

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО ВГУ)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
Экономики труда и основ управления



А. А. Федченко
29.04.2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.04.02 Тренинг командообразования

1. Код и наименование направления подготовки: 38.03.02 Менеджмент
2. Профиль подготовки: *Международный менеджмент*
3. Квалификация (степень) выпускника: бакалавр
4. Форма обучения: очная
5. Кафедра, отвечающая за реализацию дисциплины:
кафедра экономики труда и основ управления
6. Составители программы: Емельянова О. Я., к. п. н., доцент
7. Рекомендована: НМС экономического факультета 16.04.2020 протокол № 4
8. Учебный год: 2020/2021 Семестр(-ы): 3

9. Цели и задачи учебной дисциплины:

Целью изучения дисциплины «Тренинг командообразования» является формирование у обучающегося формирование умений и навыков командообразования и работы в команде, воспитание качеств конструктивного межличностного взаимодействия. Изучаются необходимые методы и способы работы в группе и её формирования, рассматриваются основные роли команды и их основные функции, приводятся основные положения командного тренинга и группового взаимодействия, эффективного решения конфликтных ситуаций и проблем.

Задачи изучения дисциплины:

- изучение содержания основных подходов к командообразованию как к методу организационной психологии;
- ознакомление с основными, принципами, методами и приемами создания команды;
- формирование умений разработки программ тренинга командообразования.
- приобретение умений и навыков командного решения профессиональных задач и проблемных ситуаций;
- формирование и развитие навыков создания и управления коллективом.

10. Место учебной дисциплины в структуре ООП: блок Б1, часть, формируемая участниками образовательных отношений (вариативная), входящая в программу подготовки бакалавров программы «Международный менеджмент». Курс рассчитан на слушателей, изучивших базовые общепрофессиональные и социально-экономические дисциплины. Обучающийся должен знать: основные принципы, теории и концепции менеджмента; уметь систематизировать и обобщать социально-экономическую информацию, иметь навыки самостоятельной творческой работы.

11. Планируемые результаты обучения по дисциплине (знания, умения, навыки), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями) и индикаторами их достижения:

Компетенция		Планируемые результаты обучения
Код	Название	
ПК-1	владение навыками использования основных теорий мотивации, лидерства и власти для решения стратегических и оперативных управленческих задач, а также для организации групповой работы на основе знания процессов групповой динамики и принципов формирования команды, умений проводить аудит человеческих ресурсов и осуществлять диагностику организационной культуры	<p>Знать: методологическую базу командообразования.</p> <p>Уметь: разрабатывать программы тренингов командообразования; применять современные подходы в процессе командного взаимодействия; использовать эффективные методы при принятии групповых организационно-управленческих решений.</p> <p>Владеть: навыками создания эффективной команды; навыками командного взаимодействия и сотрудничества, организации работы команды; навыками оценки результативности деятельности команды.</p>

12. Объем дисциплины в зачетных единицах/часах — 3/108.

Форма промежуточной аттестации зачет

13. Трудоемкость по видам учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость (часы)	
	Всего	По семестрам
		3 сем.
Аудиторные занятия	48	48
в том числе: лекции	24	24
практические	24	24
лабораторные		
Самостоятельная работа	60	60
в том числе: курсовая работа (проект)		
Форма промежуточной аттестации: зачет		
Итого:	108	108

13.1 Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1.1	Понятие, характеристики и функции эффективной команды	Типы команд, их особенности: по результату (получение новых знаний; генерация идей - прикладная НИР, опытно-конструкторская работа, подготовка и принятие решений); по признаку стабильности (постоянный или временный коллектив); по способу организации. Типы работников (генератор идей, критик и т.п.); организация коллектива по принципу ансамбля. Стадии формирования, размер команды, ролевая структура команды; руководитель команды. Диагностирование личностно-профессиональных характеристик членов команды. Обсуждение лучших зарубежных и отечественных практик командообразования. Тренинг.
1.2	Организация командной работы	Планирование деятельности команды. Методический подход к формированию команд. Основные типы распределения функций в команде. Организация и координация работы в команде, взаимодействие с другими командами и/или внешними партнерами. Кейс-стади. Тренинг.
1.3	Мотивация и лидерство	Мотивация, определение доминирующих мотивационных установок. Конкуренция и соревнование. Уровни соревнования: между работниками, группами, командами. Энтузиазм, его значимая роль в работе команды. Лидерство. Кейс-стади. Деловая игра.
1.4	Командный тренинг	Принятие решений в группе: формы и методы. Методы и успешные практики. Новые подходы к коллегиальному принятию решений (форсайт-сессии и т.п.) Формирование программы тренинга командообразования. Оценка результативности деятельности команды. Тренинг.

13.2 Темы (разделы) дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды занятий (часов)				
		Лекции	Практические	Лабораторные	Самостоятельная работа	Всего
1.	Понятие, характеристики и функции эффективной команды	4	4		10	28
2.	Организация командной работы	6	6		20	32
3.	Мотивация и лидерство	6	6		20	32
4.	Командный тренинг	8	8		10	26
5.	Итого:	24	24		60	108

14. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины:

В процессе преподавания дисциплины используются такие виды учебной работы, как лекции, практические занятия, а также различные виды самостоятельной работы обучающихся, включая выполнение контрольной работы. В процессе лекций обучающимся рекомендуется вести конспект, что позволит впоследствии вспомнить изученный учебный материал, дополнить содержание при самостоятельной работе с литературой, подготовиться к текущей и промежуточной аттестации. Следует также обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Любая лекция должна иметь логическое завершение, роль которого выполняет заключение. Выводы формулируются кратко и лаконично, их целесообразно записывать. В конце лекции обучающиеся имеют возможность задать вопросы преподавателю по теме лекции.

