



# ДЕТСКИЙ ТИМБИЛДИНГ

на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности



**Л.В. Муромцева**  
учитель физической культуры  
МОУ «СОШ №7 г. Коряжмы»



**В мире нет ничего лучше и приятнее дружбы;  
исключить из жизни дружбу — все равно что  
лишить мир солнечного света.  
Цицерон**

**Командообразование, или тимбилдинг (англ. Team building — построение команды) — термин, обычно используемый в контексте бизнеса и применяемый к широкому диапазону действий для создания и повышения эффективности работы команды.**

Материал из Википедии – свободной энциклопедии





## Почему тимбилдинг так необходим в детском коллективе?

- С помощью тимбилдинга ребенок сможет избежать серьезных трудностей в общении и даст надежный фундамент для успешной реализации себя в будущем.
- детский тимбилдинг - это активный отдых, мероприятие (игра) способствующее развитию способности чувствовать себя уверенным неразрывным звеном одной команды.
- С помощью модулирования ситуации все члены одной команды нарабатывают полезные навыки для совместного достижения цели, взаимной помощи друг другу, обретают удовлетворение от активного обмена эмоциями, побеждая скрытые комплексы.
- Руководство опытного педагога направляет общение в необходимое русло. Ребенок при этом обретает те драгоценные качества, какие в дальнейшем ему пригодятся для будущей взрослой жизни.
- Ребенок в процессе игры становится целеустремленнее, увереннее и предсказуемее и самое главное, он на практике с юного возраста осваивает и учится владеть в совершенстве искусством общения, нарабатывает определенные человеческие и деловые качества.





## Составляющие процесса командообразования

- повышение уровня взаимодействия между членами команды;
- развитие сплоченности коллектива;
- оценка роли каждого «игрока» в команде;
- выявление лидеров;
- оттачивание навыков решения нестандартных задач;
- повышение мотивации на достижение коллективных целей;
- развитие стрессоустойчивости;
- возможность для членов команды попробовать себя в новой роли;
- моделирование различных ситуаций;
- повышение эффективности коммуникаций внутри коллектива.





## Деление на команды

- 1 способ - по расчету;
- 2 способ - «сговорка». Выбирается один игрок, который набирает команду.

Остальные становятся парами и сговариваются, кто из них как назовется. Потом

подходят к набирающему и спрашивают, какое из двух прозвищ он выберет. Вот

несколько вариантов сговорок: «Яблоко или груша?», «Ниточка или иголочка?».

Игрок выбирает один из вариантов, и тот, кто так назвался, играет в его команде.

Оставшиеся образуют вторую команду. А можно выбрать двух игроков, которые

будут по очереди набирать себе команду.



- 3 способ - «дерево». Из группы, по количеству команд, выбирается несколько ребят. Каждый из них выбирает по одному человеку в свою команду. Те, кого выбрали, в свою очередь, выбирают следующих. Так,



## Игра «12 записок»

Неизменной популярностью у детей всех времен пользуется игра в «12 записок».

В ней есть все необходимое  
всевозможные задания  
шифры и ребусы, которые  
разгадываются сообща  
и вожделенный приз –  
спрятанные «сокровища»  
в виде торта,  
сундука с конфетами  
или еще чего-нибудь  
столь ценимого ребятней





## Перетягивание каната

Очень сплочают детей (да и взрослых тоже) совместные физические усилия – так что перетягивание каната будет пользоваться успехом и в работе взрослых.





## Игра «Игольное ушко»

Замечательное коллективное упражнение - протягивание кольца через цепочку игроков, которые не должны расцеплять руки...





## «Надежные друзья»

Хороши также всевозможные задания, выполнять которые приходится в тесном контакте друг с другом. Все встают и выстраиваются в затылок в один большой круг. Далее надо встать как можно плотнее друг к другу, сделав круг более взким.

Затем наступает главная и самая трудная часть. Попробуйте все одновременно согнуть ноги и присесть друг к другу на колени. Если получилось, рано радоваться! Теперь постарайтесь удерживаться в таком положении и еще вытянуть руки в стороны.





## Игра «Тоннель»



Увлекательное приключение, где дети думают не только о том, как бы самим преодолеть препятствие, но и всячески стараются помочь друг другу.





## Игра «Наседка и цыплята»

Играющие делятся на 2 команды. Игроки первой команды равномерно распределяются по всей длине окружности. Игроки второй команды располагаются внутри круга, стоя в затылок друг другу и взяв впереди стоящего за плечи. Нападающие передают друг другу мяч, чтобы выбрать удобный момент и попасть в последнего игрока.

Но это сделать нелегко, потому что его защищает руками, ногами, туловищем направляющий – «наседка». Остальные игроки команды перемещаются вслед за направляющим игроком так, чтобы заслонить замыкающего. После каждого точного попадания замыкающий вы-ходит из игры.





## Игра «Сказка»

Участники делятся на две команды. Ведущий показывает им движения для Принцессы, Дракона и Рыцаря и сообщает, как определить победителя: «Принцесса очаровывает Рыцаря, Рыцарь убивает Дракона, Дракон крадет Принцессу» (если не услышали соперники) решает, кого она будет изображать. Затем участники выстраиваются в две шеренги друг против друга и по сигналу делают характерное движение, показывая, какую роль они выбрали. По одному очку получает та команда, чья роль оказывается выигрышной.





Таким образом, детский тимбилдинг превращается из простого активного времяпровождения в увлекательный и мощный инструмент, закладывающий фундамент психологически стабильного и успешного человека в будущем.

