

**На II (обласний) етап Всеукраїнського конкурсу авторських
програм практичних психологів і соціальних педагогів
«Нові технології у новій школі»**

Номінація: профілактичні програми

**ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ
КОМАНДОТВОРЕННЯ В ОСВІТНЬОМУ
ПРОЦЕСІ**

Авторка:

ПОТЬОМОВА СВІТЛАНА ПЕТРІВНА,

практичний психолог

Липовецького ліцею №1

ім.В.Липківського

Вінниця - 2022

Укладач: **Потьомова Світлана Петрівна**, практичний психолог Липовецького ліцею №1 ім. В. Липківського

Потьомова С.П. Впровадження технологій командотворення в освітньому процесі. Методичний посібник / С.П.Потьомова. - Липовець, 2022. - 79 ст.

Рецензенти:

Адамчук Людмила Леонтіївна, методист Навчально методичного центру психологічної служби системи освіти Вінницької області, спеціаліст вищої категорії; Мельник Світлана Василівна, в.о.директора Липовецького ліцею №1 ім.В Липківського, спеціаліст вищої категорії, вчитель-методист.

Рекомендовано педагогічною радою Липовецького ліцею №1 ім. В. Липківського
(протокол № 5 від

Профілактично - просвітницька програма «Впровадження технологій командотворення в освітньому процесі» містить як теоретичну, так і практичну частини.

Теоретична частина включає інформаційне повідомлення про історію та актуальність командотворення.

Практична частина представлена добіркою занять, що складаються із різноманітних вправ та ігор. Вправи у заняттях скомпоновані таким чином, що їх можна міняти місцями і взаємозамінювати, орієнтуючись на кількісний склад учасників та учасниць, вік, актуальність саме для них. Всі вправи адаптовані до учнів, педагогів, батьків та проведені з учасниками освітнього процесу. Час проведення вправи чи заняття теж можна адаптувати для конкретної аудиторії.

Основна частина програми – 6 практичних занять для учнів 7-10 класів; 1 заняття для вчителів та 1 для батьків.

Можна проводити кожне заняття окремо, а можна в комплексі як систему занять.

Донести психолого-педагогічні аспекти програми для цільової аудиторії зможуть класні керівники, практичні психологи, соціальні педагоги, заступники директорів з виховної роботи.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи програми.

1.1. Вступ	5
1.2. Науково-методичне обґрунтування програми	8

РОЗДІЛ 2. Впровадження програми (з досвіду роботи)

2.1. Пояснювальна записка	20
2.2. Структура і зміст програми	28
Заняття №1	37
Заняття №2	40
Заняття №3	44
Заняття №4	48
Заняття №5	51
Заняття №6	55
Заняття для педагогів	57
Заняття для батьків	63
Висновки	68
Використана література	70
ДОДАТКИ	72

РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи програми

1.1.ВСТУП.

АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ

Карантини, пов'язані із COVID показали, що діти мають велику різницю у досвіді спілкування. Різний доступ до інтернету та гаджетів, варіанти навчання (скинуте на Viber домашнє завдання і телеуроки, відеоуроки, онлайн-заняття, навчальні відеоігри, заняття з доповненою реальністю). Деякі діти на карантині місяцями бачили лише кількох сусідів, інші мали значно більше коло спілкування.

Війна зробила цю різницю досвіду просто колосальною: навчалася дитина очно, змішано, дистанційно чи кілька місяців взагалі не мала доступу до освіти? Чи були поруч бої? Ховалася постійно в бомбосховищах у великому місті чи виїхала до села і звикала до місцевого життя? Може, потрапила на захід України і адаптувалася там, а якщо так, то чи жила як біженець у спортзалі, чи розташувалася в зручному житлі? Якщо школяра вивезли за кордон, реалії кожної країни, мова, культурний простір стали його досвідом. А ще різний рівень травматизації: чи вмирали люди на очах дитини, чи була безпосередня зустріч з небезпекою. Або варіант травматизації, коли дитина майже не бачила жахів війни, але загинув чи поранений хтось із рідних чи друзів. Більшість сьогодшніх дітей як їжачки, що сховалися. Важливим завданням школи є надання підтримки, повернення відчуття безпеки, впевненості, в тому числі і під час перебування у класному колективі. Повернувшись до навчання, дітям треба спочатку вчитися говорити, емоційно та соціально розвиватися. Це впливає і на мотивацію, і на якість освіти. Останнім часом навчання дітей «дистанційно» - це виконання завдань за інерцією. Але ж освіта і онлайн і офлайн має бути наповнена цікавістю, відкриттям, креативом. Цього можна досягти, об'єднуючи

учнівські колективи, формуючи почуття довіри, безпеки шляхом згуртування класу, формування команди.

Мета Нової української школи: реформувати весь освітній процес, змінити його для «дітей нового тисячоліття» – гнучких, креативних учнів, які потребують дещо іншого підходу до навчання. З огляду на це, особливої актуальності в освітньому просторі сьогодні набувають технології командоутворення, зокрема популярною є технологія тимбілдингу. Вона є мейнстримом парадигми сучасної освіти, так як формує високу працездатність всіх її учасників.