В ходе подготовки к практическим занятиям обучающемуся рекомендуется изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях. Обучающийся должен проявлять активность при обсуждении выступлений одногруппников. Прежде чем приступать к выполнению практических заданий, обучающемуся необходимо ознакомиться с соответствующими разделами программы дисциплины по учебной литературе, рекомендованной программой курса; получить от преподавателя информацию о порядке проведения занятия, критериях оценки результатов работы; получить от преподавателя конкретное задание и информацию о сроках выполнения, о требованиях к оформлению и форме представления результатов. При выполнении задания необходимо привести развёрнутые пояснения. При необходимости обучающиеся имеют возможность задать вопросы преподавателю по трудностям, возникшим при обсуждении практических вопросов. Самостоятельная работа обучающихся направлена на самостоятельное изучение отдельных тем и вопросов учебной дисциплины. Самостоятельная работа является обязательной для каждого обучающегося. При самостоятельной работе обучающийся взаимодействует с рекомендованными материалами при минимальном участии преподавателя. Вопросы, которые вызывают у обучающегося затруднение при подготовке, должны быть заранее сформулированы и озвучены во время занятий в аудитории для дополнительного разъяснения преподавателем.

15. Перечень основной и дополнительной литературы, ресурсов интернет, необходимых для освоения дисциплины

а) основная литература:

№ п/п	Источник
1.	Емельянова О.Я., Шершень И.В. Креативный менеджмент: учеб. пос. Воронеж: «Новый взгляд», 2012. – 215 с.
2.	Иванова, Е.В. Империя бизнеса: бизнес-тренинг для начинающих / Е.В. Иванова .— Москва: НИУ Высшая школа экономики, 2010 .— 267 с. — ISBN 978-5-7598-0622-6 .— <URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=67199 >

б) дополнительная литература:

№ п/п	Источник
3.	Гарднер Г. Мышление будущего: пять видов интеллекта, ведущих к успеху в жизни. – М.: Альпина Паблишер, 2015. – 168 с.
4.	Карузо Д., Сэловей П. Эмоциональный интеллект руководителя: как развивать и применять. – СПб.: Питер, 2018. – 320 с.
5.	Еремеева Н. 100 игр и упражнений для бизнес-тренингов. - СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2017. - 128 с.
6.	Микалко М. Рисовый штурм и еще 21 способ мыслить нестандартно. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. – 416 с.
7.	Паркер Г., Кропп Р. Формирование команды: сборник упражнений для тренеров. СПб: Питер, 2012.
8.	Пряжников Н.С. Тренинг командообразования и групповой работы. – М.: Прометей, 2019.- 218 с. "Тренинг командообразования и групповой работы" скачать fb2, rtf, epub, pdf, txt книгу Пряжников Николай Сергеевич (avidreaders.ru)
9.	Равикович Н.Е. Тренинг командообразования: цели, диагностические методики, игры.- М.: Генезис, 2013.
10.	Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге. – СПб.: Речь, 2004. - 250 с.

в) информационные электронно-образовательные ресурсы (официальные ресурсы интернет):

№ п/п	Ресурс
11.	https://edu.vsu.ru
12.	http://www.lib.vsu.ru
13.	http://biblioclub.ru
14.	http://www.e-library.ru
15.	http://www.ibooks.ru

16. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

№ п/п	Источник
16.	Келси Р. Код уверенности. – М.: Эксмо, 2015. – 320 с.
17.	Маслоу А.Г. Дальние пределы человеческой психики. — С-Пб.: Издат. Группа Евразия, 2007.
18.	Штайльманн К. Новая философия бизнеса: В 3-х т. Москва, Берлин: Российское психологическое общество, 2010. Т. 1.

17. Образовательные технологии, используемые при реализации учебной дисциплины, включая дистанционные образовательные технологии (ДОТ, электронное обучение (ЭО), смешанное обучение):

Дисциплина реализуется с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в рамках электронного курса (ЭК) «тренинг командообразования», размещенного на портале «Электронный университет ВГУ». ЭК включает учебные материалы для самостоятельной работы обучающихся, а также обеспечивает возможность проведения контактных часов/аудиторных занятий в режиме онлайн.

18. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Учебная аудитория: специализированная мебель, ноутбук, проектор, экран для проектора. Помещение для самостоятельной работы: специализированная мебель, компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет», обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде ВГУ; программное обеспечение OS Ubuntu, Inkscape, Gimp, Okular, Mozilla Firefox, FileZilla, FineReader 8, LibreOffice, WPS Office, Консультант+, Microsoft Office, GNU Emacs.

19. Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестаций

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины:

Код и содержание компетенции (или ее части)	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенции посредством формирования знаний, умений, навыков)	Этапы формирования компетенции (разделы (темы) дисциплины или модуля и их наименование)	ФОС* (средства оценивания)
ПК-1 владение навыками использования основных теорий мотивации, лидерства и власти для решения стратегических и оперативных управленческих задач, а также для организации групповой работы на основе знания процессов групповой динамики и	Знать: методологическую базу командообразования.	Тема 1 Понятие, характеристики и функции эффективной команды Тема 2. Организация командной работы Тема 3. Мотивация и лидерство Тема 4. Командный тренинг	задания кейсы деловая игра тренинг
	Уметь: разрабатывать программы тренингов командообразования; применять современные подходы в процессе командного взаимодействия; использовать эффективные методы при принятии групповых организационно-управленческих решений.	Тема 1 Понятие, характеристики и функции эффективной команды Тема 2. Организация командной работы Тема 3. Мотивация и лидерство Тема 4. Командный тренинг	задания кейсы деловая игра тренинг

принципов формирования команды, умений проводить аудит человеческих ресурсов и осуществлять диагностику организационной культуры	Владеть: навыками создания эффективной команды; навыками командного взаимодействия и сотрудничества, организации работы команды; навыками оценки результативности деятельности команды.	Тема 1 Понятие, характеристики и функции эффективной команды Тема 2. Организация командной работы Тема 3. Мотивация и лидерство Тема 4. Командный тренинг	задания кейсы деловая игра дискуссия
Промежуточная аттестация форма контроля – зачет			участие в тренингах

19.2 Описание критериев и шкалы оценивания компетенций (результатов обучения) при промежуточной аттестации

Контроль успеваемости по дисциплине осуществляется с помощью следующих оценочных средств: практических заданий, включающих теоретическую и практическую части.

