Тимбилдинг

Всем привет! Сегодня мы будем выполнять различные упражнения, чтобы стать более сплочёнными! Это вам поможет лучше проводить время друг с другом! Вперёд!!!

- [ ] **1.** 1 игра - Держи, чтобы не упасть

  На первый взгляд простая и быстрая задача, с которой на самом деле сложно справиться. Учит взаимодействовать сообща. Разделите участников на 2 команды. Игроки каждой команды становятся в две шеренги лицом друг к другу и выстраиваются в шахматном порядке. Вытягивают перед собой указательный палец левой руки. Пальцы должны быть на уровне груди самого высокого участника и образовывать одну линию. Ведущий кладет тонкий прут, перекрывающий все пальцы. Команды должны на перегонки опустить прут на землю, не открывая пальцев от палочки. Ведущий следит за тем, чтобы все проходило честно.

- [ ] **2.** 2 игра - Электрический забор

  Игроки одной команды выстраиваются по одну сторону электрического забора. Каждый игрок должен пересечь верхнюю веревку, не дотронувшись к ней. Без помощи напарников по «побегу» не обойтись. Поскольку игра на время, необходимо правильно рассчитать силы и продумать стратегию. Участники, перешедшие забор, продолжают участвовать в игре, помогая оставшимся по ту сторону. Кому-то придется встать не четвереньки, а кого-то поднять на руках, чтобы выполнить условия игры.

- [ ] **3.** 3 игра - Стрит-арт

  Разделите игроков на команды по 5-10 человек в зависимости от размера щитов для рисования. Возможно, вы откроете для себя новые таланты, провокационных художников и лидеров. Каждый игрок должен быть задействован в рисовании. Найдите в своем городе тех, кто увлекается граффити. Если любителя стрит-арта не отыскать, расскажите о мерах предосторожности в работе с аэрозольными красками.

- [ ] **4.** 4 игра - Формула 1

  Каждая команда делает по спортивной машине для участия в импровизированной Формуле-1. К гонке допускаются полностью готовые автомобили. Необходимо воссоздать точную копию болида и устроить заезд на скорость. Масштабное

мероприятие для тимбилдинга, о котором точно не забыть. Сложность игры — изготовление машины из дерева, которая выдержит вес взрослого человека и преодолеет дистанцию. Проехать нужно расстояние в 50 или 100 м на скорость. Один игрок садится за руль, а другие подталкивают болид, чтобы разогнать машину и прийти к финишу быстрее соперников.

- ☐ **5.** 5 игра - Скованные одной целью

Разделите игроков на команды по 2-4 человека. Участники каждой команды встают вкруг. Ведущий связывает руку одного игрока с рукой соседа. Полностью связанные участники должны что-то сделать вместе: приготовить сэндвичи, связать косу из лент, перемещаться через полосу препятствий, собрать пазл, сделать картонную коробку и обернуть ее в подарочную упаковку. Задание может быть любым. Сложность игры в том, что нельзя сделать движение без помощи соседа. Участники почувствуют в игровой форме, как действие одного влияет на остальных. Игра на время, по истечению которого оцениваются работы.

- ☐ **6.** 6 игра - Минное поле

Необходимо перейти «минное» поле по импровизированным островкам друг за другом. Островки разбросаны в любом порядке в виде дорожки. В качестве островков можно использовать любое покрытие, которое выдержит вес 1-2 человек. Нельзя наступать на землю. Участник, сошедший с островка, стартует заново. Островки должны быть удалены друг от друга так, чтобы с одного можно было перешагнуть или перепрыгнуть на другой. Победа присуждается команде, которая пришла к финишу быстрее. Время засчитывается по последнему игроку, добравшемуся до финишного островка.

- ☐ **7.** 7 игра - Забег на лыжах

Выберите ровную открытую лужайку. Наметьте линию старта и финиша. Разделите участников мероприятия на команды, в которых может быть по 3-5 человек. Количество игроков зависит от подготовленного инвентаря. Участникам нужно встать на беговые лыжи и пройти дистанцию на скорость. Чем быстрее наладиться коммуникация, тем быстрее дойдете до цели. В этой игре точно проявится лидер, который скоординирует действия остальных. Первые неловкие шаги рассмешат и позволят участникам расслабиться.

- ☐ **8.** 8 игра - Ловкий и выносливый

Победит команда выносливых и ловких, которые продержали мяч на брезенте дольше всего. В полотне нужно сделать несколько отверстий. В них свободно должен проходить теннисный мяч. Ведущий делит участников мероприятия на команды. Игроки растягивают брезент и держат его на весу со всех сторон. По команде ведущего

встряхивают брезент, а ведущий закидывает 1 теннисный мяч на него. Игрокам нужно перекатывать мяч по брезенту так, чтобы он не провалился в отверстие.

Вы все большие молодцы! Я рад, что вы стали такими дружными! Оставайтесь такими всегда! Спасибо!!!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?