Гра, учіння, спорт, гурткова творчість, професійна праця, та й дозвілля -здебільшого проходять у форматі малих груп.

Сьогодні, мабуть, ніхто не заперечуватиме необхідності формування командного духу й укріплення колективу. Іноді неуспішність школярів у навчанні або їхнє небажання йти до школи пов'язані з тим, що діти не відчують себе невід'ємною частиною колективу, не бачать спільної мети у діяльності. Дуже часто вже дорослим людям відсутність досвіду групової роботи і неуміння працювати в команді заважають успішно взаємодіяти в колективі, разом зі співробітниками реалізовувати певну діяльність. У таких ситуаціях фахівці радять вдатися до тимбілдингу.

Окрім того, що працюю «практичним психологом», я є класним керівником. Тому на прикладі свого класу можу сказати, як важливо, об'єднувати дитячий колектив, формувати командний дух. По перше, показувати, що кожна дитина у колективі важлива.

Організовуючи інсценізації чи флешмоби, кожна дитина нашого класу мала слово, за бажанням чи то великий текст, чи лише фраза. Якщо навіть дитина відмовлялася категорично від ролей чи слів, то брала на себе роль, наприклад, фотографа, відповідального за декорації тощо, щоб бути частинкою команди.

На жаль, карантинні часи позбавили можливості організації екскурсій, але ми часто у класі організовували неформальне чаювання. Це чудовий привід поспілкуватися, посміятися. І інструмент для вчителя подивитися, кому із дітей потрібна допомога.

Кілька років поспіль проводили гру «Дружня пошта» (додаток 2). Її мета - налагоджувати товариські стосунки у групі, розвивати комунікацію.

Мали досить незвичний для школи, часом шокуючий для вчителів день у домашньому халаті та пухнастих капцях. І те, що дуже полюбують сучасні діти – фотосесії. Одна з яких була у стилі «total black». То взагалі неймовірні емоції, колективне обговорення підготовки образів, пошуку локацій, загалом конструктивне спілкування.

Окрім ігор, вправ, спільних активностей на командотворення шляхів згуртування є безліч, варто лише поставити мету, визначити діяльність, яка б розкривала кожного учня. Адже робота у команді – це про підтримку, про співробітництво, про розвиток емоційного інтелекту, про довіру.

1.2. НАУКОВО-МЕТОДИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ

Командна робота сприяє діалогу в класі. Адже показує, що навчатися можна не лише вертикально, тобто від вчителя, а й горизонтально — один в одного. Часом певне поняття може здаватися зрозумілим, а його значення — вичерпним. Утім, коли діти працюють у команді, хтось завжди може доповнити чи додати щось нове в уже відомі теми.

Досить часто сучасні школярі не є згуртованими, що в майбутньому може призвести до негативних наслідків — невміння співпрацювати в команді, спілкуватися в колективі, разом працювати над одним проектом, і, як наслідок, мати проблеми на робочому місці. Тут на допомогу прийде тимбілдинг (teambuilding) — ряд заходів, спрямованих на згуртування колективу.

Що таке тимбілдинг? Це робота, спрямована на об'єднання і заохочення членів групи до спільної результативної діяльності. Використовують тут різноманітні засоби і форми роботи: ігри, тренінги та інші заходи, спрямовані на формування командного духу.

Якщо йдеться про команду, то ті, хто творить спільну справу, одне для одного не менш значимі, ніж сама справа. Більш того, вони приємні, або, як мінімум, цікаві один одному. І це стосується не лише діяльнісних компетенцій — йдеться про близькість інтересів, цінностей, світогляду. Це не про те, що в команді всі, як один, мають обожнювати дайвінг, фанатити від «Бітлз» чи вірити в квантовий стрибок, ні, справа в іншому — у взаємній референтності та значимості, коли думки, плани, мрії, захоплення, погляди на речі та світ одного — небайдужі іншим. Така значимість міжособистісних взаємин підтримує єдність команди, захищає від емоційного вигорання, стресів — є однією із базових

людських потреб, задоволення якої сприяє внутрішній мотивації діяльності, коли робота робиться для задоволення процесом.

Психологічний комфорт – також особливість взаємин у команді. Різні дослідники по-різному описують цю якість взаємодії: Мікан та С. Роджер відзначають наявність системи ефективного управління конфліктами, довіру до інших, здатність приймати інших людей у їхній неоднозначності; Г.В. Ложкін пише про взаєморозуміння, довіру, згоду і взаємодопомогу, переважання неформальних взаємин; Г. Гертер і Х. Оттл наголошують на культурі відкритої комунікації; В. Хавемейер – на відкритому, чесному спілкуванні. Загалом ідеться про відсутність такої собі «подвійності»: пліток, обмовин, критики «поза очі», приховування справжнього ставлення один до одного тощо. Така ситуація стає можливою за певного ступеня так званої ціннісно-рольової відкритості, коли є можливість бути вільним у словах та діях, симпатіях та антипатіях, коли можна висловлювати вголос свої думки, в тому числі і про політику управління чи то командою, чи то країною.

