Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Подсинская средняя школа»

|  |  |
| --- | --- |
| УТВЕРЖДАЮ:  Директор школы  Приказ № 171  \_\_\_\_\_\_\_/О.Н.Фокина  31 августа 2024 г. |  |

Программа внеурочной деятельности

«Основы тимбилдинга»

7 классы

*Направление: Общеинтеллектуальное*

Автор: Ширковец О.А.

Подсинее, 2024 г.

**Пояснительная записка**

Федеральный государственный стандарт общего и среднего общего образования регламентирует формирование коммуникативной компетентности выпускника, что выражается не только в «готовности и способности осознанно, уважительно и доброжелательно относиться к другому человеку, но и в готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания». Эти показатели позволяют оценивать результаты образования выпускника, его сформированных качеств, которые могут пригодиться на рынке труда.

Отличительной особенностью коммуникативной культуры подростков является предъявляемое требование к собеседнику об обратной связи, предполагающей непосредственный отклик на их мысли, чувства, заботы и проблемы. По наличию обратной связи дети данного возраста устанавливают наличие или отсутствие желания другого человека разделить его трудности, войти в его положение и почувствовать его проблемы как свои собственные.

Именно коммуникативная культура, на наш взгляд, может являться условием успешной адаптации личности ребенка к жизни в обществе.

Проблема культурного общения школьников - одна из самых важных сегодня в организации социальной учебной среды. Для старших школьников в возрасте 12-13 лет обучение и общение являются ведущими видами деятельности.

**Цель:** формирование у обучающихся 7 классов коммуникационных компетенций, позволяющих им повысить сплоченность класса.

**Задачи:**

**-** на основе анализа современной литературы рассмотреть понятия «Тимбилдинг» «Коммуникация и командообразование», «Культура»;

- обучить школьников практическим методам работы в команде для развития внутреннего единства класса;

- проанализировать результаты обучения коммуникационных возможностей подростков после реализации программы.

**Результативность программы:**

***Эмпирические индикаторы сплоченности коллектива:***

1. Развитость неформальных отношений внутри группы, включенность членов коллектива в общение, лидерство в группе;
2. Принятие групповых решений, сотрудничество в группе,автономность класса при решении единых задач;
3. Улучшение социально-психологического климат в группе и повышение качества образования в классах.

***Коммуникационные:***

1. Развитие навыков партнерского общения, а также открытое обсуждение проблем группы.

2. Владение подростками приемов эффективного общения, формирование умений и навыков установления контакта в межличностном общении.

**Реализация программы**

Программа рассчитана на 1 учебный год по 1 часу в неделю (34 часа).

Участники программы: обучающиеся 7 классов.

Возраст участников: 12-13 лет.

**Календарно – тематическое планирование занятий.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование разделов** | **Всего часов** | **Всего часов теории** | **Всего часов практики** |
| **1** | **Раздел 1. Начальный этап групповой динамики** | **4ч.** | **2** | **2** |
| **2** | **Раздел 2. Взаимодействие групп** | **4ч.** | **2** | **2** |
| **3** | **Раздел 3. Взаимодополняющие навыки сотрудников** | **5 ч.** | **2** | **3** |
| **4** | **Раздел 4.**  **Общая задача и общие результаты** | **5ч.** | **2** | **3** |
| **5** | **Раздел 5.**  **Выработка правил работы в команде.** | **5 ч.** | **2** | **3** |
| **6** | **Раздел 6.**  **Индивидуальная ответственность перед командой** | **3 ч.** | **1** | **2** |
| **7** | **Раздел 7.**  **Принципы эффективного лидерства** | **3 ч.** | **2** | 1 |
| **8** | **Раздел 8.**  **Командные навыки эффективности** | **4ч** | **2** | **2** |
|  | **ИТОГО** | **34ч.** | **15 ч.** | **19 ч.** |

**Содержание разделов**

**Раздел 1.** Начальный этап групповой динамики *(игры, тренинги и теоретическая часть раздела может меняться по усмотрению руководителя).*

1. **Тема представленного раздела**. «Это мой новый класс»

**2. Цель** - осознание детьми необходимости научиться вести совместную деятельность через подробное описание личностных качеств участников.

**3. Задачи:**

* ознакомить с основными правилами работы в группе;
* установить контакт ведущего с группой между членами группы;
* создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям.

4. **Время на раздел-** 4 часа

***Теоретическое занятие в форме дискуссии – 2ч.***

Вопросы для обсуждения:

1. Многообразие групп (классов) в школе.

2. Групповая динамика, как движущая сила группового развития.

3. Преимущества и недостатки групповой работы.

4. Межгрупповые отношения в школе.

5. Положение индивида в группе: статус, его признаки. Ролевое поведение.

***Практическое занятие с элементами: тренинга, игры, дискуссии – 2ч.***

**Упражнение «Животные».**

**Цели.** Создание комфортной атмосферы; снятие тревоги; создание обще группового взаимодействия через двигательную активность.

**Процедура проведения**. Все члены группы садятся в круг. Каждый участник группы выбирает себе какого-то животного и объявляет его. Название животного можно написать на бейджике и прикрепить к костюму на видном месте.

