



**Марина Осокина**

**Игры, разминки, кейсы для тренингов**

18+

Марина Осокина

**Игры, разминки,  
кейсы для тренингов**

«Автор»

2018

**Осокина М.**

Игры, разминки, кейсы для тренингов / М. Осокина — «Автор»,  
2018

ISBN 978-5-532-09824-4

Книга будет полезна как бизнес-тренерам при подготовке к тренингам, так и вожатым, и педагогам при внеклассной работе с детьми. В первом разделе книги собраны разминки, наиболее любимые автором. Во втором разделе собраны игры. Большинство из них групповые. Часть из них довольно популярна в среде бизнес-тренеров, а часть разработана автором. Многие из них можно использовать в работе с детьми. Последний раздел более специфичен — здесь собраны кейсы и ролевые игры, разработанные автором специально для тренингов.

ISBN 978-5-532-09824-4

© Осокина М., 2018

© Автор, 2018

## Марина Осокина

# Игры, разминки, кейсы для тренингов

### Вступление

Разминки, игры, кейсы – без них не обходится ни один тренинг. Какие-то игры и разминки я не встречала в литературе или интернете, только подсмотрела у других тренеров. Сейчас, оценив те материалы, которые у меня накопились, поняла, что нужно ими поделиться. Много из того, что есть в разминках и играх может быть полезно не только бизнес-тренерам, но и вожатым в летних детских лагерях или педагогам для внешкольных мероприятий.

В книге три основных раздела: разминки, игры, кейсы и игры. Ещё есть вспомогательный, который нужен не всем читателям – алгоритм проведения игры.

В первом разделе книги собраны разминка. Когда-то я была начинающим тренером и старалась слепо следовать правилам. Надо после обеда провести разминку-движение, и я выбирала именно такие. Надо утром Ледокол, и значит я выбирала из этой категории. Постепенно я поняла, что порой разминки проходят более чем уныло, вовсе не выполняют своих функций. Происходило это потому, что у меня не лежала к ним душа. Зато разминки, которые мне нравились, проходили отлично. Более того, с неожиданным энтузиазмом, весельем, понимали групповую активность, влияли на сплочённость, положительно сказывались на групповой динамике. И я сделала вывод, что не буду я следовать правилам, я буду проводить те разминки, которые мне нравятся, в которых, в первую очередь, я себя «уютно» чувствую.

После того, как я разрешила себе нарушать правила, я стала значительно увереннее себя чувствовать в разминках, стала подбирать симпатичные мне. Постепенно сложился пул любимых разминок. Сначала это были какие-то дежурные разминки, порядка десяти штук. Постепенно захотелось разнообразия и список разминок стал пополняться.

Кстати, я поняла, что я не очень люблю двигательные разминки, наверно в силу того, что я – интроверт. Поэтому, зная, что нужно по методике тренинга двигательную разминку, я выбирала наиболее «двигательное» из того, что мне нравится. В итоге результат был именно такой, как нужно. Так я на собственном опыте убедилась, что не надо идти против своей природы.

Каково же было моё удивление, когда я поняла, что оказывается в моём арсенале есть двигательные разминки. Просто начав с малого, постепенно ушло отторжение и стали расширяться рамки.

Какие-то разминки были найдены в книгах, какие-то подсмотрены у других тренеров. Названия не всех разминок я знаю, поэтому придумала сама. Не удивляйтесь, если встретите знакомую вам разминку с неправильным названием. В описании каких-то разминок могут быть неточности, несоответствия. Получилось это потому, что первоисточник прочитала один раз, а потом проводила по памяти, возможно, сказав, внесла своё видение. Или не видела первоисточник, а видела проведение разминки у кого-то из тренеров. Вот как увидела, как запомнила, так и воспроизвела.

Второй раздел посвящён играм. Здесь тоже собраны самые интересные на мой взгляд игры, из тех, что я встречала за свою практику. Что-то из них нашла в литературе или интернете. Как правило, это командные игры, для всей группы, задействованы так или иначе все участники тренинга. Что-то было подсмотрено у других тренеров или игротехников. Не гарантирую точность названия этих игр. Либо я неправильно их запомнила, или никогда не знала название и придумала своё. Некоторые игры придумала сама.

Третий раздел – кейсы и ролевые игры. Это материалы, которые я разрабатывала для тренингов. Большинство игр, собранных в этом разделе, рассчитаны на двоих игроков, а остальные участники группы являются наблюдателями. Подготовьте для наблюдателей бланки, кото-

рые они должны заполнить в ходе игры, чтобы они были не просто зрителями, а внимательно следили за процессом и анализировали.