Тому важливо пам'ятати, що метою тимбілдингу є створення об'єднаної команди, усунення проявів конкуренції та формування відчуття спільної справи. Натомість використання конкурсних вправ неодмінно створює ситуацію, за якої у нас є переможці та переможені. А це може стати причиною непотрібного суперництва. Тому краще зосередитись на тих видах діяльності, що спрямовані на об'єднання групи і колективу.

Слово «*тимбілдинг*» походить від англійських слів «*team*» (команда) і «*building*» (побудова, утворення), тобто українською мовою перекладається як «командоутворення» та широко використовується в останні роки у сфері бізнесу, менеджменту, освіти.

Командоутворення несе у собі три складові:

1. Формування й розвиток навичок командної роботи (team skills), які є основою системи впровадження командного менеджменту. А саме: гармонізація

спільної мети з особистими цілями; прийняття відповідальності за результат команди; ситуаційне лідерство (лідерство під завдання) й гнучка зміна стилю відповідно до особливостей завдання; конструктивна взаємодія та самоврядування; прийняття єдиного командного рішення й узгодження його з членами команди.

2. Формування командного духу (в англomовній літературі — *team spirit*), тобто сукупності психологічних феноменів, що характеризують неформальне ставлення співробітників до колег й організації. Розвиток командного духу — це комплекс заходів, спрямованих на: посилення почуття згуртованості, формування стійкого відчуття «ми»; розвиток довіри між співробітниками, розуміння та прийняття індивідуальних особливостей кожного; створення мотивації на спільну діяльність; набуття досвіду високоефективних спільних дій; підвищення неформального авторитету керівників; розвиток лояльності учасників програми щодо ставлення до організації.

3. Формування команди — механічні дії з підбору, оптимізації структури команди й функціонально-рольового розподілу: ефективне використання сильних сторін складу команди; розподіл ролей в команді для оптимального досягнення результатів; формування нової структури внаслідок злиття, поглинення або реструктуризації підприємства; створення робочої атмосфери під час формування команд; налагодження горизонтальних зв'язків усередині колективу, регіональних підрозділів

Історія становлення концепції тимбілдингу

Аналіз наукової літератури з психології, менеджменту, філософії, соціології та інших джерел виявив відсутність визначеної дати щодо застосування терміну «*Team building*» вперше. Одні автори вважають, що засновником тимбілдингу став автор Хоторнського експерименту (1927-1932 р.р.), відомий американський професор, психолог і соціолог Елтон Мейо, інші —

згадують американського дослідника і практика в галузі організаційного розвитку Уільяма Дайєра, який написав першу книгу з тимблдингу в 1977 році. Аналіз історичних джерел доводить, що першими засновниками заходів, присвячених створенню команди, підтримці командного духу, були римські генерали античних часів (приблизно 200 років до н.е.). В Стародавньому Римі з метою підтримки бойового духу і згуртованості солдатів-легіонерів проводилися різноманітні фізичні вправи, змагання на винахідливість, на силу та витривалість. Римські генерали намагалися сформувати атмосферу згуртованості серед своїх підлеглих і прийшли до висновку, що немає нічого ефективнішого за гру. Більш науково підійшли до вирішення даного питання такі історичні постаті: Гай Юлій Цезар (100-44 р. до н. е.), його нащадок Октавіан Август (63-14 р. до н. е.), Спартак (111-71 р. до н. е.) тощо. Вони стали засновниками системи засобів, які підвищують моральний дух римських солдатів на основі спортивних змагань та спортивних ігор. Найбільшу популярність завоювали Олімпійські ігри, які не втратили своєї актуальності й до сьогодні, а масштабність та популярність навіть збільшили. Такими заходами, які мали за мету збагачення та закріплення командно-військового духу і тим самим були спрямовані на знищення єдності ворога, керувалися відомі російські, американські та європейські лідери такі, як Вільгельм Завойовник (1027/1028-1087 р.р.), Річард I Левове Серце (1157-1199 р.р.), Олександр Невський (1221-1263 р.р.), Бонапарт Наполеон (1769-1821 р.р.), Михайло Кутузов (1745-1813 р.р.) та інші

Ключові експерименти та теорії, які сприяли становленню концепції тимблдингу:

1897 р. – експеримент Н. Триплета з велосипедистами, в якому дослідник порівнював ефективність індивідуальної дії, виконуваної як поодиноці, так і в умовах групи. Так з'являються перші згадки про поняття: «коактні» групи, «ефект соціальної фасилітації» та «соціальної інгібіції»;

кінець XIX – початок XX століть – роботи Л. Гумпловича, Е. Дюркгейма, Г. Зіммеля, Ч. Кулі, Г. Тарда, Ф. Тенісу й інших науковців, які досліджували малі групи;

початок XX століття – Ф. Олпорт, Ч. Барнард, Т. Ньюком, М. Шериф, В. Уайт та інші вчені в своїх роботах розглядали суспільні процеси та намагалися пояснити специфіку людського існування. Ці наукові праці створили фундамент для теоретично-практичного напрямку у з'ясуванні специфіки роботи малих груп.