Ведущий встает в центр круга, его стул остается свободным. Тот, кто сидит справа от освободившегося места ведущего, должен вслух произнести название одного из тех животных, которых выбрали себе члены группы. Названный член группы должен быстро занять свободное место. На это же место претендует и ведущий, который стоит в центре круга. Ведущим становится тот, кто не успел занять освободившееся место. А тот, кто сидит справа от освободившегося места, должен назвать новое животное.

Время 20 минут

**Анализ.** Ведущий задает членам группы следующие вопросы:

Как изменилось настроение?

Почему улучшилось (ухудшилось)?

Как работала группа в целом?

**Упражнение «Счет в темноте»**

**Цели и возможности применения**. Упражнение способствует разогреву группы, которая только собралась на тренинг и познакомилась, и вовлечению участников в то, что происходит «здесь и сейчас» на тренинге. Также упражнение можно использовать и в том случае, если нужно успокоить участников, слишком взбудораженных обсуждением волнующей темы.

Время. 10 минут.

Размер группы. 8-25 человек.

Процедура

1 Ведущий просит всю команду закрыть глаза.

2. Теперь всей командой нужно досчитать от 1 до 10. При этом один человек не может произнести две цифры подряд в счете должна участвовать вся команда. Если двое говорят одновременно, все начинается сначала. Важно почувствовать друг друга и объединиться в единый процесс.

**Обсуждение. Не требуется.**

**Упражнение-игра «Поиск сходства»**

**Цель:** Сплочение группы через нахождение сходств у ее участников.

Время: 20 минут.

**Ресурсы:** карточки с изображением животных, листы бумаги.

**Ход упражнения.** Деление присутствующих на 4-6 команд. Каждая команда должна написать на листе черты сходства (первая, третья команда) и черты различия (вторая, четвертая команда) в своей группе. Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. Затем команды меняются заданиями. Учитывается количество названных сходств и их качество. Психологический смысл упражнения: Упражнение эффективно работает на сплочение группы, так как участники начинают более внимательно присматриваться друг к другу и обнаруживают, что сходства между ними гораздо больше, чем они думали раньше.

**Игра «Правда или ложь» (время проведения 30 минут – 1 час)**

Каждый участник представляется, назвав свое имя плюс одну правду или ложь о себе. После знакомства все начинают живо обсуждать услышанные заявления. Идея заключается в том, что каждый пытается убедить в своей лжи окружающих, одновременно разоблачив их ложь.

Баллы группе или отдельному участнику начисляются как за убедительную ложь, так и за раскрытие чужой. Опционально можно повышать сложность тимбилдинг упражнения, добавляя 2 истины и 1 ложь, и наоборот. Если время поджимает, фазу открытого обсуждения можно пропустить.

***Задания для самостоятельной работы обучающихся:***

1. Опишите 4 этапа создания эффективной рабочей команды. Приведите конкретные примеры.

2. Охарактеризуйте типы команд *(можно привести любую классификацию, близкую Вам. Но важно, чтоб она выражала логику становления команды как единого субъекта деятельности).*

**Раздел 2.** Взаимодействие групп *(игры, тренинги и теоретическая часть раздела может меняться по усмотрению руководителя).*

1. **Тема представленного раздела**. «Каждый знает, что он хочет»

**2. Цель** - осознание детьми сходства друг с другом, своего места в группе, определение единых ценностей. Приобретение опыта группового взаимодействия,

**3. Задачи:**

* ознакомить с основными правилами работы в группе;
* установить коммуникации между членами группы для получение опыта достижения групповой цели;
* создание условий для проявления лидерских способностей.

4. **Время на раздел-** 4 часа

**Теоретическое занятие с элементами беседы-2 ч.**

Вопросы для обсуждения:

1. Команды как группы высокого уровня развития.
2. Признаки команд.
3. Основные закономерности командообразования.

4. Роль руководителя в формировании команд.

***Практическое занятие с элементами игровых квестов – 2ч***

*Участники делятся на 2-4 группы по собственному желанию.*

**1 станция «Дух группы»**

Реквизит: ватман, фломастеры, цветные карандаши.

Время проведения: 60 минут.

Участники рисуют на листе ватмана любую фигуру, олицетворяющую группу (например, фигуру человека, здание школы, большое дерево, гору и т.д.). Лист бумаги с нарисованной фигурой лежит в центре круга. У каждого участника есть 1 минута на то, чтобы подумать, какая манера вести себя, какие установки будут полезны для совместной работы, а какие нет. После этого участники должны написать внутри фигуры ключевое слово – название качества, чувства, ощущения, которое кажется им полезным для эффективного взаимодействия в группе. На этом же листе, но за пределами фигуры участники записывают то, чего они хотели бы избежать в групповом взаимодействии. Затем ведущий предлагает подобрать для фигуры имя.

**2 станция «Зачем мне нужна эта группа?»**

Реквизит: карточки форматом 7x10 см, настенная доска, ручки.

Время проведения: 25-30 минут.

Ведущий задает игрокам вопрос: зачем вам нужна эта группа? Как группа может помочь достичь индивидуальных целей? (каждый участник называет по 2 цели) Один из участников фиксирует ответы на доске. Затем каждый ответ записывается на двух карточках.