Кейсы придумывала к определённым тренингам. Может быть они вам не пригодятся именно в таком ключе, но послужат почвой для разработки чего-то собственного. Работа с кейсами может быть либо в малых группах, либо индивидуально, а потом в парах, тройках-четвёрках, а в итоге обсуждение в группе, обмен мнениями.

## **Разминки**

### **Домики**

Группа объединяется в тройки. Двое берутся за руки, они – домик. А третий стоит внутри. Три команды: 1. Жильцы меняют домики. 2. Домики меняют жильцов. 3. Землетрясение.

Домики остаются на месте, жильцы обязательно должны сменить домик. В этот момент, ведущий должен занять свободный домик. Новым ведущим становится тот, кто остался один.

Жильцы стоят на месте. Играют участники, образующие домик. Они должны отпустить руки и с новой парой создать домик вокруг какого-нибудь жильца. Ведущий может стать одним из пары.

Во время землетрясения все меняются местами. Жильцы должны найти новый домик. Домики должны создать новую пару.

Тренер ведёт игру, говоря команды. Повторять, пока высокая активность.

### **Зарядка на счёт**

Зарядка на счёт до ... (на 1 больше, чем участников группы).

Каждый по очереди показывает своё упражнение из комплекса утренней зарядки. Начинает тренер, должен показать что-то очень простое. Упражнения не должны повторяться.

*Лучше избегать движений, при которых будет сложно следить за соседом справа, например, наклоны.*

Первый раз пробный.

Задача на счёт менять упражнение. На «раз/один» – каждый делает своё упражнение. На «два» надо сменить упражнение – начать выполнять то, что до этого делал сосед слева. Продолжаем смотреть на соседа справа, который уже делает новое упражнение. На счёт «три» снова меняем упражнение на то, что только что делал сосед справа. И так до указанного в начале разминки числа.

*На последний счёт должно вернуться придуманное упражнение, то с которого начинали.*

После первого раза тренер объявляет: «Потренировались, а теперь делаем серьёзно». Если второй раз не получится, можно ещё раз повторить правила и ещё раз повторить разминку.

*Отлично для первой утренней разминки, как зарядка.*

*Также будет хороша после долгой умственной работы, когда надо подвигаться.*

### **Знакомство**

Участники группы объединиться в тройки. Каждый в тройке рассказывает о себе. Задача запомнить рассказы. Затем тройки меняются. Теперь задача каждого в тройке рассказать о себе и о своих коллегах из предыдущей тройки. Тройки ещё раз меняются, теперь надо рассказать о себе и всех, с кем познакомился и о ком услышал.

### **Зоопарк**

Участники встают в круг.

В зоопарке живут: слон, обезьяна, утка, орел.

Инструкция для участников. Ведущий показывает на кого-то из круга и называет животное. Тот, на кого показали и двое его соседей должны показать животное. Первый, на кого указали показывает главный признак, соседи вспомогательные.

Слон.

Главный признак длинный хобот – вытянутая рука от головы, вторая её поддерживает за локоть, второстепенные признаки – показать уши, для этого руками продемонстрировать фигуру, напоминающую ухо слона по форме. Руки держать на уровне лица главного игрока, того, кто показывает основной признак.

Обезьяна.

Главный признак – показать, как будто ешь банан, второстепенные признаки – одна рука, ту которая дальше от главного игрока, положить на плечо, другой почесать противоположный бок, руки получают накрест.

Утка.

Главный признак показать, что руками гребёшь, как утка лапками и крутить нижней частью тела, второстепенные признаки – свести кисти рук перед собой так, чтобы большие пальцы касались друг друга, ладони параллельны полу, показать кистями рук волну сначала в одну сторону, потом в другую.

Орёл.

Главный признак показать ладонями клюв на уровне лица, второстепенные признаки – ближнюю к главному игроку руку ему на плечо, а другой рукой махать, изображая взмах крыльев.

Показывать должны все трое. Если кто-то из участников ошибается – он становится ведущим.

### **Интеллектуальная разминка 1**

Сейчас я расскажу вам историю, после которой вы сможете задавать мне вопросы, но только такие, на которые ответ да или нет.

«Высоко в горах на леднике британские учёные нашли два хорошо сохранившихся тела мужчины и женщины. Посмотрели на них и объявили всему миру, что нашли Адама и Еву и привели аргументацию – доказательство. Выслушав их аргументы, весь мир поверил».

Вам надо догадаться, что за аргументы в доказательство своей версии привели учёные.

*Ответ – у них не было пупков, так как они не рождались.*

### **Интеллектуальная разминка 2**

Группа объединяется в команды по 3-4 человека. Каждая команда должна придумать рассказ из 5 предложений. Все слова в рассказе должны начинаться на одну букву. Каждая команда получает свою букву – одну из: С, П, И, Д, О, Н, К – наиболее «удобные» буквы, на которые с легкостью придумываются слова.