Початок 1900-х р.р. – офіцер Французької армії Джордж Герберт Мід створив власний метод гармонійного розвитку особистості, який будувався на поєднанні занять і вправ з фізичної культури, спрямованих на зміцнення сили духу майбутніх воїнів і моряків, моральний розвиток, поряд з формуванням мужності, що проходив у відкритому середовищі. Цей метод отримав назву «Натуральний метод» («Natural Method»). У Франції його ще називають хебертизмом (Hebertism), який активно розвивався протягом періоду Другої світової війни, а згодом став стандартом фізичної освіти у Французькій Армії.

1920-х рр. XX ст. Ф. Олпорт сформулював розуміння групи як сукупності ідеалів, уявлень і звичок, які лунають в кожній індивідуальній свідомості, й існують лише в цих свідомостях. Відмову розглядати групу як певну реальність дослідник пояснював відсутністю адекватних методів дослідження, що узгоджувалися з його позитивістськими установками.

1930-і р.р. XX ст. Г. Хаймен ввів термін «референтних груп» - реальна чи уявна соціальна спільнота, яка виступає для індивіда в ролі еталона, зразка для наслідування.

Період 30-х-початку 40-х р.р. Лабораторний експеримент Музафера Шерифа з вивчення групових норм. Розрізняє два типи груп: актуальна група членства і референтна група.

В. Уайт при застосуванні методу включеного спостереження, реалізує програму «живих» груп на теренах великого міста;

На базі дослідження управлінської діяльності в промисловій організації Ч. Бернард висуває ідею двомірного розгляду групового процесу (з точки зору вирішення групових завдань і з боку підтримки внутрішньої рівноваги та згуртування);

1924-1936 р.р. XX ст. американський соціолог і психолог Е. Мейо провів Хоторнський експеримент. Вивчав вплив різних факторів (умов і організації праці, заробітної плати, міжособистісних відносин, стилю керівництва та ін.) на підвищення ефективності праці та довів особливу роль людського і групового факторів;

Період 40-х р.р. XX ст. – Курт Левін створив концепцію групової динаміки. Також йому належить ідея про проведення групових тренінгів для зміни тих чи інших особливостей поведінки у групі;

50-60 р.р. – Дуглас МакГрегор створив всесвітньо відому теорію X і теорію Y (Theory X and Theory Y), які намагався підвести під чинники мотивації раціональну і прийнятну основу. Згодом працював над теорією Z, в якій намагався поєднати запити і прагнення корпорації і окремої людини;

1958 р. – Вільям Шутц запропонував свою теорію міжособистісних відносин і психологічної сумісності, яку він назвав «Фундаментальна орієнтація міжособистісних відносин», згідно з якою три найважливіших чинника міжособистісних відносин - включеність, контроль, вплив - визначають більшість ситуацій людської взаємодії;

Початок 1960-х р.р. – перша згадка в США практичного використання концепції тимбілдингу, а саме «Мотузковий курс» або Rope Courses, який виник як програма психологічної і фізичної реабілітації американських солдатів після війни у В'єтнамі;

1965 р. – Брюс Тукман створив концепцію «FSNP» - стадії життєдіяльності команди: «Формування - Шторм - Нормалізація - Результати» («Forming - Storming - Norming - Performing»);

1967 р. - Мередіт Белбін вивчав максимізацію результативності команд і командну динаміку. Наголошував на максимальному внеску рольового розподілу щодо підвищення ефективності роботи команди та запровадив теорію дев'яти ролей.

Період 1970-х р.р. - Абрахам Маслоу заснував піраміду ієрархії людських потреб, яку активно застосовують у тимбілдинзі для вивчення мотивації команд і виявлення ступеня розвитку команди та її потреб;

1977 р. - Вільям Дайер написав першу книгу, присвячену тимбілдингу, в якій були виявлені кордони цього феномена;

1979-1983 р.р. Джон Едейр, працюючи в університеті графства Суррей, займався дослідженнями теорії і практики концепції лідерства, в якій наголошував на можливості виховати, передати лідерські здібності. У 1997 р. в університеті Ексетера був заснований центр вивчення лідерства;

Період 1980-х р.р. - американські бізнес-тренери перетворили програму психологічної та фізичної реабілітацій з елементами командного духу та єдності в нову бізнес-послугу на корпоративному ринку. Відбулося формування окремого бізнес-напрямку - тимбілдинг - який поширився в західному діловому світі. В США тимбілдинг прийняв цілком стандартну форму регламентованого мотузкового курсу, який проводився одночасно в кожному з 50 штатів;

Період 1980-х р.р. – активне формування та застосування напрямку «Освіта поза приміщенням» (найбільш поширений англійський термін - «Outdoor Education»);

Період 1990-х р.р. - в США і у Великобританії почав формуватися окремий напрямок в менеджменті - Outdoor Development Management - галузь

бізнес-навчання і розвитку за допомогою використання умов природного середовища;

Період 1990-х р.р. – почали використовуватися суміжні терміни, які стали гостро актуальними та досягли піку популярності на Заході: Corporate Adventure Training (CAT), тобто корпоративний пригодницький тренінг, а також Experience Based Training and Development (EBTD), тобто навчання і розвиток, засновані на отриманні досвіду;

1993 р. – з'являється перша офіційна організація в США, яка координує і контролює діяльність компаній щодо мотузкових курсів - Association for Challenge Course Technologies;

1998 р. - з'являється перша офіційна європейська організація, яка здійснює координацію і контроль діяльності компаній в сфері мотузкових курсів - European Rope Course Association;

XXI ст. - кількість організацій, які працюють в сфері тимбілдингу, зростає до теперішнього часу серед усіх розвинених країн світу, в тому числі в Україні.

