждой группе разные пазлы одинакового уровня сложности. Попросите их вместе собрать пазл. Подвох заключается в том, что в каждом пазле не хватает нескольких кусочков, которые перемешаны с кусочками другой команды. Командам нужно будет найти способы получить эти недостающие кусочки путём переговоров, обмена кусочками пазлов или даже путём обмена участников. Все решения должны приниматься совместно. Побеждает первая команда, которая соберёт пазл.

Чем полезно это упражнение. Каждое решение должно приниматься коллективно, что позволяет участникам поработать над навыками решения проблем.

***Имена из спичек.*** Перед группой выкладывают коробку спичек и предлагают коллективно выложить из спичек имена всех собравшихся таким образом, чтобы была использована вся коробка. Размер каждой буквы может быть, каким угодно, а ломать спички нельзя. Одну букву можно использовать для нескольких имен.

Если участники не успевают, им задают вопрос, сколько минут нужно, чтобы закончить. По истечении этого времени вопрос повторяют.

Примечание: Количество спичек можно взять из расчета 10 на каждого участника.

**Клад.** Группе сообщают условия игры. Представьте, что вы все нашли клад и у вас в распоряжении 1000 золотых монет. За 5 минут вы должны разделить эти деньги, иначе их конфискуют. Критерии отбора и правила распределения нужно определить самостоятельно. Нельзя тянуть жребий и разделять клад поровну.

*В игру можно играть дистанционно.*

**Дом.** Реквизит: два набора карточек с изображениями предметов и элементов дома, которые могут использоваться в качестве подсказок.

Участники делятся на две команды. Педагог дает задачу. Нужно «построить» два дома. Каждый участник должен кем-то стать. Кто-то дверью, кто-то стенами, кто-то крышей, а кто-то декором или телевизором. Каждый должен аргументировать свой выбор, другие участники должны подтвердить, что это – лучшее применение. Должен получиться полноценный функциональный дом. Должно быть учтено все, что позволит сделать дом полноценным.

Каждая команда «защищает» свой дом, объясняет, что в нем есть и как функционирует. Команда сама решает, как будет организована презентация.

*В игру можно играть дистанционно.*

**Круг.** Время проведения – 10 минут.

Присутствующие закрывают глаза и начинают двигаться по помещению хаотично. Можно предложить участникам изображать пчел и издавать гудение. По сигналу педагога все должны остановиться и остаться там, где их застал сигнал. После этого они должны стать в круг, стремиться, чтобы круг получился ровным. Участникам нельзя открывать глаза и переговариваться, можно только трогать друг друга руками. По второму сигналу участники открывают глаза и оценивают ровность круга. С первого раза ровный круг создать не удастся, участникам предлагают повторить упражнение.

Игра имеет две цели. Участники в ходе игры учатся координировать свои действия, учатся невербальному общению и саморегуляции, а наблюдатель может провести экспресс-диагностику групповой сплоченности.

В конце игры при обсуждении участникам задают вопросы, насколько сложно было и что именно, почему не удастся построить ровный круг, приводя к выводу, что для идеального результата важна согласованность действий команды. Иногда игры на командообразование становятся метафорами для совместной работы группы.

**Раз, два, три...** Педагог предлагает участникам считать. Кто-то говорит «Один», кто-то «Два» и так далее. Если участники назвали число одновременно, игра начинается заново. Разговаривать запрещается. Молча можно подавать друг другу любые знаки, используя жесты и мимику. Если есть необходимость усложнить игру, можно предложить участникам сделать то же самое, но с закрытыми глазами. Участники учатся предугадывать действия друг друга, использовать невербальные сигналы и наладить эмоциональную связь друг с другом.

*В игру можно играть дистанционно.*

**Синхронные упражнения.** Педагог предлагает произвести движения, все должны выполнить их по очереди. Например, вытянуть руки, поворачивать руками, головой, взять ручку и сделать какое-то движение. После этого движение нужно выполнить синхронно. Если это смешные действия, получается очень забавно и весело.

**Узел.** Увлекательная игра, вызывающая много эмоций и сближающая людей. Необходимо завязать узел, используя одну веревку, не выпуская ее из рук. Если группу разделить на две команды, то одна завязывает узел, вторая развязывает.

**Продукт.** Каждому участнику раздают продукт, который ему нужно изучить досконально в течение нескольких дней. Наступает день, когда каждый рассказывает о продукте все, что смог изучить, называя его достоинства и недостатки. После этого все оценивают выступление каждого, называя преимущества и недостатки. В качестве продукта может быть продукт или услуга, реально продаваемые в компании, новые продукты и услуги компании.