Для оценивания практических заданий и результатов контрольной работы используется шкала «зачтено», «не зачтено».

Критерии оценивания	Шкала оценок
Выполнение заданий, владение теорией и практикой командообразования не ниже удовлетворительного уровня	«зачтено»
Невыполнение заданий неудовлетворительное знание основ командообразования	«не зачтено»

19.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

19.3.1 Задание для зачета:

Промежуточная аттестация по дисциплине осуществляется исходя из оценки степени вовлеченности обучающихся в тренинги командообразования.

19.3.2 Перечень практических заданий

Задания выполняются с целью закрепления теоретических знаний, полученных обучающимся в процессе прослушивания лекций и самостоятельной работы с учебником, научной литературой и нормативными документами

Решение задач – выполнение обучающимися набора практических задач предметной области с целью выработки навыков их решения.

Прежде чем приступать к решению задач, обучающемуся необходимо ознакомиться с соответствующими разделами программы дисциплины по учебной литературе, рекомендованной программой курса; получить от преподавателя информацию о порядке проведения занятия, критериях оценки результатов работы; получить от преподавателя конкретное задание и информацию о сроках выполнения, о требованиях к оформлению и форме представления результатов.

При выполнении задания необходимо привести развёрнутые пояснения хода решения и проанализировать полученные результаты. При необходимости обучающиеся имеют возможность задать вопросы преподавателю по трудностям, возникшим при решении задач.

Деловая игра – совместная деятельность обучаемых, направленная на нахождение путей оптимального решения поставленной задачи в соответствии с выбранной или назначенной ролью с целью выработки коммуникативных навыков, развития мышления, умения применять полученные теоретические знания на практике, быстроты оценки ситуации и принятия решения. Деловая игра позволяет вовлекать участников в моделирование процессов будущей профессиональной деятельности, развивает помимо профессиональных навыков, аналитические, рефлексивные способности, умение организовать собственную деятельность и деятельность группы.

Прежде чем приступить к участию в деловой игре, обучающемуся необходимо ознакомиться с соответствующими разделами программы дисциплины по учебной литературе, рекомендованной программой курса; получить от преподавателя информацию о целях и практических задачах игры, о порядке проведения игры, критериях оценки действий участников игры; получить от преподавателя необходимые раздаточные материалы, описание игровой ситуации и конкретную роль в игре с разъяснением функций и порядка действий по сценарию. По итогам проведения деловой игры, обучающиеся имеют возможность задать вопросы преподавателю.

Ситуационный практикум (кейс) является одной из форм интерактивного практического занятия, целью которого является приобретение обучающимся умений командной работы, навыков выработки решений в профессиональной области, развитие коммуникативных и творческих способностей в процессе выявления особенностей будущей профессиональной деятельности на основе анализа обучаемыми заданий, сформированных на основе практических ситуаций.

Прежде чем приступить к участию в ситуационном практикуме, обучающемуся необходимо заранее, в процессе самостоятельной работы ознакомиться со сценарием практикума и необходимой литературой, рекомендованной программой курса; получить от преподавателя информацию о содержании кейса, информацию о форме предоставления результатов, сроках выполнения кейса и критериях оценки действий участников.

При выполнении задания необходимо получить от преподавателя необходимые раздаточные материалы и принять участие в делении учебной группы на мини-группы и в выборах лидера мини-группы; участвовать в формировании отчета по выполнению кейса в своей мини-группе; участвовать в обсуждении отчетов мини-групп.

Тренинг

Задачи:

- Формирование и усиление общего командного духа, путем сплочения группы людей;
- Развитие ответственности и вклада каждого участника в решении общих задач;
- Получение эмоционального и физического удовольствия от результатов тренинга;
- Осознание себя командой.

Программа разделена на 3 части:

1. Доверие
2. Сплочение
3. Командообразование

Каждое занятие состоит из четырех частей:

1. Знакомство
2. Разогрев
3. Основная часть
4. Завершение

Первая часть: Доверие

Цель: выработка доверия у участников друг к другу

1. Знакомство с тренером (самопрезентация тренера, введение правил взаимодействия)
2. Разогрев (знакомство, разогревающие упражнения)
3. Основная часть (упражнения на доверие)
4. Завершение

Упражнение «Доверие»

Материалы: Повязки на глаза, достаточное пространство для работы.

Разделитесь 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 невербально. 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 несколько 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 вынуждены полностью доверять другому человеку, берущему на себя ответственность за ваш опыт и благополучие. Прочувствуйте каждое новое ощущение. Приобретая опыт пребывания ведомым, поделитесь своими чувствами с партнером.

Обсуждение: общий круг, описание состояний.

Упражнение «Час пик»

Каждый участник ищет себе партнера (человека, к которому он относится с симпатией). Каждая пара договаривается, кто из них будет начинать первым. Задача первого — догнать своего собственного партнера. При этом никто из них не должен бегать. Быстрая ходьба, а не бег — вот основное правило. Когда один «осалил» другого, второй должен три раза повернуться вокруг оси, прежде чем самому начать «охоту» на своего партнера. Игровое пространство ограничено и напоминаю вам еще раз: бег запрещен, а «жертва» может встать в позу безопасности — прижать руки к груди, ладонями наружу, в этом случае ее нельзя «салить». «Стоп» - игра должна мгновенно прекратиться.