Команды получают время на подготовку 2-3 минуты, затем каждая зачитывает свой рассказ.

Разминка хороша как разогрев перед мозговым штурмом.

### **Интеллектуальная разминка 3**

Группа объединяется в команды по 3-4 человека.

Написать за 3 минуты не менее 10 способов, как можно нетривиальным (необычным способом) использовать следующие предметы: утюг, пылесос, люстру, фен. Каждая команда получает свой предмет.

После выполнения задания, каждая группа зачитывает результат своей работы. Остальные аплодируют.

Напишите за 3 минуты не менее 10 пунктов, что общего между: осенью и балетом, электричкой и солнцем, зеброй и матрасом, морем и деревьями.

После выполнения задания, каждая группа зачитывает результат своей работы. Остальные аплодируют.

### **Коктейль пожеланий**

Инструкция:

Сейчас мы с вами намешаем коктейль. Представьте, что у нас в центре круга стоит огромная чаша. Состоять наш коктейль будет из пожеланий. Начну я. Желаю нам, чтобы сегодняшний день прошёл интересно, быстро и весело. И кладу моё пожелание в нашу чашу.

*Сделать вид, что кладёшь желание в чашу.*

Теперь каждый участник по очереди скажет, что он желает себе и другим участникам группы на сегодняшний день.

*Все коллективно делают вид, что пьют этот коктейль.*

### **Колпак**

В основе разминки лежит стишок:

«Колпак ты мой треугольный

Треугольный ты мой колпак,

А если не треугольный,

То это не мой колпак».

Задание первое, хором всей группой повторить стихотворение.

Первое усложнение – вместо слова треугольный показать руками треугольник, сведя вместе большие пальца рук и указательные. Само слово не произносить.

Второе усложнение не произносить слово мой, вместо него показать на себя рукой. Слово треугольник тоже не произносить, а показывать.

Третье усложнение – заменить слово колпак, вместо этого ладонью одной руки коснуться головы. Таким образом, уже три слова меняются на жесты.

### **Контакт глазами**

Участники встают в круг. Задача на счёт до 3-х поменяться местами. На счёт раз поднять глаза. На счёт два найти партнёра. На счёт три поменяться.

Повторить 4-5 раз, пока активность на высоте, разминка вызывает положительные эмоции.

### **Кошка – собака**

Выполняется стоя в кругу. Начинает тренер. В одну сторону от себя даёт маркер, поясняя: передаём маркер соседу со словами: «... (имя), я даю тебе КОШКУ». Человек берётся за маркер и переспрашивает «КОШКУ?», тот кто даёт говорит «КОШКУ» и отпускает маркер. Тот, кто получил «КОШКУ» передаёт её дальше, проделывая всё тоже самое: Я даю тебе «КОШКУ». Дождавшись вопроса «КОШКУ?», отвечает на него и отдаёт маркер. После того, как двое-трое повторяют. Тренер говорит, похоже все поняли, усложняем и в другую сторону от себя даёт «СОБАКУ» – другого цвета маркер (чтобы не спутать).

Игра заканчивается, когда КОШКА и СОБАКА вернуться к тренеру.

### **Кто я?**

Необходимо карточки с именами популярных людей, героев книг, фильмов, мультфильмов и булавки. На спину каждого участника крепится карточка. Задача каждого, задавая вопросы, угадать «кто он». Нельзя спрашивать напрямую. Нельзя напрямую отвечать. Надо задавать наводящие вопросы, чтобы догадаться.

Участники объединяются в пары и общаются друг с другом, задавая вопросы, например, «Я – женщина или мужчина?», «Я пою?», «Какого цвета у меня волосы?» и тому подобное.

### **Ладушки**

Разминка выполняется в двух кругах: внешний и внутренний. Играть с оппонентом в ладушки на счёт 1-6 (стандартная детская игра). Считает тренер. Поиграть приблизительно 1 минуту, когда участники станут попадать по рукам и не сбиваться со счёта, то есть синхронизируются.

Усложнение первое – тренер начинает считать быстрее.

Усложнение второе – все делают шаг вправо, то есть происходит смена партнёра.

Усложнение третье – счёт становится ещё быстрее.

Последнее усложнение – внешний круг делает полшага вправо, чтобы оказаться между двух игроков. Дальше игра продолжается так, что каждый играет с двумя сразу.

В конце разминки можно попросить участников поаплодировать себе, справились со сложным заданием.