Карточки перемешиваются и раздаются участникам. Далее участники, взаимодействуя между собой, обмениваются карточками. Каждый старается найти и получить карточки, на которых записаны его собственные важнейшие цели.

На выполнение этого задания дается 15 минут.

После завершения этой части, группа снова собирается в круг, каждый рассказывает окружающим, собрал ли он карточки со своими целями, и перечисляет цели. Затем каждый отвечает на вопросы: появились ли у кого-нибудь новые цели? Изменились ли приоритеты в течение игры? Как группа может помочь в осуществлении этих целей?

При этом новые цели и приоритеты добавляют к раннее сделанному списку.

**3 станция «Эмблема группы»**

1 этап - герб рода. Инструкция: «У дворян, дети которых могли учиться в университетах, были родовые гербы, в которых была зашифрована определенная информация рода. Сейчас такой традиции нет. Но все вы – продолжение своих родителей, как они продолжение своих, те продолжение своих. Чем же Вы все связаны, что есть у вас общего? Что такого особого в вашем роду есть? О чем про вас могут сказать соседи и знакомые? Что есть такого ценного в ваших семьях, что Вы несете на себе, что Вы передадите своим детям? Что ни в коем случае не можете потерять? Каждая семья уникальна.

Может быть ваша семья очень трудолюбива; может ваша семья любит природу, туризм; может быть в вашей семье приоритеты высшего образования»?

Нарисуйте это в образах, символах, придумайте девиз.

Создайте свой род на тех ценностях, которые вы хотите видеть в своей семье, в своих детях, внуках.

На работу дается 10 минут, далее 10 минут, снова встаем в круг. Школьники представляют свой герб.

2 этап - объединение. Ведущему важно поддержать каждого участника и помочь ему сформулировать позитивные черты его семьи, обратить внимание на схожесть гербов: «Посмотрите, насколько вы похожи, кто-то больше, кто-то меньше. Найдите среди существующих групп гербы похожие на ваше мнение о семье – символикой, девизом и объединитесь в группы по несколько человек в зависимости от вашего предпочтения» (необходимо, чтобы получилось от 2 до 4 групп, при этом дети могут менять свои взгляды и перейти в другие группы).

Инструкция: «Нарисуйте объединенные гербы. Условие: элемент герба каждого участника должен присутствовать на общем гербе группы. На работу дается 10-15 минут. Далее идет презентация групповых гербов (по минуте от группы).

3 этап - рисуем эмблему группы. «Чтобы чувствовать себя в другом месте, как дома, человек берет с собой какую либо вещь. Чтобы Вам было в вашей группе комфортно нарисуйте эмблему группы, опираясь на ваши объединенные гербы. Можно объединять по смыслам, главное, чтобы каждый из Вас мог сказать – Это про меня ». 10 – 15 минут.

***Задания для самостоятельной работы обучающихся:***

По завершении практического занятия, проанализируйте его ход с точки зрения динамики уровня групповой энергетики.

**Раздел 3.** Взаимодополняющие навыки сотрудников *(игры, тренинги и теоретическая часть раздела может меняться по усмотрению руководителя).*

1. **Тема представленного раздела**. «Ты мне, я тебе»

**2. Цель** - повышение эффективности системы взаимодействия с одноклассниками.

**3. Задачи:**

* освоение концепции коммуникативной компетентности в партнерском взаимодействии.
* отработка навыков вступления в контакт с использованием располагающих к контакту сигналов:

вербальных;

невербальных;

паралингвистических.

* отработка навыков активного слушания:

1.Формулирования правильных вопросов«Малого разговора»;

2. Уточнения и побуждения к развертыванию ответа

3. Перефразирования

4. Интерпретации

4. **Время на раздел-** 5 часов

***Теоретическое занятие с элементами дискуссии – 2ч.***

**Фазы ведения деловой беседы:**

1. Вступление в контакт
2. Обсуждение
3. Прояснение проблемы
4. Решение

**Психологические сигналы при вступлении в контакт:**

**вербальные сигналы, располагающие к контакту:**

1. Отчетливое приветствие
2. Обращение к человеку по имени
3. Предложение сесть

**Невербальные сигналы, располагающие к контакту:**

1.        Проксемика

* угол поворота тела от 45 до 90 градусов (Боковое положение - «Я не имею агрессивных намерений»)
* угол наклона тела меньше прямого («Тупой угол между собеседниками — это провал переговоров»)
* дистанция — индивидуализированная, с учетом общих закономерностей:

- интимная        0-45 см

- личная         45- 120 см

- социальная        120-360 см

- публичная        360-750 см

* соотношение уровней в вертикальной плоскости таково, что глаза собеседников находятся на одном уровне

2.        Позы:

* открытая, а не закрытая (не скрещенные конечностей, развернутость корпуса и головы, раскрытые ладоней, расслабленность мышц, контакт глаз);
* асимметричная, **а**не симметричная;
* мимика, улыбка;
* живое, естественно изменяющееся выражение лица.