Упражнение «Солнечная система»

Способность понимать других людей. Надо разбиться на группы по 4 человека. Правила: Вы все по очереди будете Солнышками, а 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.

Упражнение «Небольшое путешествие»

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 (можно класть руки не на плечи, а на бедра). 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.

Упражнение «Опасения»

Выберете себе в партнеры того, с кем вам тяжело или не очень хочется общаться. Для этого достаточно, чтобы хотя бы один из партнеров испытывал неприятные чувства и недоверие к

другому. Лучше, если недоверие не будет взаимным. Разойдитесь по комнате, так чтобы друг другу не мешать. Тот, кто испытывает к партнеру отрицательные чувства, имеет 7 минут, чтобы со всех сторон изучить причины своего недоверия. Он должен говорить своему партнеру фразы, которые всегда начинаются одинаково: «Я не доверяю тебе, потому что...» Например: «Я не доверяю тебе, потому что ты намного больше меня и выглядишь сильнее... Я не доверяю тебе, потому что думаю, что ты превосходишь меня не только физически...» Партнер молча слушает эти фразы, не задавая вопросов и никак не комментируя их, тем более не вступая в спор. Вместо этого он пытается рассматривать все эти откровения (зачастую неприятные) как первый шаг на пути к сближению.

По истечении 7 минут тот человек, которому были адресованы «обвинения», получает возможность дать на них ответ. Он подтверждает то, что, на его взгляд, было отмечено правильно, и обязательно говорит о том, в чем его партнер ошибается. Например: «Да, ты прав, я действительно чувствую себя сильным, но я вовсе не смотрю на тебя свысока. Ты только что сказал такие вещи, которые показались мне очень интересными». На этот процесс также отводится 7 минут.

После этого партнеры меняются ролями.

Обсуждение: чувства во время упражнения, открылось ли что-то новое.

Упражнение «Артобстел»

Материалы: для каждой пары участников понадобится пара мягких «метательных снарядов», например мягкие мячики, мягкие игрушки, свернутые шерстяные носки, для каждой пары потребуется одна повязка на глаза, потому что во время игры достаточно трудно помнить о том, что надо держать глаза закрытыми.

Участники разбиваются на пары. Один из партнеров надевает на глаза повязку и берет в руки два метательных снаряда. Другой партнер становится его тренером, но при этом ему не разрешено прикасаться к снарядам. «Слепой» должен делать следующее: бросать снаряды, подбирать их и при этом еще стараться, чтобы в него самого не попали снарядом. Тренер не может прикасаться к своему партнеру, но может разговаривать с ним, указывать ему направление броска и давать советы. «Слепой» также может разговаривать. У каждой пары есть цель — поразить «слепого» из другой команды. Когда это происходит, тренер бросающего игрока кричит: «Попали!» В этот момент игра останавливается, члены выигравшей команды меняются ролями и играют еще раз. Однако попадание в тренера записывается как недочет стрелявшей команде, сигналом этого является возглас «Рикошет!» Никто из участников не должен покидать границы игровой площадки.

Упражнение на завершение «Горная вершина»

Устройтесь поудобнее, займите такое положение, которое кажется вам наиболее комфортным. Закройте глаза и до конца упражнения не открывайте их и не шевелитесь. Вообразите, что вы стоите у подножия огромной горы. Со всех сторон вас окружают каменные исполины. Может быть, это Памир, Тибет или Гималаи. Где-то в вышине, теряясь в облаках, плывут ледяные вершины гор. Как прекрасно должно быть там, наверху! Вам хотелось бы оказаться там. И вам не нужно добираться до вершин, карабкаясь по труднодоступной и опасной крутизне, потому что вы... можете летать. Посмотрите вверх: на фоне неба четко виден темный движущийся крестик. Это орел, парящий над скалами... Мгновение – и вы сами становитесь этим орлом. Расправив свои могучие крылья, вы легко ловите упругие потоки воздуха и свободно скользите в них... Вы видите рваные, клочковатые облака, плывущие под вами... Далеко внизу – игрушечные рожицы, крошечные дома в долинах, миниатюрные человечки... Ваш зоркий глаз способен различить самые мелкие детали развернувшейся перед вами картины. Вглядитесь в нее. Рассмотрите подробнее... Вы слышите негромкий свист ветра и резкие крики пролетающих мимо мелких птиц. Вы чувствуете прохладу и нежную упругость воздуха, который держит вас в вышине. Какое чудесное ощущение свободного полета, независимости и силы! Насладитесь им...

Вам не составляет труда достигнуть любой самой высокой и не доступной для других вершины. Выберите себе удобный участок и спуститесь на него, чтобы оттуда, с недостижимой высоты, посмотреть на то, что осталось там, далеко, у подножия гор... Какими мелкими и незначительными видятся отсюда волновавшие вас проблемы! Оцените – стоят ли они усилий и переживаний, испытанных вами! Спокойствие, даруемое высотой и сплоти, наделяет вас беспристрастностью и способностью вникать в суть вещей, понимать и замечать то, что было недоступно там, в суете. Отсюда, с высоты, вам легко увидеть способы решения мучавших вас вопросов... С поразительной ясностью осознаются нужные шаги и правильные поступки... *Пауза.*

Взлетите снова и снова испытайте изумительное чувство полета. Пусть оно надолго запомнится вам... А теперь вновь перенеситесь в себя, стоящего у подножия горы... Помашите рукой на прощание парящему в небе орлу, который сделал доступным для вас новое восприятие мира... Поблагодарите его...

Вы снова здесь, в этой комнате. Вы вернулись сюда после своего удивительного путешествия...

Подведение итогов тренинга

- обсуждение полученных знаний,
- анализ состояний,
- обмен впечатлениями от тренинга.