### **Лови желание**

Встать в шеренгу. Каждый загадывает желание. Первый говорит своё желание тихо соседу справа. После этого бежит в конец шеренги. Тот, кому сказали желание передаёт его своему соседу справа, тот дальше и так дальше до конца, пока желание не вернётся к тому, кто его сказал.

Теперь тот, кто стоит первым говорит своё желание...

Игра повторяется пока каждый участник группы не скажет своё желание.

### **Липучка**

Предлагаю немного подвигаться, размяться. Поиграем в такую игру. Сейчас я хлопну в ладоши, и мы все начнем двигаться произвольно. По команде: «Стоп» вы должны остановиться и объединиться с кем-либо в пару руками, как играем в ладушке – ладошка к ладошке. Ведущий тоже ищет себе пару. Кто останется без пары, тот и будет ведущим дальше. Если количество участников нечётное, то тренер ведёт игру, но не принимает участие. Ведущим становится кто-то из группы.

Другой вариант проведения разминки: каждый раз разное объединение – в тройки, четвёрки и т.п. – зависит от количества участников в группе.

### **Мячики**

Необходимо 4-6 мячиков небольшого размера, типа теннисных. Я использую такого размера мягкие игрушки – есть серия круглых мягких игрушек.

Инструкция участникам.

Встать в круг. Мы будем кидать мячик друг другу. Надо выполнить два условия: мячик должен побывать в руках у каждого один раз и нельзя кидать соседу справа или слева, хотя бы через одного. Вернуться мячик должен ведущему (тренеру).

Первый раз тренируемся.

После того как попробовали, тренер спрашивает: «Запомнили, как перекидывали мячик? Повторить сможете?»

Второй повтор.

Если были сложности – повторить ещё раз.

Если было всё хорошо, тренер говорит: «Повторим».

Бросает мячик / игрушку первому участнику и буквально тут же снова бросает ему, уже вторую игрушку, затем третью. Если в группе 8 человек, что в игре 4 игрушки, если больше, то можно добавлять.

Играть пока активность и веселье не пойдёт на спад.

### **Найди пару (усложнение разминки «Кто я?»)**

На этот раз нужны булавки и карточки с парными героями книг или фильмов, мультфильмов, например, волк и заяц, львёнок и черепаха, Буратино и Карабас Барабас, Шарик и Матроскин, Джек Воробей и Элизабет Суонн, Белла Свонн и Эдвард Каллен, Гарри Поттер и Волан де Морт и тому подобное. Зависит от возраста участников и их пристрастий. В одной игре не стоит использовать больше одной пары карточек с героями из одного произведения.

Каждому участнику группу на спину крепится карточка. Нужно, задавая вопросы (см. предыдущую разминку) выяснить кто игрок и найти свою пару.

Недостаток разминки – группа обязательно должна быть с чётным количеством участников. Либо тренер тоже берёт карточку и может быть чьей-то парой.

### **Поднять со стула**

Задание выполняется стоя. Посередине круга ставится один стул. Нужен доброволец. Он выходит за дверь. В это время остальным тренер даёт задание: вы должны поднять его со стула без рук. То есть либо уговорить, либо пригрозить, либо обмануть – придумывайте сами.

Тренер выходит позвать добровольца и даёт ему задание – ты садишься на стул, и твоя задача сидеть, и встать только в том случае, если тебя смогут убедить, что ты должен это сделать. Убедили тебя или нет – решай сам.

Ограничить по времени: поднять со стула должны за 3 минуты.

### **Поменяются местами те, кто...**

Участники сидят в кругу, ведущий в центре. Ведущий говорит: «Поменяйтесь местами те, у кого...» (и называет какой-то признак: «... на руке есть часы!» (есть серьги, длинные волосы, кто завтракал, одет в брюки... и т. д.)

Участники, у которых, этот признак есть, меняются местами, перебегают на другие стулья. Ведущий занимает любой свободный стул. Кому не досталось места, становится ведущим.

### **Представить коллегу**

Участники объединяются в пары. 5 минут дать парам поговорить друг с другом. Узнать, как можно больше информации, чтобы представить напарника. Потом разговаривать будет нельзя.

Представлять будем следующим образом: встать за спиной своей пары, положить руки на плечи и говорить от его имени: Моё имя ... Я работаю ... И так далее. Рассказать то, что посчитаете нужным, буквально 3-4 предложения.

Тот, кто сидит должен молчать, не может подсказывать и поправлять.

Тренер призывает участников задавать вопросы после того, как человек расскажет «о себе». Если группа не активна – задаёт вопросы сам, типа: «Есть ли у тебя братья-сестры?», «Сколько лет маме?», «Есть ли дети?» «Как их зовут?» и т.п. Задать 3-4 вопроса.