4.        Взгляд:

* продолжительность контакта глаз 3-5 сек;
* частота контакта — не реже 1 раза в минуту;
* частота моргания — раз в 3-5 сек;

5.        Такесика — движение собеседников в пространстве, не допускаются:

* ритмические движения;
* движения большой амплитуды;
* резкие движения;
* без ритуальные прикосновения.

6.        Прикосновения:

* ритуальные прикосновения допускаются;
* не ритуальные прикосновения не допускаются**.**

***Практическое занятие с элементами игры-практикума – 3ч***

***Солнечная система (40 минут)***

Для того чтобы к ней приступить, надо разбиться на группы по 4 человека. Правила такие. Вы все по очереди будете Солнышками. А все остальные члены группы планетами - спутниками. Сначала Солнышко пытается развести планеты по орбитам. Чем орбита ближе - тем человек лучше относится к Солнышку. То есть Солнышко пытается определить, насколько человек ему доверяет. На орбите люди могут стоять боком, сзади, спереди, разбившись по залу. Человеческие отношения чрезвычайно сложны и только расстоянием их не определишь. Поэтому вы можете пофантазировать.

Ну а после того, как Солнышко решило, что все сделано правильно, по его мнению, он отворачивается, и Планеты сами распределяются по орбитам, в зависимости от того, как они относятся к Солнышку на самом деле.

Потом Солнышком становится другой человек. И все повторяется сначала, пока не сыграют все.

Обсуждение: результаты и ожидания.

***Небольшое путешествие (40 минут)*** Разделитесь на группы по 4 человека «Сейчас вы отправитесь в небольшое путешествие. Вы должны будете закрыть глаза. Один из вашей группы будет гидом. Только он может оставить глаза открытыми». Затем группа встает в ряд друг за другом, первым стоит Гид. Игроки закрывают глаза, и каждый кладет руки на плечи впереди стоящего.

Путешествие должно длиться 15 минут. Задача Гида — сделать путешествие как можно более интересным. Он вслух описывает группе воображаемые места, через которые пролегает их маршрут, указывает на воображаемые опасности, делится своими впечатлениями... Гид должен давать группе инструкции, как надо вести себя в данной местности — идти на цыпочках, двигаться бесшумно, ползти на животе и т. д. Если Гид ведет группу по пустыне, он может сказать примерно следующее: «Вы с трудом переставляете ноги в горячем осыпающемся песке... Сейчас начнется песчаная буря, повернитесь при ходьбе налево, чтобы ветер не дул вам в лицо... Песчаная буря усиливается... Встаньте и плотно прижмитесь друг к другу, чтобы вы могли прикрыть друг друга... Держите руки перед лицом, чтобы не вдыхать песок...»

Остальные должны внимательно слушать советы Гида и выполнять все, что он требует, представляя себе все события как можно реалистич­нее. Перед «путешествием» группа самостоятельно может решить, нужно ли заранее обговаривать маршрут.

Гид отвечает за безопасность членов группы и заботится о том, чтобы никто не пострадал. Он должен сделать все, чтобы путешествие стало незабываемым для всех участников.

Обсуждение: настроение во время путешествия, было ли путешествие интересным, какая роль комфортнее, чувствовалась ли поддержка членов группы.

***Игра «Создание островной страны» (2 часа)***

*Материалы: 4 листа ватмана склеены вместе и вырезаны в виде острова, наборы красок, кисти, фломастеры, цветная бумага, различные фигурки из бумаги: домики, деревья, фабрики, заводы, люди и т.д. музыкальное сопровождение, клей, ножницы.*

«Сегодня здесь собрались великие мудрецы. Однажды вы отправились в странствия. Вам хотелось отыскать такое место на земле, которое ещё не было освоено людьми. Вы долго путешествовали, встречали разных людей, видели разные места на земле. И вот однажды вам посчастливилось добраться до необитаемого острова. Сомнений не было – вы нашли то, что так долго искали. Вам не надо исправлять чужие ошибки, переделывать. Вы можете начать с нуля, в ваших силах создать идеально место для жизни, работы и отдыха. О, мудрейшие! Превратите этот остров в самое замечательно место на земле. Каждый из вас могучий волшебник и может преобразовать эту землю на благо всем и себе». Участникам даётся 60 минут для того, чтобы они создали свою страну.

Обсуждение созданной страны:

- расскажите о стране, которую вы создали и об истории её создания (важно, кто начинает рассказ о картине, либо лидер, либо тот, кто максимально вовлечен в процесс создания композиции, первым начинает рассказ тот, кто готов брать на себя ответственность за группу);

- хотелось бы вам оказаться в этой стране (ответ покажет, насколько кандидаты готовы создать для себя комфортные условия, если участник не хочет попасть в эту страну, то ему некомфортно в группе);

- хотелось бы вам что-либо изменить в этом мире (желание большинства изменить что-либо свидетельствует о неудовлетворенности общим результатом; если изменения хочет внести один участник коллектива, то посмотреть, как он поведет себя в дальнейшем: будет ли настаивать, будет ли советоваться с командой или предпочтет внести свои изменения сразу, пока комментирует их; навязывание участником своей линии, может говорить о том, что перед нами потенциальный источник напряжения в команде, её слабое звено);

- что бы вам хотелось взять для себя из этой страны в реальный мир: идею, состояние, мысль, ощущение, впечатление (вопрос показывает ценность происходящего для участников, уровень их вовлеченности в групповую деятельность)

Обсуждение: Как взаимодействовали участники группы? Кто был лидером? Какие роли играл каждый участник? Какой прогноз относительно жизнеспособности группы?