Вторая часть: Сплочение

Цель: сплочение команды

1. Введение правил взаимодействия
2. Разогрев (знакомство, разогревающие упражнения)
3. Основная часть (упражнения на сплочение)
4. Завершение – 25 минут

Введение правил взаимодействия в группе

Участники называют те правила, которые необходимо выполнять для успешной работы на тренинге. Обсуждаются и принимаются основные правила групповой работы:

- правило активности
- правило контроля времени,
- правило организованной коммуникации
- правило чуткости к себе и окружающим
- правило закрытости информации и дисциплины.

Упражнение «Смысл моего имени»

Материалы: нарезанные листочки бумаги, фломастеры, булавки.

Ход упражнения: Давайте познакомимся и совершим это следующим образом: всем участникам группы необходимо сделать визитные карточки со своим тренинговым именем. Каждый вправе взять себе любое имя, которым он хочет, чтобы его называли в группе: свое настоящее, игровое, имя литературного героя, имя-образ. Затем, когда визитки готовы, всем по очереди предлагается назвать свое имя, а потом рассказать историю его происхождения.

Упражнение «Шестерка»

Все участники встают в круг. Каждый участник группы по очереди называет числа натурального ряда: один, два, три... Запрещается называть числа, заканчивающиеся на цифру 6 и кратные 6 (например, 6, 12, 16 и т. д.). Если игроку досталось такое число, он должен молча подпрыгнуть и хлопнуть в ладоши. Тот, кто ошибся, выбывает из игры. Играть можно до трех оставшихся наиболее внимательных игроков.

Обсуждение: сложно было добиться результата?

Упражнение «Поменяйтесь местами»

Все участники сидят на стульях в кругу. Ведущий выходит на середину круга и говорит фразу: «Поменяйтесь местами те, кто... (умеет жарить яичницу)». В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком поменяться местами. Задача ведущего - успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым ведущим.

Обсуждение: что нового узнали об участниках?

Упражнение «Закон гармонии»

Материалы: листы бумаги, карандаши.

В цивилизованном социуме существует неписанный закон гармонии общения и межличностных отношений, затрагивающий их нормативную сферу. Следуя ему можно не допустить зарождение антагонистических противоречий, конфликтов, обид. Звучит он так: «Позволяя себе – позволяй другим. Запрещая другим – запрещай себе». Довольно справедливо, что выполнение этого правила избавляет нас от взаимных упреков и деформации легитимной (нормативной) сферы личности. Но понятие нормы отношений и общения мы воспринимаем, понимаем, оцениваем субъективно. Так, например, мы не позволяем другим повышать на нас голос, указывать, критиковать нас, устанавливать нам запреты. Вместе с тем, порой сами кричим на

других, ругаем и поучаем их, стараемся ограничить их действия. Каким же образом контролировать свои действия в тех или иных ситуациях общения?

«Разделите лист на две части:

1.«Позволяю себе, запрещая другим». Перечислите ваши поступки, направленные на получение преимущества за счёт окружающих. Определите степень свободы ваших действий. Позволяете ли вы себе: опаздывать, повышать голос на других, игнорировать чье-то мнение (товарища, ребенка, подчиненного и др.), высмеивать кого-то и так далее.

2.«Запрещаю другим, позволяя себе». Перечислите, на какие действия окружающих налагаете запрет, но разрешаете себе. Например: критиковать, оценивать, чинить беспорядок, бездельничать.

Время заполнения 15 минут.

Обсуждение: Стоит ли запрещать себе, быть свободным, что бы иметь основания осуждать других? Стоит ли позволять себе заблуждаться, что, запрещая другим, вы имеете на это право?

Упражнение «Дом»

Материалы: карточки с изображением животных.

Разделитесь на 2 команды. «Каждая команда должна стать полноценным домом. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами. Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом. В течение 10 минут постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Обсуждение: Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме»? Почему Вы выбрали именно эту роль? Я думаю, Вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и нужна в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным.

Точно так же, как предметы в доме, каждый человек является важным звеном в команде. Давайте поговорим о команде.

Групповая работа

Материалы: доска/флип-чарт, маркеры.

Участники обсуждают понятие «команда». Обсуждение проводится в форме структурированной дискуссии (с записью основных идей в флип-чарте) и в высоком темпе.

Обсуждение: что нового узнали? Как проходила работа?

Игра «Создание островной страны»

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. магнитофон с кассетой, 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 15 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?

Упражнение «Чего я избегаю»

Каждому участнику дается карандаш, бумага и 5 минут времени, чтобы написать список под общим заголовком: «Чего я избегаю». Это могут быть темы разговоров и чувства, личности и действия, точки зрения и мнения. Надо попытаться сделать это, не упрекая себя ни в чем и не думая о том, что скажет по этому поводу кто-либо. Все люди чего-нибудь не любят и избегают, это совершенно нормальная ситуация. Это упражнение дает возможность задуматься над тем, насколько мы довольны своей жизнью. Список включает в себя столько пунктов, сколько участник успеет написать за 5 минут.

Теперь все участники разбиваются на пары, и каждый беседует с партнером относительно своего списка. Однако этот разговор вовсе не обязывает участников изменить свое поведение и перестать избегать тех или иных вещей. Но когда мы знаем, чего избегаем, нам становится легче изменить ситуацию. Если человек осознает определенные барьеры, ему становится легче понять, откуда они возникли. Участники общаются в парах в течение 10 минут. Обсуждение: Какие чувства вы испытали, когда всем рассказывали о том, чего избегаете? Легко ли было об этом говорить?

Упражнение «Кто это?»