### **Привет, как дела?**

*Каждое слово сопровождается жестами: привет – поднять правую руку и помахать из стороны в сторону. Как дела – протянуть руку для рукопожатия. Всё ОК – поднять руку на уровень плеча и показать знак ОК. Так держать – объятия и похлопывания по спине.*

*После каждой фразы пауза, чтобы партнёр повторил и сделал тоже самое.*

*Инструкция группе: Мне нужен помощник. (Либо доброволец, либо назначить кого-нибудь, можно подбодрить, сказав, что это не сложно и весело).*

Сейчас мы здороваться определённым образом. Я буду говорить и показывать, каждую мою фразу и жест помощник повторяет. Все остальные постарайтесь запомнить. После того, как мы с моим напарником так поздороваемся, мы пойдём подобным образом здороваться с другими участниками группы. Те, с кем мы поздороваемся должны тоже пойти и тоже так с кем-то поздороваться. Задача каждого из группы поздороваться так не менее чем с тремя участниками группы. Можно подходить к тем уже поздоровался три раза.

### **Пройди по-новому**

Группа объединяется в две команды, которые встают в шеренги друг напротив друга, лицом друг к другу. Задание выполняет каждый индивидуально, по одному, по очереди из каждой команды. Начинает тренер. Просто проходит вдоль шеренг. Задача следующего участника пройти вдоль шеренг по-другому. Каждый следующий должен пройти по-новому. После того, как прошли – встают в конце своей шеренги. Если понравилось – можно хлопать.

### **Путаница**

Участники встают в круг, так чтобы касаться друг друга плечами, тренер в центре круга.

Тренер просит закрыть глаза и вытянуть вперёд руки. После это он соединяет руки участников, перепутывая их.

Затем даётся команда открыть глаза и объявляется: «Ваша задача – распутаться».

### **Синий диванчик**

Нужны 3 стула.

Тренер садиться на один из стульев и говорит: «Я – синий диванчик (далее можно описать какой именно)». Задача участников выйти, сесть на один из стульев и сказать, что или кто он такой, например, кружевная подушка, которая лежит на этом диванчике. Другой участник должен выйти, сесть и сказать, кто или что он такое, например, красивый белый, пушистый кот, который нежится на этом диванчике. Надо придумать что-то или кого-то, что / кто подходит к диванчику.

Тренер -«диванчик» выбирает с кем он останется. Тот, кого выбрали остаётся сидеть, а второй уходит. После этого уходит и тренер. Теперь есть тот предмет / существо, которого выбрали, например, кот. Теперь участники должны придумать что-то или кого-то подходящего коту. Предложения происходят также – выйти, занять стул и презентовать себя. Игрок-«кот» выбирает с кем останется.

Повторить несколько раз. Пока высокая активность.

Возможно, первое время участникам сложно будет что-то придумать или сделать красивую презентацию, когда станет проявляться активность и презентации будут становиться всё интереснее, можно завершать упражнение.

### **Стул хвастовства**

Сейчас мы выполним следующее упражнение. У нас будет стул хвастовства.

*Поставить в центр круга стул.*

Каждый будет на него садиться и чем-то хвастаться. Подумайте, чем вы готовы похвастаться, чем вы можете гордиться. Скажите фразу в 2-3 предложения.

*Тренер показывает пример.*

После каждого хвастовства – аплодисменты.

*Хороший вариант для разминки последнего модуля тренинга.*

### **Тридцать три**

Участники встают в круг. Каждый по очереди называет число, счёт идёт до 33. Первый раз просто надо посчитать.

Усложнение – теперь вместо чисел, которые содержат 3 надо хлопнуть в ладоши.

Подсказка: 3, 13, 23, 30, 33, последнее – два хлопка.

Если кто-то ошибётся, то он начинает сначала.

Добавляется ещё одно усложнение – теперь ещё и числа кратные 3 (которые делятся на 3) не произносятся, вместо них хлопок.

Подсказка: 3, 6, 9, 12, 13, 15, 18, 21, 23, 24, 27, 30, 33

### **Угадай фразу**

Участники объединяются в две команды (если группа большая, можно 3-4). Задача каждой команды без слов показать фразу.

*Заготовить карточки с пословицами, поговорками, крылатыми выражениями и т.п.*

Другие команды должны угадать. Можно проводить, как конкурс, тогда победителю нужен какой-нибудь приз.

Сначала команды получают первую карточку, 1-3 минуты на подготовку, затем каждая показывает свою пантомиму. Другая/ие команда/ы смотрят и угадывают.

После первого раунда можно повторить. Таких повторов может быть 3-4 – зависит от количества команд.