***Задания для самостоятельной работы обучающихся:***

# Доказать что команда является организационной формой коллективного управления.

**Раздел 4.**Общая задача и общие результаты

1. **Тема раздела**. «Мы – команда! »

**2. Цель** - развитие эффективности Команды и класса (группы) в целом

**3. Задачи:**

* обучающиеся научаться быстро и эффективно принимать командные решения;
* освоят навыки формирования и развития команды в собственных классах;
* осознают свои личные особенности, влияющие на работу в команде.

 4. **Время на раздел -** 5 часов

***Теоретическое занятие с элементами лекции – 2ч.***

**Что такое эффективная команда:**

1. Различия между группой и командой, характеристики команды.
2. Решение сложных задач при объединении в команду. В каких случаях командная работа эффективна, а в каких – нет.
3. Принципы построения команды и условия успешной командной работы.

**5-факторня модель команды:**

1. Команда и внешняя среда.
2. Особенности постановка командных целей.
3. Роль лидера. Распределение лидерства под задачу.
4. Командные роли.

**Коммуникация в команде:**

1. Особенности коммуникации при командном взаимодействии.
2. Основные барьеры, влияющие на передачу информацию.
3. Виды групповых решений.
4. Технологии эффективной коммуникации при решении общих задач.
5. Достижение целей: от осознания потребности/необходимости до описания тактических шагов.

**Развитие команды:**

1. Стадии развития команды.
2. Поведение членов команды и действия руководителя на различных стадиях.
3. Поддержка и усиление лидерской позиции.
4. Развитие индивидуальной гибкости членов Команды.
5. Командные роли. Распределение ролей с учетом личностных особенностей участников.
6. Требования к составу команды, соответствие к решаемым задачам.

***Практическое занятие с элементами игры-практикума – 3ч***

**Цели программы:**

* знакомство и укрепление позитивного климата в команде;
* диагностирование скрытых коммуникационных процессов в коллективе;
* сплочение коллектива перед общими целями;
* проявление индивидуальных качеств участников.

Строительство – это один из видов деятельности человека, требующий четкой командной организации труда и отлично подходящий для командообразующего мероприятия.

В команде участникам предстоит распределение ролей от дизайнера до кадастрового специалиста, каждый почувствует себя в новой роли и внесет свой вклад в обустройство района. Участников ждет интереснейшее приключение, где они смогут показать все свои умения, изобретательность и изощренное стратегическое мышление. По окончанию строительства, все районы объединяются в один большой Мегаполис мечты.

***Задания для самостоятельной работы обучающихся:***

Приготовить презентацию (визитку) полученного района, Мегаполиса.

**Раздел 5.**Выработка правил работы в команде

1. **Тема раздела**. «Я - концепция»

**2. Цель -** развитие лидерских качеств участников через   коммуникативные навыки и умение договариваться и отстаивать свою точку зрения.

**3. Задачи:**

* включить участников в совместную групповую деятельность;
* выявить мотивацию и готовность каждого из участников к продуктивной совместной работе;
* предоставить участникам возможность сравнить уровень своей самооценки с оценкой своих способностей и возможностей окружающими

 4. **Время на раздел -** 5 часов

***Теоретическое занятие– 2 ч.***

**Упражнение проводится в три этапа:**

1. На первом этапе ведущий предлагает каждому из участников нарисовать следующую схему: в середине листа нарисуйте квадрат и впишите в него такие особенности вашей личности, которые вам кажутся важными для работы в этой команде. Вокруг квадрата напишите те личностные качества, которые вы не можете использовать в своей деятельности, потому что, с вашей точки зрения, они не нужны и, более того, являются даже неуместными. На эту процедуру отводится 20 минут.

2. На втором этапе участникам предлагается по очереди представить свои схемы. Остальные участники могут поделиться своими впечатлениями от увиденного. На обсуждение отводится 15-20 минут.

Обсуждение представленных схем строится вокруг двух центральных вопросов:

Какими личностными проявлениями надо пожертвовать во время работы?

Какие свойства личности все же можно интегрировать в профессиональную жизнь?

Наиболее острые этапы обсуждения снимаются на камеру.

1. Третьим этапом является демонстрация участникам видеосюжетов и обсуждение наиболее ярких стилей ведения дискуссии (20-25 минут).

***Практическое занятие с элементами спортивной игры, тренинга – 3ч***

***НОРМЫ И ПРАВИЛА ГРУППЫ***

В течении 10 минут, вам необходимо выработать основные правила и ценности вашей группы, это могут быть формальные правила, неформальные, то, что принято, но нигде не прописано, те законы, по которым живет ваш коллектив. В один столбик – выпишите то, что вся группа принимает – другой, что не принимает. Сформулируйте правила, которые Вы не принимаете в позитивном ключе. «Я рад, что есть такое правило, потому что…»

***УПРАЖНЕНИЕ «ВЕРЕВКА***»

Время на проведения – 20 мин.