*В игру можно играть дистанционно.*

## **КОМАНДООБРАЗУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ**

### ***Минное поле***

Размер команды: 4-10 человек.

Время: 15-30 минут.

Правила игры. Создайте минное поле на парковке или другом открытом пространстве, хаотично разложив различные предметы, например, бумагу, мячи, конусы и бутылки. Разделите команду на группы по два человека и попросите одного из них завязать глаза. Второй человек должен вести человека с завязанными глазами по минному полю, используя только слова.

Человеку с завязанными глазами нельзя разговаривать, и он будет исключён из игры, если перестанет идти или наступит на что-то на минном поле.

Цель игры – пройти до другой стороны минного поля. Затем участники команды могут поменять ролями, чтобы пройти в обратную сторону. Чтобы повысить уровень сложности, можно разложить на поле предметы, которые человеку с завязанными глазами нужно будет собрать.

Чем полезно это упражнение. Эта игра не просто упражнение на доверие, но и весёлый способ применить на практике навыки активного слушания и коммуникации.

### ***Не коснуться мячом земли***

Размер команды: 5-20 человек.

Время: 15-45 минут.

Правила игры. Вам понадобится воздушный шарик или любой мяч размером с мяч для волейбола. Попросите команду встать в круг и постараться удержать шарик или мяч в воздухе как можно дольше. Чтобы усложнить задачу, можно добавить условие о том, что никто не может коснуться мяча два раза подряд. Чем больше участников в команде, тем интереснее игра!

Чем полезно это упражнение. Эта забавная игра – хорошая возможность немного подвигаться для всей команды. Если вам сложно долго удерживать мяч в воздухе, попробуйте разработать стратегию, чтобы улучшить время.

### ***Поиск предметов***

Размер команды: от 8 человек.

Время: 45-90 минут

Правила игры. Подготовьте для команды игру в поиск предметов. Это может быть список фотографий, которые нужно сделать (например, что-нибудь красное, все сотрудники на фоне логотипа компании, машина директора и так далее), список вещей, которые нужно найти (например, буклет компании, жёлтый стикер с подписью руководителя, пакетик кетчупа из столовой и т. д.), или другие действия, которые нужно выполнить на определённом маршруте.

Чем полезно это упражнение. Чем больше людей участвует, тем интереснее будет эта игра. В одну группу можно объединить людей, которые не очень хорошо знают друг друга, чтобы у них было время познакомиться во время игры. Постарайтесь разработать квесты связанными с компанией, чтобы участники узнали несколько интересных фактов в ходе игры. Чтобы повысить мотивацию, можно пообещать призы для самой креативной команды или для первой команды, которая закончит испытание.

### ***Защита для яйца***

Размер команды: 4-12 человек.

Время: 60-90 минут.

Правила игры. Разделите команду на группы по два или три человека и выдайте каждой по сырому яйцу (сразу возьмите побольше яиц, на случай, если они разобьются до финального этапа соревнований). Также нужно будет предоставить участникам такие материалы, как скотч, трубочки, резинки, газеты и шарики. Задача игроков – создать из этого всего конструкцию, которая защитит яйцо от падения со второго или третьего этажа.

Каждая команда получает 60 минут на построение конструкции. Когда время выйдет, попросите участников принести яйца и защитные сооружения, чтобы скинуть их из окна. В финале соревнований станет ясно, какая команда спроектировала и построила самую лучшую систему защиты.

Чем полезно это упражнение. Совместное проектирование и реализация защитной конструкции проверяет навыки решения проблем и совместной работы.

### ***Командная вылазка***

Размер команды: Любой.

Время: Любое.

Правила игры. Запланируйте для команды совместный выезд. Можно посетить кулинарный мастер-класс или сходить в музей. Если вы хотите устроить мероприятие, к которому участникам нужно будет готовиться, запланируйте пробег на 5 километров или соревнование по настольному теннису. Также можно заняться чем-то, не требующим особых усилий, например, пригласить весь коллектив в боулинг после работы и поиграть вместе в расслабленной атмосфере.

### ***Поддержка общего дела***

Размер команды: от 5 человек

Время: Любое

Правила игры. Организуйте для команды мероприятие, не связанное с рабочими обязанностями. Это может быть благотворительное мероприятие, гаражная распродажа или сбор средств в поддержку чего-то важного для всего коллектива.

Если у обучающихся есть несколько поводов для таких мероприятий, можно проводить их регулярно, каждый месяц или раз в квартал. Также можно поддерживать разные благотворительные организации, чтобы учесть интересы всех обучающихся.

Чем полезно это упражнение. «Эйфория помощника» укрепляет физическое и ментальное здоровье. Когда вы вместе делаете что-то хорошее, это помогает сплотить команду.