### **Фруктовый салат Разновидность разминки «Поменяться местами»**

Сейчас мы будем меняться местами. Но делать мы это будем особенным способом. Каждый будет каким-то фруктом. Когда будет звучать команды: «Яблоки поменяться местами (то есть будет назван ваш фрукт), вы должны будете встать со своего стула и занять любой освободившийся.

Когда же прозвучит фраза «Фруктовый салат» поменяться местами должны будут все.

Тренер проходит по кругу мимо участников и каждому назначает какой-то фрукт: яблоко, груша, банан, слива. Выбрать 3-5 фруктов (количество зависит от участников группы).

В этой разминке возможны варианты: тренер не занимает освободившийся стул, всю разминку он проводит сам и занимает свободный стул, тогда ведущим становится другой игрок.

### **Четыре стихии**

Необходим мячик

Существует 4 стихии – воздух, земля, вода и огонь. Я стою в центре, бросаю мячик любому из вас и называю одну из стихий. Как только мяч пойман, я начинаю счет до трех. Ваша задача – успеть, пока идет счет, ответить: на слово «воздух» – названием птицы или насекомого, «земля» – зверя, живущего на суше, «вода» – рыбы или морского животного, на слово «огонь» отвечать ничего не надо, нужно хлопнуть в ладоши. Повторять слова нельзя. Ошибившийся становится ведущим.

### **Элитный клуб**

Необходимо: флипчарт, маркеры

*Работа в парах. Каждый должен будет представить своего напарника по плану:*

– имя, – достижения, – хобби, – девиз по жизни, последняя фраза: рекомендую принять в наш Элитный клуб.

*Вступление перед игрой:* Представьте, что Вы все пришли в Элитный клуб и хотите в него вступить. Но вступить в него нельзя, пока Вас кто-нибудь не представит. Значит, свою пару представить надо так, чтобы все остальные захотели его принять. Чтобы вам было проще – вот план: (записать на флипчарте)

- имя,
- достижения,
- хобби,
- девиз по жизни,

Рекомендую принять в наш Элитный клуб... (этой фразой начинать презентацию кандидата в Элитный клуб или заканчивать)

Вам 5 минуты, чтобы поговорить друг с другом в парах.

Затем Вы будете представлять друг друга. А остальные внимательно слушают и, если кандидат им нравится, хлопают в ладоши.

## **Игры**

Начну с игры, с которой познакомилась на Школе Игротехнике в 2013 году. Знаю, что её первоисточник – игра «Робот». Однако я увидела игру именно в таком виде, как опишу. Именно в так я её и проводила и провожу. Считаю, что у игры большой потенциал. Я её провожу, когда говорю об адаптации и наставничестве. При этом вижу, что это отличное корпоративное мероприятие, когда надо наладить горизонтальные связи и сплотить коллектив. Пригласите сотрудников разных отделов, перемешайте, чтобы они оказались в разных командах и им пришлось взаимодействовать друг с другом. Не стану навязывать своё мнение, лучше опишу игру, а как её использовать, уважаемый читатель, придумайте сами.

### **Остров дикарей**

Необходимо:

верёвки для организации пространства игры, лишние стулья (больше, чем участников группы),

карточки по 2 штуки на каждую команду,

2 ручки на каждую команду,

либо очень крупные ключи (2 штуки), либо 2 картинки ключей (а-ля «Золотой ключик»), можно вместо них использовать подручный материал, например маркеры разных цветов.

Подготовка к игре:

Организовать пространство – подготовить места, где будут располагаться команды, например, по углам комнаты. Расставить в каждом углу стулья в круг по количеству участников в командах.

Несколько стульев оставить в разных частях комнаты, чуть позже поясню зачем. Количество зависит от размеров комнаты.

Группу надо объединить в команды по 3-6 человек. Команд может быть 2-4 (на большее число команд не проводила). Для объединения в команды попросить группу посчитаться на первый-третий (или первый-четвёртый).

Команды рассаживаются каждая в своей зоне: первые, вторые, третьи... После этого зачитывается метафора и раздаются карточки для словаря. Ниже будет пояснение.

Пока команды работают над словарём, у тренера есть время закончить организацию пространства. Надо создать своего рода лабиринт, чтобы нельзя было спокойно пройти через ком-

нату, нужно было обходить стулья. Между некоторыми стульями можно натянуть верёвку, чтобы пришлось либо обходить, либо перешагивать.

Метафора игры, текст, который ведущий говорит участникам.