**Цель:** навык командной работы, повышение настроения, определение стратегии взаимодействия в команде, выявление сложностей при взаимодействии в команде;

**Инструкция:** вам будет выдана веревка длинной \_\_\_\_м. Ваша задача взять веревку, глаза вам будут завязаны, по команде тренера необходимо, держа веревку в руках, из веревки выложить (круг, квадрат, треугольник и др.)

**Обсуждение**: что помогало, а что мешало, решать командную задачу, как изменилось ваше взаимодействие после тренинга.

***УПРАЖНЕНИЕ «Переправа»***

Упражнение тренирует навыки обсуждения и принятия совместного решения, помогает увидеть, кто в команде занимает лидерские роли и что помогает, а что мешает данной команде достигать совместных результатов. Также упражнение хорошо использовать для введения норм правил в команде.

Необходимые материалы. Две веревки длиной около 1,5 метра каждая. Также для этого упражнения участники должны быть одеты в удобную, не стесняющую движений одежду.

Время. От 20 минут до часа, в зависимости от того, насколько «сработана» и эффективна совместная деятельность команды.

Размер группы: 12-20 человек.

**Описание.**

Веревки кладут на пол параллельно друг другу таким образом, чтобы расстояние между ними было около 4-5 метров. Вся группа становится за одну из веревок.

Группе дается вводная информация: «Вы всей командой путешествовали на космическом корабле и потерпели крушение. К счастью, на помощь вам пришел другой космический корабль, который готов принять всех вас у себя на борту. Область за обеими веревками – безопасная зона, где вам нужно всем оказаться. Область между веревками – опасная область, которую вам нужно преодолеть. Ваша цель – всей командой оказаться за второй веревкой. При этом вы не можете ногами касаться пола между веревками, если это произойдет – вся команда возвращается на линию старта. Также вы не можете использовать для переправы никакие предметы, такие как стулья, столы.

**Вопросы для обсуждения.**

Кто занимал наиболее активную позицию при поиске решения? Кто ничего не делал?

Кто координировал деятельность группы, а кто вносил беспорядок?

Лидерства и инициативы было слишком много или слишком мало?

Что помогало или мешало эффективной деятельности команды?

Какие нормы взаимодействия можно ввести для того, чтобы в будущем действовать более эффективно?

***Задания для самостоятельной работы обучающихся.***

В рабочей тетради составляет список своих сильных и слабых сторон в своей деятельности, далее в группе, вам необходимо составить совместный список сильных и слабых сторон всей команды, при этом,если чей-то недостаток компенсируется сильной стороной другого человека, то этот недостаток можно вычеркнуть (Например: прямолинейность одного может компенсироваться тактичностью другого). Если вы видите командные недостатки и достоинства, их следует дописать. Затем презентуете свое сочинение.

**Раздел 6.Индивидуальная ответственность перед командой**

1. **Тема представленного раздела**. « Мы едины»

**2. Цел**ь - формирование тесного сплочения в коллективе обучающихся, способных добиваться установленных целей и нужных результатов с помощью взаимодействия между собой.

**3. Задачи:**

- формирование и усиление общекомандного духа, путем сплочения группы людей;

- развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач;

- получение эмоционального и физического удовольствия от занятий;

- осознание себя командой.

 4. **Время на раздел -** 3 часа

*Теория – 1 час*

***Практическое занятие с элементами тренинга – 2ч***

***Упражнение «Доверие» (1 час)***

**Материалы:** Повязки на глаза, достаточное пространство для работы.

Команды делятся на пары, выбрав себе в качестве партнера наименее знакомого человека. Один человек в каждой паре становится ведущим, другой – ведомым, ему одевается повязка на глаза. Через полчаса поменяйтесь ролями. Упражнение выполняется не вербально.

Если вы в роли ведущего, возьмите вашего партнера за кисть, руку или талию и водите его для сенсорного исследования пространства. Молча руководите им. Приводите вашего партнера в контакт с интересующей его фактурой, например с листьями и цветами, занавесками и коврами. Постарайтесь заставить партнера ощутить солнечное тепло или холод кондиционера, услышать птиц или отдаленные разговоры, ходить и бегать. Через 20-30 минут остановитесь, и снимите повязку с глаз партнера. Затем поделитесь своими чувствами, касающимися руководства и ответственности за благополучие другого.

В качестве ведомого обратите внимание на то, как вы себя чувствуете. Когда полностью доверять другому человеку, берущему на себя ответственность за ваш опыт и благополучие. Прочувствуйте каждое новое ощущение. Пребывая в роли ведомого, поделитесь своими чувствами с партнером.

Обсуждение: общий круг, описание состояний.

**Раздел 7.** Принципы эффективного лидерства *(игры, тренинги и теоретическая часть раздела может меняться по усмотрению руководителя).*

1. **Тема раздела**. « Я ­ Лидер»

**2. Цель -** познакомить обучающихся с современными представлениями о лидерстве и командообразовании и создать условия для развития лидерских способностей уобучающихся.