Материалы: листки бумаги

В этой игре мы осознанно не будем затрагивать глубинные личные вопросы, хотя глубина откровений будет зависеть исключительно от желания самого человека поделиться чем-то личным. Вы не только лучше узнаете себя, но и поймете, насколько верно вас воспринимают окружающие. Я раздаю листы бумаги. Каждый должен написать на своей карточке три качества, которые, по его мнению, характерны для него. На карточках не надо писать свое имя. Затем я перемешиваю все карточки. Каждый подходит, вытаскивает одну, читает то, что написано на карточке и высказывает предположение, каким должен быть человек, наиболее соответствующий написанным на карточке качествам: это мужчина или женщина, каковы его возраст, профессия, темперамент, семейное положение и т. д. Кроме того, этот участник пытается угадать, кто из группы мог описать себя этими качествами. Затем, обсуждаются возможные варианты.

Каждый участник, естественно, знает, когда говорят о его собственной карточке. Он может сравнить свое представление о себе с представлениями всей группы, но может и не признаваться в своем авторстве, если этого не захочет.

Обсуждение в общем кругу: что нового вы узнали о себе?

Упражнение «Пойми меня»

Группа садится в круг. Вызываются два добровольца, один из них покидает комнату, а другой остается.

Группа решает, какие действия должен выполнить игрок А после того, как вернется. Например, он должен почихать, или погавкать или почесать ухо. У игрока Б есть ровно 3 минуты, чтобы осведомить игрока А о характере его действий. Но игрок Б не говорит партнеру прямо, что тот должен выполнить. Он может давать ему неявные указания. Например, если игрок А должен чихнуть, то игрок Б начинает говорить так: «Ах, ты бедный, ты так выглядишь, словно простудился — нос красный и глаза слезятся». Если игрок А высморкался, то он показал, что правильно понял основную мысль и находится на верном пути. Игрок Б продолжает помогать ему: «Ты мне не говорил, что так давно страдаешь аллергией!» Если после этого игрок А чихнет, то он доказал свою способность к пониманию и заслужил аплодисменты от остальных. Игрок Б, который формулирует предложения, всегда должен быть готов пробовать различные способы донесения до партнера информации о сути его действий.

Группа также может давать игроку А полезные советы: «Прими витамин С, проглоти средство от кашля, ложись в постель, позвони врачу, чтобы сказать, что ты болен».

Обсуждение: легко ли было объяснить человеку что он должен делать? Все ли способы вы испробовали?

Завершение «Правда и ложь»

Материалы: резиновый мяч

У меня есть две сестры, старшая и младшая. Мы все работаем в больнице». «У меня есть сестра на два года младше, которая работает учительницей. А еще у меня есть брат, который на десять лет меня младше. Он терапевт и работает практикующим врачом». Я могу произнести эти две фразы с одинаковой интонацией, но одна из них соответствует реальности, а другая ложна. Каждый из вас должен задумать и произнести по две фразы, одна из которых соответствует действительности, а другая — нет. Вся группа решает, какая из фраз правдива, а какая — нет. Для этого участники должны проанализировать содержание сказанного, манеру речи и язык тела говорящего. (Например, многие склонны не смотреть в глаза собеседника, когда говорят неправду.)

Участники сами определяют выбор тем для своих фраз: сказанное может касаться событий их жизни, личных предпочтений, целей и желаний. Фразы необязательно должны принадлежать к одной области или как-то соотноситься по смыслу.

Очередность выступлений можете определять как Вы, так и сами участники (например, говорящий держит в руках мяч и по окончании своего выступления бросает этот мяч любому другому участнику, который должен продолжить).

Игра должна пройти несколько кругов. Обращайте внимание на то, чтобы в ней приняли равное участие все. Обычно эта игра начинается в несколько несерьезной атмосфере и только через какое-то время становится более интимной.

Притча: Обиды на песке

Два друга, шли в пустыне.

В один момент они поспорили и один из них дал пощёчину другому. Последний, чувствуя боль, но ничего не говоря, написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину». Они продолжали идти, и нашли оазис, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул, и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, он написал на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь». Тот, кто дал пощёчину и который спас жизнь другу спросил его: «Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?»

Друг ответил: «Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны выгравировать это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это».

Научись писать обиды на песке и гравировать радости на камне. Оставь немного времени для жизни! И пусть будет легко и светло. А теперь, каждый из вас должен оставить свои обиды и все негативные переживания в прошлом. Когда вы откроете глаза с вами останутся только ваши положительные эмоции и ощущения.

Подведение итогов второй части:

- обсуждение полученных знаний
- сравнение мнений об участниках на первом и на втором этапе
- обсуждение упражнений (какие понравились, какие нет)
- обсуждение чувств, испытываемых, к членам группы

Часть третья: Командообразование

Цель: создание эффективной команды

1. Введение правил взаимодействия)
2. Разогрев (разогревающие упражнения)
3. Основная часть (упражнения на сплочение)
4. Завершение

Введение правил взаимодействия в группе

Процедура проведения: Участники называют те правила, которые необходимо выполнять для успешной работы на тренинге. Обсуждаются и принимаются основные правила групповой работы:

- правило активности,
- правило контроля времени,
- правило организованной коммуникации,
- правило чуткости к себе и окружающим,

- правило закрытости информации и дисциплины.

Упражнение «Встреча»

Встаньте в круг. Все по очереди представляются и делают при этом какое-либо движение, жест, принимают ту или иную позу, стараясь продемонстрировать свое отношение к собственному имени в данный момент. При этом тот, кто представляется, делает шаг вперед. После каждого представления вся группа пытается догадаться, какое чувство сейчас хотел выразить выступавший. Каждый участник должен назвать свое имя не менее трех раз, выражая свои чувства тремя различными способами соответственно.