Вы все мореплаватели. Был сильнейший шторм. Вы все потерпели кораблекрушение. Но вам повезло, вас выбросило на берег. Так вы оказались на острове. Поначалу вы думали, что это необитаемый остров. Однако оказалось, что на нём живёт племя дикарей. Они никогда не видели белых людей, очень испугались и от греха подальше решили вас запереть. Мало того, что старейшина племени запер вас, он ещё и поставил около каждой хижины дикаря охранять пленников. Надо сказать, что дикари очень странные. У них развита только кратковременная память. При этом они могут запомнить одномоментно только 10 слов. Пройдёт какое-то время и эти 10 слов они забывают, зато помнят другие 10 слов. Ещё одна очень важная информация про дикарей – они очень покладистые, если их попросить или приказать им что-то делать – они делают, не задавая лишних вопросов.

Так как вы не знаете, что ждать от этих дикарей, то лучшее, что можно сделать – бежать. Вам надо уговорить, попросить, приказать «вашему» дикарю, тому, что охраняет вашу хижину, взять ключ и открыть дверь.

Дикари, как известно, странные. Поэтому старейшина запер вас, но при этом ключ спрятал здесь же, а сам ушёл.

*Далее идёт задание группам:*

Придумайте словарь дикаря. Подумайте, вы заперты в хижине. Вам надо приказать дикарю найти ключ, которым вас заперли, взять его и открыть замок. Напоминаю, дикари помнят только десять слов. Вам надо решить, какие это будут 10 слов (можно сделать подсказку: вперёд, шагай и тому подобное). Далее, вам надо будет перевести эти 10 слов на язык дикарей. Лучше использовать короткие сочетания букв: гам, там, люк и тому подобное. Нельзя использовать слова похожие на русские или английские слова. (Несмотря на то, что даётся такое ограничение, оно не проверяется).

Каждой группе выдать 2 карточки для словаря. Лучше заранее заготовить половинки листа А4, поделенные на 10 строк и два столбца: русские слова и словарь дикарей. Можно дать ещё лист А4 для черновика. Команда составляет словарь и заполняет обе карточки. Можно сразу предупредить, что одна карточка будет у команды, вторая у дикаря. На карточках надо написать номер команды (поэтому объединяться в команды лучше именно рассчитываясь на номера: первый, второй, третий...)

На создание словаря отводится 5-7 минут, максимум 10 минут.

Пока команды составляют словарь – тренер заканчивает создание «лабиринта» в помещении.

По истечении отведённого времени, тренер даёт командам задание. А теперь решите, кто из вашей команды будет дикарём, охраняющим вас. Одну карточку со словарём оставьте в команде, вторую отдайте ему.

После того, как каждая команда выбрала «дикаря», тренер просит дикарей выйти на минуту за дверь. Он их позовёт.

После того, как они вышли, ведущий берёт один из ключей (или предмет его заменяющих), понарошку запирает «двери» хижин, где сидят команды. В этот момент можно сказать: Старейшина племени, запер все хижины с мореплавателями. Так как дикари очень странные, то ключ спрятал здесь же.

*На этих словах надо спрятать ключ где-то в помещении, например, положить на какой-то стул и прикрыть листом бумаги.*

После этих слов тренер приглашает «дикарей». Далее он не вмешивается в процесс, если только необходимо «призвать команды к порядку», порой игра так захватывает, что они забывают, что они «заперты», выбегают из «хижин».

Обычно даётся столько времени, чтобы хотя бы один «дикарь» нашёл ключ и «открыл дверь».

Как правило, команды настолько радуются, что их представитель нашёл ключ, что уже забывают, что надо открыть дверь, что цель у них была сбежать. Иногда дверь даже открывают, но команда даже не пытается «убежать». Поэтому в этот момент вмешивается ведущий. Можно отойти от роли старейшины и спросить: «Удалось вам сбежать?»

*На этом этапе не нужно анализировать игру, этот вопрос скорее подсказка на будущее.*

Далее ведущий начинает себя вести как старейшина, берёт в руки два ключа и говорит: «Пришёл старейшина и увидел непорядок. Очень рассердился. Выгнал дикарей. (Забрать у «дикарей» карточки со словарём и попросить выйти за дверь). Снова запер все двери. Решил, что одного замка мало, взял ещё один (взять второй ключ) и запер ещё на один замок.

Но так как дикари странные, то и на этот раз оба ключа он спрятал здесь же».

Ведущий выходит за дверь и раздаёт словари, но на этот раз он меняет их. То есть дикарь получает карточку не своей команды, а другой. Команды об это не знают. Раздавая карточки, ведущий предупреждает «дикарей», что теперь они охраняют другую команду, но сообщить об этом они не могут.

«Дикари» заходят в комнату. В этот момент происходит неразбериха, нужно время, чтобы команды поняли, кто теперь их дикарь и кому они дают команды.

Даётся время на то, чтобы команды всё-таки нашли «своего дикаря», чтобы дикари нашли ключи и открыли дверь.