Можливості тимбілдингу в освітньому закладі

Найпопулярніші види тимбілдингу:

- спортивний (активний). Найчастіше цей вид активного відпочинку проходить на природі і поєднує в собі корисне з приємним: роботу по згуртуванню колективу і відпочинок на свіжому повітрі. Це вид тимбілдингу зі спортивними іграми, квестами і естафетами;
- історичні рольові ігри. У ході такого роду тимбілдингу зазвичай відтворюються якісь історичні події та герої (це можуть бути як історичні бали, так й історичні реконструкції);
- мистецькі заходи. Цей вид тимбілдингу спрямований і на згуртування колективу і на розвиток творчого потенціалу школярів. Тут може бути

запропоновано маса варіантів інтелектуальних ігор, рішень кейсів або просто розвитку навичок у живописі, фотографії або віршуванні;

- психологічний тимблдинг зазвичай проходить у формі тренінгових занять.

Суть таких заходів – виявлення лідера, розвиток комунікативних навичок усіх учнів і налагодження позитивної атмосфери в колективі.

Впровадження технологій командотворення в поєднанні з як і розвиток життєстійкості власне вирішує чимало задач.

Оскільки, школа стає не лише соціальним інститутом, в якому учень здобуває знання, а й вчиться взаємодіяти в колективі, то однією з основних функцій психологічної технології розвитку життєстійкості постає формування навичок конструктивної міжособистісної взаємодії. Конфлікти між різними учасниками освітнього процесу, проблеми булінгу і насильства в шкільному середовищі найчастіше стають перепоною для всебічного розвитку дитини, змушують шукати новітні шляхи вирішення та уникнення можливих небезпек. Психологічна технологія розвитку життєстійкості стане в нагоді і для працівників психологічної служби, оскільки допоможе впровадити нові психологічні практики у навчально-виховний процес закладів освіти, допоможе сформувати сприятливий психологічного клімат, поліпшити умови в яких відбувається взаємодія членів колективу, тим самим, допоможе позитивно вплинути на успішне здобуття академічних знань. По-третє, складні соціально-економічні умови, у яких перебуває українське суспільство – російська агресія, економічний спад, пандемія COVID-19, політична нестабільність зумовлюють необхідність надання кваліфікованої допомоги учасникам освітнього процесу у подоланні різного роду психологічних травм, стресових і пост-стресових розладів, труднощів у соціальній адаптації у нових умовах проживання і навчання, профілактики конфліктів, різних форм девіантної поведінки та інших проблем особистісного і мікросоціального

характеру. Сучасні дослідження зосереджені на пошуку основних механізмів резилієнс, а саме життєстійкості, яка допоможе зберегти позитивну адаптацію, попри значний досвід перебування у стресових ситуаціях, стан благополуччя попри всі негаразди, компетентне функціонування в умовах стресу, забезпечити конструктивну оцінку складних подій, здатність самостійно долати життєві труднощі і проблеми, добре справлятися з важкими ситуаціями та проявляти особистісну ресурсність.

Особливо сьогодні, в умовах воєнного стану. Коли у класних колективах навчаються діти із різним соціальним досвідом, як було зазначено вище, включаючи дітей, що мають статус «внутрішньо переміщених осіб», постає питання адаптації до нових умов, до нових колективів, пошуку друзів та однодумців тощо.

Одна із найактуальніших задач — це встановлення почуття безпеки, яке необхідне для нормального розвитку дитячого мозку. Все нове для нього викликає тривогу, що живе в частині мозку під назвою «амигдала». Перебування в новому середовищі, знайомство з новими людьми спонукає мозок перемикатись у режим активного сканування на предмет загрози. Це нормально: завдання нашого мозку — вижити за будь-яких обставин. Але ось що важливо: засвоювати інформацію та вчитися мозок дитини зможе тільки у спокійному стані. А за здатність вирішувати математичні задачі, застосовувати мовні правила, вирішувати логічні завдання, прогнозувати та аналізувати відповідає префронтальна кора. Вона розташована одразу за нашим чолом. І ефективно працювати може тоді, коли амигдала, де живе тривога, перебуває в спокійному стані.

То ж завдання педагога — побудувати ось цей місточок від амигдали до прифронтальної кори. У цьому якраз і допоможуть вправи на здружування, командний дух і креативність. Зі слів ізраїльського професора Ювала Ноя Харарі: «Багато педагогів стверджують, що школи мають перейти до

викладання «Чотирьох К» — навичок критичного мислення, комунікації, роботи в команді та креативності».

Одним із ключових пріоритетів школи є формування безпечного освітнього середовища, що передбачає навчання педагогічних працівників та здобувачів освіти щодо методів запобігання та протидії проявам насильства та булінгу (цькування), формування соціально-емоційних компетентностей, ненасильницьких моделей спілкування та взаємодії учнів, навичок безпечної поведінки під час використання інформаційно-комунікаційних технологій та інших медійних засобів.