Упражнение «Уйти, чтобы остаться»

Садитесь или ложитесь поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких выдоха. Вспомните момент, когда вы ощущали состояние полной удовлетворенности. Вспомните, как вы тогда ощущали себя. Как двигались? Как дышали? Есть ли какая-нибудь поза, соответствующая этому состоянию? Примите эту позу и сделайте три глубоких вдоха и выдоха, представив свое дыхание как три огромных волны, на гребне которых вы находитесь и которые уносят вас глубоко в ваш внутренний мир.

Теперь в ваших фантазиях идите в то место, где вы чувствуете себя лучше всего, где нет проблем, напряжения, а все окружающее радует глаз. Это может быть место, которое вы знаете, или место, существующее только в вашей фантазии. Когда вы окажетесь там, осмотритесь: какие цвета вокруг, какие формы имеют окружающие вас вещи, тепло здесь или холодно, как вы здесь дышите? Какие звуки вы слышите, что можете потрогать? Хочется ли вам походить, посидеть или полежать в этом месте? Вам понравилось бы что-то делать здесь или вы просто наслаждаетесь атмосферой этого места? Осваивайтесь здесь, испытайте все возможности, какие вам дает это место (1 минута).

Вдруг вы замечаете лежащий на видном месте подарок. Это подарок для вас. Подойдите ближе, потрогайте его, рассмотрите со всех сторон. Исследуйте его, подумайте, что вы сможете с ним сделать. Потратьте часть времени на то, чтобы сжиться с ним, полюбить его (1 минута).

Если вы уже готовы вернуться, снова три раза сделайте глубокие вдохи и выдох и попрощайтесь со своим местом, запомните его, чтобы вам всегда было легко сюда вернуться. Сохраните в себе впечатления от подарка. Потянитесь и откройте глаза. Вы снова окажетесь среди нас, но отдохнувшие и расслабившиеся.

Обсуждение: расскажите о том, где вы побывали и как нашли свой подарок.

Упражнение «Бутылочка»

Материалы: Стеклянная пустая бутылка.

Вся группа садится в круг, в центр круга я кладу бутылку. Один из участников (все равно кто) выходит в центр круга, где лежит бутылка и объявляет задание: «Тот, на кого сейчас укажет бутылка, должен будет нам рассказать о том, чем он особенно гордится». Затем он раскручивает бутылку и ждет, пока та остановится и покажет на кого-нибудь. Участник, на которого оказывается направлено горлышко бутылки, должен выполнить задание. Затем он выходит в центр круга, дает свое задание, раскручивает бутылку и т. д.

Примеры заданий:

Тот, на кого укажет бутылка, должен:

- сказать, каким было его первое впечатление обо мне (имеется в виду тот, кто спрашивает);
- сказать, пришел ли он сюда по собственному желанию или его кто-то направил;
- сказать о том, мешает ли ему своим присутствием какой-либо член группы;
- сказать, готов ли он еще принимать участие в подобных мероприятиях;
- пройти через комнату, как прошел бы слепой;
- изобразить какого-нибудь человека, которого многие знают.

Обсуждение: Расскажите о степени комфорта при выполнении этого задания.

Упражнение «Необитаемый остров»

«Ваша группа летела на ковре-самолете и случайно попала неизвестно куда. Оказалось, что это необитаемый остров, представляющий собой высоко поднятое над морем плато, имеющий обрывистые скалистые берега и узкую полосу земли внизу, на побережье.

На плато есть деревья, животные, пресная вода, то есть условия для жизни. На побережье нет ничего. Поэтому на острове можно просуществовать лишь несколько дней. Исследуя остров, вы обнаруживаете в скале пещеру, и от случайно произнесённых слов, которых никто не запомнил, она неожиданно открылась. В ней есть любые предметы. Каждый из вас может взять по 10 предметов. Советоваться с другими нельзя. Поделиться, обменяться предметами с другими участниками потом тоже будет нельзя. Составьте список тех предметов, которые вы хотели бы взять из пещеры. Время на составление списка – 7 – 8 минут».

После выполнения этой части задания, будет следующее: «У каждого из вас есть по 10 предметов, однако ситуация такова, что вся группа может унести из пещеры только 10 предметов. В течение 20 минут вы должны посоветоваться между собой и составить единый, групповой список.

Обсуждение: удалось ли участникам группы договориться? Если нет, то почему? Какие формы взаимодействия в группе способствовали достижению результата, а какие препятствовали?, Был ли в дискуссии лидер? Назначили его сознательно или он проявил себя сам?

В процессе осуждения можно выйти на алгоритм принятия решения:
Продолжение:

«Хотите продолжить эту игру? Тогда я усложняю задачу – список предметов сокращается до пяти наименований, время принятия решения – 10 минут.

Обсуждение: легко ли было принимать решение во второй раз, удалось ли договориться в группе?

Упражнение «Красная шапочка»

Материалы: карточки с названием стран для жеребьевки.

Разделитесь на три подгруппы и послушайте инструкцию: «На фестивале “Сказочный лес” различные киностудии представляют свои версии фильмов, снятых по мотивам сказки “Красная шапочка”.

В конкурсе участвовали три киностудии. Первая – американская киностудия, поставившая фильм ужасов со всеми сопутствующими кошмарами.

Вторая – французская, она представляет мелодраму. Нежную романтическую историю с драматическими событиями, но со счастливым финалом.

И третья киностудия – из Италии – предлагает детективный вариант “Красной шапочки”. В этом фильме не обошлось без мафии, стрельбы и неутомимой журналистки в красном берете.

У вас есть 20 – 30 минут для подготовки и 3 – 5 минут для демонстрации своей киноленты. Вы должны поставить своё воображение на первый план для демонстрации новой киноленты “Красной шапочки” согласно темы постановки киностудии, которую вы вытяните при жеребьевке». Обсуждение: эффективно ли было взаимодействие участников в ходе выполнения задания? Был ли кто-то, кто не полностью реализовался или вообще не был услышан? Кто был лидером в каждой подгруппе?, Различными ли были типы лидерства в разных подгруппах? Какими они были?