**3. Задачи:**

- определить и развить резервы лидера, собственный лидерский потенциал;

- освоить технологии создания, развития и сплочения команд;

- отработать методы активизации интеллектуального и творческого потенциала команды.

**4**. **Время на раздел -** 3 часа

***Теоретическое занятие с элементами видео-лекции – 2ч.***

**Оптимальное количество участников** не ограничивается.

**Цель:** демонстрация поведения лидера в переговорном процессе.  
 **Описание:**в отрывке из биографического фильма о жизни Махатмы Ганди можно пример настоящего поведения лидера. Герой, не приводя ни одного аргумента, добивается своего лишь силой своего характера. Уверенный взгляд, четкая и спокойная речь, тон не жесткий, но не терпящий отказа. Вот незаменимые атрибуты истинного лидера.

**Обсуждение:**

* Какие качества присущи истинному лидеру?
* Встречали ли Вы человека обладающего большинством качеств лидера?
* Какой Вы лидер? Можете ли Вы себя оценить?
* Встречали ли Вы среди своих сверстников лидера, занимающегов школе значимое место, но не обладающих качествами лидера?

***Практическое занятие в форме тимбилдинга– 1ч***

***«ЛИДЕРСТВО»***

Это стартовое упражнение проводится в виде обсуждения следующих вопросов:

1. Кто такой лидер?

2. Какими качествами должен обладать лидер?

3. Какими бывают лидеры?

4. Как лидерские качества могут пригодиться в жизни?

5. Как легче добиться цели: командой или в одиночку?

***«МОДЕЛЬ ЛИДЕРА»***

**Материалы**: можно использовать все вещи, находящиеся в помещении (или у участников).

**Задание**: построить модель идеального лидера.

**Время проведения 20 мин**

**Условия:**

1. Группе дается 10 минут на обсуждение, какие качества лидера можно изобразить с помощью предметов.

2. 10 минут на создание модели.

3. Работа ведется молча.

4. За нарушение молчания — штраф 1 минута.

***Упражнение «БОЛЬШАЯ СЕМЕЙНАЯ ФОТОГРАФИЯ»***

***Время проведения 10 минут.***

Предлагается, чтобы ребята представили, что все они — большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Необходимо выбрать «фотографа». Он должен расположить всю семью для фотографирования.

Первым из семьи выбирается «дедушка» он тоже может участвовать в расстановки членов «семьи». Далее никаких установок для детей не даётся, они должны сами решить, кому кем быть и где стоять. А вы постойте и понаблюдайте за этой занимательной картиной. Роль «фотографа» и «дедушек» обычно берутся исполнять стремящиеся к лидерству ребята. Но, однако, не исключены элементы руководства и других «членов семьи». Вам будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью в выборе месторасположения.

После распределения ролей и расстановки «членов семьи» «фотограф» считает до трёх. На счёт «три!» все дружно и очень громко кричат «сыр».

***ДЕЛОВАЯ ИГРА «ЛИДЕР»***

**Цель:** выявить лидеров в коллективе.

**Ход проведения**: коллектив делится на три микро-группы. Участникам предлагается

**Время проведения 30-40 минут.**

Выполнить ряд заданий, сложность которых возрастает от первого к последнему.

Ведущий объясняет, что игра имеет «секрет», который откроется только в конце. «Секрет» заключается в том, что за каждым столом (в каждой группе) выбирается один человек, который следит за работой в группе и за выполнением задания. Затем выдает жетоны определенного цвета (ничего не объясняя).

Красный— лидер — организатор.

Зеленый— исполнитель.

Желтый— слушатель (зритель).

Задания:

* сложить разрезную открытку;
* нарисовать коллективный рисунок по общей теме;
* конкурс буриме. Сочинить стихотворение по готовой рифме (3-4 мин.)

птица — снится лодка — селедка ватрушка — погремушка

сонно — ворона смело — улетела зайчик — пальчик

* придумать инструкцию по применению следующих вещей: электровеника, отрывного календаря, мухобойки. Команды должны зачитать инструкцию своего предмета, не упоминая его, а остальные должны его угадать.
* написать рассказ, где все слова начинаются на одну букву: «о», «в», «с».

По окончании игры подводятся итоги по группам (где фиксируются результаты по цветам жетонов). Теперь раскрывается секрет. Группы должны в интересной форме представить своих лидеров.

***Задания для самостоятельной работы обучающихся:***

Пройти тест «Я – Лидер».

**Раздел 8.**Командные навыки эффективности

1. **Тема раздела**. « Один за всех и все за одного»

**2. Цель –** создание сплоченного коллектива

**3. Задачи:**

- создание чувства единства коллектива, организованности и сплоченности;

- замене у участников чувства конкуренции на чувство сотрудничества;

- обучении эффективному взаимодействию между членами коллектива

**4**. **Время на раздел -** 5 часов

***Теоретическое занятие в форме видео-лекции – 2ч.***

Обсуждение результатов реализации программы, выявление плюсов и минусов во взаимодействии обучающихся за период совместной работы. Вывод (Получилось или не получилось создать коллективный дух в группах или классах)

***Практическое занятие и самостоятельная работа обучающихся в форме проекта – 2 ч.***

**Организация творческих мероприятий** может быть самыми разнообразными. Чаще всего они подразумевают командную работу над определенным проектом: газетой, фильмом, фотовыставкой. Участникам могут даже предложить провести благотворительную акцию, марафон, ярмарку по сбору средств для помощи пожилым людям, семьям, находящимся в сложных социальных условиях или для поддержки той категории взрослых, которые нуждаются в благотворительной помощи. Задача всем участникам будет предложена одна, а формы её реализации команды выбирают сами. Все это помогает не только проявить творческие способности, но и научить участников распределять обязанности при работе в команде.