З засадами командотворення варто знайомили не лише дітей, а й вчителів та батьків. Адже в основі педагогіки партнерства, як зазначено у Концепції НУШ – спілкування, взаємодія та співпраця між учителем, учнем і батьками.

Головна мета тимбілдингу – створення комфортного мікроклімату в колективі на основі загальних цінностей та уявлень. Першорядними завданнями тимбілдингу вчені називають: формування навичок успішної взаємодії членів команди в різних ситуаціях; підвищення рівня особистої відповідальності за результат; перехід із стану конкуренції до співпраці; підвищення рівня довіри й турботи між членами команди; переведення уваги учасника із себе на команду; підвищення командного духу, отримання заряду позитивного настрою; просування команди на лідируючі позиції турніру.

Це дає змогу ефективно співпрацювати й не витрачати часу на зайві суперечки з фундаментальних питань. При цьому можливе існування кількох «команд» педагогів, батьків, членів кожної з яких об'єднують спільні цінності й погляди. Між цими «командами» відбувається постійний діалог, взаємоузгодження позицій. Командний підхід є культурою консенсусу. Роль керівника ЗЗСО у процесі командоутворення є неоднозначною – дуже важливо у цей період стати в один ряд з усією командою і досягти поставленої мети, але з іншого боку залишатися лідером. Отже, основними завданнями менеджменту

ЗЗСО в умовах корпоративної культури управління є: координація роботи команди і підрозділів, стимулювання інновацій та колаборації, управління конфліктами й ефективне лідерство. До завдань керівника ЗЗСО входить і регулювання комунікативним процесом, і концентрація зусиль команди на досягнення цілей, і координація діяльності в умовах обмеження часу й ресурсів, а головне – ідентифікація стадій розвитку команди і прийняття відповідних впливів, що полегшують функціонування команди. Розуміння керівником ЗЗСО правил командної гри визначає швидке та ефективне вирішення складних ситуацій у колективі, усвідомлення причин низького особистого внеску конкретного члена групи, усунення міжособистісних зіткнень.

Технології командотворення передбачають формування емпатії, навичок конструктивної взаємодії.

РОЗДІЛ 2. ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ

(З ДОСВІДУ РОБОТИ)

2.1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Створення мирного середовища є важливою умовою встановлення демократичних цінностей. Ситуація в країні показує, наскільки гостро стоїть питання формування комунікативних навичок, навчання вирішувати конфлікти мирним шляхом або знайти дієвий спосіб їх врегулювання. Освітні заклади ставлять за мету виховання всебічно обдарованої, гармонійно розвиненої особистості, прагнуть зробити так, щоб молодь виробляла ефективні моделі поведінки з ровесниками.

Освіта сьогодення має бути наповнена цікавістю, відкриттям, креативом. Цього можна досягти, об'єднуючи учнівські колективи, формуючи почуття довіри, безпеки шляхом згуртування класу, формування команди.

Одним із пріоритетів освітнього процесу - є створення комфортних умов для усіх його учасників. Так як формат колективів, у тому числі класних значно змінився останнім часом, певна річ є потреба у об'єднанні, створенні команд, поліпшенні адаптації здобувачів освіти до нових умов. Вправи програми мають на меті об'єднання, цим самим зменшуючи прояви агресії, насильства тощо.

Також на сьогодні є актуальним питання створення мирного середовища навколо себе, вироблення навичок співробітництва при вирішенні будь-яких суперечностей чи конфліктних ситуацій. Кожна команда, група, колектив - це цілісний "організм". Він функціонує за своїми законами і має свої особливості. Та для ефективного досягнення цілей команді не достатньо лише працювати разом. Значно важливіше мати спільні інтереси, мотиви, розуміти і підтримувати один одного. Для цього потрібно показувати усім учасникам освітнього процесу пріоритетні напрямки роботи: формувати здатність протистояти булінгу, виробляти навички ненасильницького спілкування, розвивати навички асертивної поведінки, вміння будувати конструктивний діалог, вміння працювати у команді.

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРОГРАМИ

МЕТА: профілактика конфліктності та негативних явищ в учнівських колективах, створення умов для формування психологічних та соціальних компетентностей усіх учасників освітнього процесу; формування вмінь і навичок командної співпраці, з урахуванням інтересів усіх осіб, ненасильницької поведінки та уміння конструктивно спілкуватися, створюючи мирне середовище навколо себе.

Застосування на практиці запропонованих технік, методичного інструментарію дозволить ефективно об'єднати соціальні групи. Дана програма буде суттєвою допомогою у процесі командотворення як на рівні класного колективу, так і педагогічного і батьківської спільноти.