Упражнение «Ассоциации»

Садитесь в круг, один из участников загадывает кого-нибудь из группы, не сообщая остальным о своем выборе. Задача группы — угадать, кого задумал игрок. Чтобы это сделать, совещающиеся начинают задавать ему вопросы-метафоры, например: «Если бы тот человек, которого ты загадал, был зданием, то к какому типу зданий он бы относился?» Сферы для ассоциаций выбираются совершенно произвольно, например: музыка, цвет, время года, модель автомобиля, местность, орудие труда, время суток и т. д.

Ведущий представляет себе того, кого он выбрал, ищет подходящие ассоциации и отвечает, например, следующим образом: «Если бы он был зданием, то был бы старой деревенской кузницей, в которой пылает огонь, стоит огромная наковальня, стены покрыты сажой и повсюду лежат железные заготовки».

Мастерство спрашивающих заключается в том, чтобы находить новые сферы, описывающие искомого человека с разных сторон, так что по ходу расспросов становится все более понятно, кто это. Например: «Как бы ты мог описать выражение лица того, кого мы ищем?» Это вопрос, который многое проясняет, потому что по ответу можно определить темперамент человека, которого ищут.

Я буду записывать все ответы. Этот список будет своеобразным подарком тому, кого загадали. После того как каждый член группы задал свой вопрос, все начинают высказывать предположения о том, кто это, объясняя при этом, почему им в голову пришла именно эта идея. Наконец ведущий рассказывает остальным, кого же он все-таки имел в виду. Так заканчивается первый круг, и очередь загадывать переходит к другому игроку.

Обсуждение: понравились ли вам ассоциации участников группы, кем или чем вы бы хотели что бы вас видели окружающие?

Завершение «Бесплатные советы»

Материалы: Листы бумаги формата А4, карандаши.

Садитесь в общий круг, сейчас я раздам вам листочки бумаги и карандаши. Каждый участник пишет на обратной стороне листка вверху свое имя, например «Иванов Михаил», после чего переворачивает лист и передает его участнику, сидящему справа. Участник, сидящий справа, в течение одной минуты пишет рекомендации, которые он мог бы дать человеку, листочек с именем которого он получил. После этого все листы по команде тренера передаются дальше направо.

Следующий сосед добавляет свои рекомендации. Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый не получит назад свой собственный лист с написанными на нем рекомендациями от каждого члена группы.

Завершение «Связующая нить»

Материалы: моток прочных толстых нитей.

Встаньте в круг на расстоянии вытянутых рук и закройте глаза. Сейчас я расскажу вам историю:

Много лет назад на земле жил мудрец, который долгие годы провел сначала в путешествиях по всем удивительным городам и весям, а затем посвятил годы размышлениям о сущности человеческой. И сплел мудрец длинную тончайшую нить. Задумал он обойти добрых сердцем людей и связать их этой чудесной тончайшей нитью. Ведущий рассказывает историю и обходит участников, вкладывая каждому в руки нить. На последнем участнике ведущий отрезает нить и завязывает концы. Таким образом, нить образует замкнутый круг.

Воистину, нить была уникальна. Гладкая, тонкая, она была совершенно незаметна для человека, но, несмотря на это, влияла на его взаимоотношения с другими людьми. Те, кому мудрец передал чудесную нить, стали добрее, спокойнее, терпеливее. Они стали более внимательно относиться друг к другу, стремились понять мысли и чувства ближнего. Иногда они спорили, но, о чудо, нить натягивалась, но не рвалась. Иногда они ссорились, и нить разрывалась, но при примирении оборванные концы нити связывались вновь. Только узелок напоминал о прошлой ссоре.

Что сделали люди с подарком мудреца? Кто-то бережно берег, передавая её тайну из поколения в поколение. Кто-то, не ощущая присутствия нити, оставлял на ней множество узелков, да и характер его постепенно становился «узловатым». Но, главное, у каждого появилась способность протягивать нити к тем, кого он считал близкими и друзьями, соратниками и партнерами.

Сейчас вы ощущаете в своих руках чудесную нить, подарок мудреца. Давайте проверим, что может произойти, если каждый потянет её на себя. Она натянется, и будет резать руки. Такие отношения называются натянутыми.

А если кто-то потянет нить на себя, а кто-то не станет это делать. Равновесие круга нарушится. Кто-то будет чувствовать более устойчиво. О таких ситуациях говорят: он тянет одеяло на себя.

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

Обсуждение: Каковы были ваши впечатления от соприкосновения с чудесной нитью, подарком мудреца? Что было легко, что трудно в этой игре? Чему эта игра может научить команду?

Ощущение невидимой связи помогает установить доверительные отношения в команде, комфортность взаимоотношений зависит от того, в каком состоянии находится нить: натянута или свободна. Экспериментируя с натяжением нити, мы символически проживали различные типы взаимоотношений друг с другом. Главное - уметь восстанавливать комфортное состояние нити.

19.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценка знаний, умений и навыков, характеризующая этапы формирования компетенций в рамках изучения дисциплины осуществляется в ходе текущей и промежуточной аттестаций.

Текущая аттестация проводится в соответствии с Положением о текущей аттестации обучающихся по программам высшего образования Воронежского государственного университета. Текущая аттестация проводится в следующих формах: выполнение практико-ориентированных заданий и кейсов, эссе, дискуссий, деловых игр. Критерии оценки работы выполнения заданий приведены для каждого задания в пункте 19.3.2 данной рабочей программы.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования. Контрольно-измерительные материалы промежуточной аттестации приведены в пункте 19.3.1 данной рабочей программы.

При оценивании используется шкала оценивания зачет-незачет. Критерии оценивания приведены выше, в пункте 19.2 данной рабочей программы.