**Используемая литература.**

* 1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. М. Изд-во «Ось-89», 2001.
  2. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения/ Пер. с нем. — М.: Генезис, 2003. — 400 с
  3. Сартан Г. Н. Тренинг командообразования. — СПб.: Речь, 2015. — 187 с.

**Интернет-ресурсы**

1. История появления тимбилдинга - <https://www.eventcons.ru/timbilding/252-history.html>
2. Тимбилдинг в образовательных учреждениях: Учебное пособие КуликоваТ.И - [http://xn--90aecobbtfo6b.xn--p1ai/teambuilding-history.htm](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fxn--90aecobbtfo6b.xn--p1ai%2Fteambuilding-history.htm)
3. Игры и упражнения для тренингов - [https://www.psyoffice.ru/7/training/indexrz.html 6](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fwww.psyoffice.ru%2F7%2Ftraining%2Findexrz.html%25206).
4. Тестовые задания - https://studfiles.net/preview/2118123/
5. [https://vk.com/topic-70345178\_30217404](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Ftopic-70345178_30217404)

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название | Дата по плану | Дата по факту |
| Раздел 1. Начальный этап динамики (4ч.) | | | |
| 1 | Это мой новый класс. Многообразие классов в школе | 05.09 |  |
| 2 | Межгрупповые отношения. Положение индивида. Ролевое поведение | 12.09 |  |
| 3 | Практическое занятие. Упражнение «Животные» | 19.09 |  |
| 4 | Практическое занятие. Упражнение «Счёт в темноте», «Поиск сходства» | 26.09 |  |
| Раздел 2. Взаимодействие групп (4ч.) | | | |
| 5 | Каждый знает, что он хочет. Команды. | 03.10 |  |
| 6 | Основные закономерности командообразования | 10.10 |  |
| 7 | Практическое занятие «Дух группы» | 17.10 |  |
| 8 | Практическое занятие «Зачем мне нужна эта группа?», «Эмблема группы» | 24.10 |  |
| Раздел 3 Взаимодополняющие навыки сотрудников (5ч.) | | | |
| 9 | Ты мне, я тебе. | 07.11 |  |
| 10 | Система взаимодействия с одноклассниками | 14.11 |  |
| 11 | Практическое занятие «Солнечная система». | 21.11 |  |
| 12 | Практическое занятие «Небольшое путешествие» | 28.11 |  |
| 13 | Практическое занятие «Создание островной страны» | 05.12 |  |
| Раздел 4. «Общая задача и общие результаты» (5ч.) | | | |
| 14 | «Мы - команда!». Развитие команды. | 12.12 |  |
| 15 | 5 – факторная модель команды. Коммуникация в команде. | 19.12 |  |
| 16 | Практическое занятие «Распределение ролей» | 26.12 |  |
| 17 | Практическое занятие «Мой вклад в обустройство района» | 09.01 |  |
| 18 | Практическое занятие «Визитка полученного района, Мегаполиса» | 16.01 |  |
| Раздел 5. «Выработка правил работы в команде» (5ч.) | | | |
| 19 | «Я – концепция» | 23.01 |  |
| 20 | Стили ведения дискуссий» | 30.01 |  |
| 21 | Практическое занятие «Нормы и правила группы» | 06.02 |  |
| 22 | Практическое занятие «Верёвка» | 13.02 |  |
| 23 | Практическое занятие «Переправа» | 20.02 |  |
| Раздел 6. «Индивидуальная ответственность перед командой» (3ч.) | | | |
| 24 | «Мы едины» | 27.02 |  |
| 25 | Практическое занятие «Доверие» | 05.03 |  |
| 26 | Практическое занятие «Единство» | 12.03 |  |
| Раздел 7. «Принципы эффективного лидерства» (3ч.) | | | |
| 27 | «Я лидер» | 19.03 |  |
| 28 | «Какой вы лидер? «Модель лидера» | 02.04 |  |
| 29 | Деловая игра «Лидер» | 09.04 |  |
| Раздел 8. «Командные навыки эффективности» (4ч.) | | | |
| 30 | «Один за всех и все за одного» | 16.04 |  |
| 31 | Результаты реализации программы. Плюсы и минусы. | 23.04 |  |
| 32 | Практическое занятие. Снятие видеоролика «Наш дружный класс» | 30.04 |  |
| 33 | Практическое занятие «Газета группы» | 07.05 |  |
| 34 | Благотворительная акция по сбору средств для помощи пожилым семьям, семьям СОП, участникам СВО. | 14.05 |  |