ЗАВДАННЯ:

- ознайомити з поняттям «team building»;
- відпрацювати навички роботи команді;
- ознайомити з основними засадами миробудування;
- сформувати розуміння цінності групової взаємодії;
- сформувати розуміння безпечного освітнього середовища;

- створити атмосферу підтримки та взаємоповаги;
- розвивати емпатію, сприяти налагодженню дружніх стосунків;
- сприяти адаптації внутрішньо переміщених осіб в учнівські колективи;
- формувати позитивний мікроклімат в колективі;
- знизити рівень конфліктності особистості підлітка, шляхом формування навичок конструктивної взаємодії з оточуючими й здатності утворювати нові соціальні контакти;

КОНКРЕТНІСТЬ ФОРМУВАННЯ ЗАПЛАНОВАНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ:

- учні будуть мати базові теоретичні знання з командотворення;
- ознайомляться з основними засадами миробудування;
- зрозуміють необхідність розвитку емпатії, сприяння налагодженню дружніх стосунків;
- поглиблять свої знання з тематики «конструктивне спілкування»;
- через практичні вправи відпрацюють навички роботи в команді;
- матимуть уявлення про безпечне освітнє середовище;
- навчатися чути думки про інтереси інших;
- зрозуміють, що потрібно вміти брати на себе відповідальність за дії та вчинки;
- зниження у здобувачів освіти рівня тривожності, зменшення кількості випадків вербальної та фізичної агресії;
- усвідомлять власний внесок у миробудування та створення мирного середовища навколо себе з усіма учасниками освітнього простору, а також

за побудову миру навколо себе, в своєму класі, родині, суспільстві та країні у контексті командотворення.

ВІДПОВІДНІСТЬ ЗМІСТУ ПРОГРАМИ ВІКОВИМ ОСОБЛИВОСТЯМ УЧНІВ:

Заняття для учнів 7-10-х класів спрямовані на розкриття морально-етичних цінностей, формування уміння підтримувати доброзичливі стосунки, виховувати терпимість і толерантність, повагу до думок, почуттів, переконань інших.

Заняття побудовані таким чином, що не містять занадто багато теоретичної інформації, блоки і вправи практичні, відсутні складні терміни й визначення, матеріал подається у легкій формі, з метою швидкого засвоєння та реалізації отриманих умінь і навичок у житті.

Кожне заняття мотивує учнів та учениць до активної участі. Використовуються різноманітні інтерактивні методи для залучення підлітків, педагогів та батьків до цікавої діяльності (робота в малих групах, «мозковий штурм», обговорення, моделювання, демонстрація, рольові ігри, розгляд та аналіз ситуацій тощо).

Дана програма розрахована на:

- Учні 7-10-х класів;
- Педагогів (класні керівники, вчителі-предметники);
- Батьків (учнів 7-10-х класів).

ТЕХНОЛОГІЧНІСТЬ І КОМПЛЕКСНІСТЬ ВИРІШЕННЯ ЗАВДАНЬ ПРОГРАМИ (ЗАХОДИ, ВПРАВИ ТОЩО):

Просвітницька програма увібрала багато теоретичної, практичної інформації, методичних порад для об'єднання команд та з профілактики,

вирішення конфліктів мирним шляхом. Застосування на практиці запропонованих технік, вправ, методичного інструментарію дозволить ефективно запобігти проявам насильства та мінімізувати їх як у громаді, так і в дитячому середовищі. Апробовані вправи та матеріали програми мають практичну спрямованість.

Під час практичних занять з учнями та ученицями, педагогами та батьками проводяться:

- **Вправи-привітання** і прощання з учасниками чи учасницями, які дозволяють налаштувати на роботу, створити сприятливу атмосферу, зрозуміти, з яким настроєм всі прийшли та йдуть після заняття.
- **Вправи з використанням елементів арт-терапії:** аналіз ситуацій, малювання, складання пазлів, що дозволяє глибше зануритись та проаналізувати ситуацію чи проблемне питання.
- **Вправи-руханки**, які допомагають переключити увагу усіх учасників та учасниць, змінити вид діяльності, зняти емоційне напруження.
- **Творчі вправи**, які допомагають самореалізації та самоактуалізації;
- **Релаксаційні вправи** потрібні для того, щоб зняти емоційне напруження, дати можливість розслабитись та переключитись на інший вид діяльності.
- **Фасилітація** дуже активно використовується під час проведення різних занять і важлива тому, що фасилітаторка чи фасилітатор полегшує, сприяє і допомагає виконати те чи інше завдання, спрямовує всіх учасників на пошук рішення, керує всім процесом, але не нав'язує свої думки, сприяє налагодженню конструктивної комунікації в колективі.

До того ж заняття побудовані таким чином, що їх можна проводити в комплексі і окремо, можна komponувати вправи з різних занять, орієнтуючись на вік та особливості групи чи класу. Є окреме заняття для батьків. А підвищувати рівень психологічної культури і психологічних компетентностей можна різними

формами роботи – такими як розвивальне заняття, батьківські збори з використанням презентації, батьківські збори у формі тематичного Кола та ін.

Особливістю програми є те, що під час проведення занять варто зазначити, що тімбілдінг – це не «веселі старти». Учасникам слід наголосити, що вони не змагаються ні один з одним, ні з іншими командами. Для кожного має бути важливим власний успіх та власний внесок у спільну роботу, формування доброзичливих відносин.