В каких-то группах, команды ещё пытаются отобрать ключ друг у друга или до открытия дверей, или уже после. Где-то освобождается и бежит только одна команда, где-то все. Иногда, освободившаяся команда забирает ключи у дикаря и освобождает другие команды.

Анализ игры целиком и полностью зависит от целей, с которой проводилась игра.

Сначала надо дать время на то, чтобы участники поделились своими впечатлениями об игре, а потом уже делать выводы и связывать с реальностью, проводить параллели, делать выводы о том, что надо изменить в повседневной жизни.

Так как я даю игру перед темой адаптация, что я в анализе говорю о том, как тяжело было дикарю приспособиться к новому словарю. Первый словарь он составлял сам, ему было легче. Второй на него внезапно «свалился». Так же и при смене работы, даже опытному сотруднику надо привыкнуть к новому коллективу, новой корпоративной культуре, новым условиям, какому-то, возможно, новому профессиональному сленгу и тому подобное.

### **Древний Славянский Город**

Игру написала для тренинга продаж, когда надо было все этапы продаж рассказать за один день. Чтобы как можно быстрее включить группу в работу и получить предмет для разговора придумала эту игру.

#### **Метафора игры:**

Все участники игры – жители древнего славянского города. Каждый участник имеет какую-то профессию. Он либо мастер: кузнец, плотник, цирюльник и т.п., либо выращивает и продают продукцию со своего хозяйства, это могут быть овощи-фрукты, молоко и молочная продукция, мясо и т.п. Каждый из вас сейчас получит роль. Играть мы будем три тура. Каждый тур – один год жизни. В начале каждого тура (года) вы тянете 3 карточки с событиями, в которых указано, какие события произойдут с вами в течение этого года и что вы обязательно должны сделать. Самая главная ваша цель – жить в городе, работать на его благо, прожить год в комфортных для себя условиях и выполнить задания из карточек. А ещё у вас есть стартовый капитал – 15 монет.

#### **Нужно подготовить:**

Для игры надо подготовить карточки с ролями и карточки с событиями, примеры событий чуть ниже, а также монетки, из расчёта по 15 штук на каждого участника игры, включая тренера. Это расчёт при условии, что играют 10 человек. Если количество участников больше – пропорционально увеличить.

Свой товар участники рисуют сами. Им выдаются маленькие листочки для записок (типа формат А6), цветные карандаши (восковые мелки, фломастера – на усмотрение ведущего). Рисуя картинки товара, участники погружаются в игровой процесс. Картинки можно рисовать каждый код новые, по ходу игры можно дорисовывать. Ограничений никаких нет.

Цель игр – проблематизация, то есть создать мотивацию на обучение, продемонстрировать, что продавцу необходимо вести активные продажи.

Цель в игре – заработать как можно больше денег и благополучно жить в течение года.

#### **Роли для игры:**

Кузнец, плотник, каменщик, молочник, мясник, зеленщик, цирюльник, портной, пекарь, сапожник, стражник и т.п. Ведущий играет роль главы города.

#### **Примеры событий:**

– У Вас ожидается прибавление в семействе. Необходимо достроить ещё один этаж к дому, обратитесь за помощью к каменщику.

– Вы едете в другой город на ярмарку. Дорога через лес опасная. Попросите стражника сопровождать Вас туда и обратно.

– Решили купить обновку к празднику. Обратитесь к портному за новой одеждой.

– Необходимо подковать лошадь, обратитесь к кузнецу.

Все услуги и товары стоят 1 монету. В игре можно использовать реальные деньги, например 10-копеечные монетки.

В карточках нет ничего связанного с продуктами питания. Это своего рода «западня», спрогнозированный подвох. Как правило, участники забывают покупать продукты питания для себя. Выполняют только задания из карточек: покупают услуги парикмахера, покупают новую одежду и т.п.

В итоге в первый год (первый тур): игроки выполняют задания из карточек, то есть отдают деньги мастерам, при этом никто не купил еды. Мастера за первый тур зарабатывают денег, продавцы продуктов – нет. При этом ведущий для себя приобретает еду. А так как стражник на содержании города, то и ему.

В конце первого года подводится предварительный итог: все считают свои деньги, хвалятся какие они молодцы. Дальше тренер спрашивает, кто купил продукты питания? Разве без еды можно благополучно жить?

Игру проводила и для группы 10 человек и для группы 21 человек. Необходимо заранее продумать какие это будут роли (к предложенным добавить свои), и какие события могут произойти с учётом имеющихся профессий. Карточки событий сразу же делать повторяющиеся, одно и то же событие может повторяться 3-4 раза. Только надо их разложить так, чтобы они лежали не подряд – не попались сразу одинаковых события одному человеку в один год.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.