Ще один важливий момент – це обговорення після вправ. Для прикладу перелік питань:

- як ви себе почуваете?
- як проходило обговорення в групі?
- чи був лідер, і чому саме він?
- як ви себе почували в той момент, коли...?
- як приймалось рішення щодо виконання завдання?
- яка була твоя роль?
- що допомагало діяти, що заважало?
- чи знайомі вам такі почуття? В яких ситуаціях ще ви таке відчували?
- як можна використати досвід цієї вправи?

ПЕРЕЛІК НАВЧАЛЬНИХ ТА МЕТОДИЧНИХ МАТЕРІАЛІВ, НЕОБХІДНИХ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ:

Перелік необхідних матеріалів та обладнання залежить від теми заняття, а також підбору вправ. Найчастіше потрібно буде мати:

- ноутбук чи комп'ютер,
- мультимедійну дошку,
- ватмани, кольоровий папір, аркуші А4,
- фліп-чарт,

- ручки, фломастери, олівці, маркери,
- дошку,
- крейду,
- бейджики,
- клей,
- ножиці,
- стікери,
- скотч,
- мішечок, іграшки, предмети побуту
- спеціально виготовлений «кокон»(наприклад, з сміттєвих пакетів) див. додаток 1 фотозвіт,
- повітряні кульки,
- 3 канати чи стрічки,
- коробки відповідно до кількості пар у класі,
- обручі гімнастичні зі кількістю груп,
- паперові стаканчики по 10 на групу,
- резинки канцелярські , нитки
- кошики,
- тенісні м'ячі за кількістю груп,
- жолоби для кожного учасника (наприклад з картонних втулок із фольги чи пергаменту) див. додаток 1 фотозвіт,
- серветки 1 упаковка.

2.2. СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Просвітницька програма складається з 6 занять для учнів, 1 заняття для педагогів та 1 заняття для батьків.

Тривалість кожного заняття – 1 год.- 1год.20 хв.

Назва вправи	Мета	Тривалість	Необхідні матеріали
Заняття з учнями/ученицями			
Заняття №1			
Привітання	Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	

Правда- брехня	Знайомство інших зі своїми вміннями, навичками та здобутками, створення приязної атмосфери в класі	15 хв	
Правила роботи групи	сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи.	5хв	ватман, маркери
Команда– це...	актуалізувати тему, визначити рівень поінформованості учасниками щодо поняття «команди».	5 хв.	ватман, маркери
Історії з мішка	розвивати почуття приналежності до групи, комунікативні навички. створити доброзичливу атмосферу.	15хв.	мішечок, іграшки, предмети побуту
Гусінь	емоційне згуртування групи, встановлення емоційного контакту, формування комунікативних навичок	15 хв.	Спеціально виготовлени й «кокон»
Лінійка днів народження	розвивати вміння працювати в команді, створювати довірливу атмосферу	5хв.	
Подарунок по колу	закріпити позитивну атмосферу, сприяти покращенню взаємостосунків між учнями/ученицями у класі,	5хв.	

	налагодженню позитивного мікроклімату		
Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	5хв.	
Заняття №2			
Привітання	Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети завдань	5 хв.	
Павутинка	усвідомлення цінності кожного учасника групи	15 хв.	
Чарівна лампа	осмислення змін, які вони хотіли б бачити в своїй команді	20 хв.	папір для нотаток, стікери, олівці
Рахунок до 10	розвивати командний дух, вчити учасників прислухатись один до одного	10 хв	
Дракон, лицар і принцеса	формувати вміння порозумітися у команді, позитивно налаштувати учасників	10 хв.	
Комплімент	закріпити отриманий досвід, позитивну атмосферу, формувати емпатію, товариськість	3 хв.	

Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	5хв.	
Заняття №3			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети завдань	5 хв.	
Це про мене	формування відчуття згуртованості, спільності поглядів.	10 хв	
Інформаційне повідомлення	інформувати учасників про поняття «команда»	5хв.	
Літаюча кулька	з'ясувати роль і функції лідера та учасників в групі	10 хв.	повітряні кульки за кількістю груп
Спільне та відмінне в нашому класі	вчити врівноважувати відмінне та спільне між учнями класу, знаходити те, що насправді їх згуртовує та допомагає у спілкуванні.	20 хв.	ватман або папір формату А3, маркери кількох кольорів
Голова, плечі, коліна, пальці	створення позитивної атмосфери	3 хв	https://www.youtube.com/watch?v=n4gj0QsaIxc

Коса	формування навичок командної співпраці	10 хв	3 канати чи стрічки
Посмішка по колу	зняття емоційної напруги	3 хв	
Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	5 хв.	
Заняття №4			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	
Імпульс	позитивне налаштування, сприяння груповій взаємодії	5 хв.	
Люди навколо мене	згуртувати учнівський колектив, поліпшити їхній настрій та запам'ятати факти про однокласників в ігровій формі	15 хв	
Мене непокоїть те, що в коробці	єднання учасників групи, обговорення спільних проблем, формування сприятливого психологічного клімату	20 хв	
Руханка	зняття емоційної напруги	5 хв	
Пазли	напрацювання навичок командної взаємодії задля досягнення спільної	10 хв.	Картинки, розрізані на частини

Комплімент по колу	розвиток емпатії	5 хв.	
Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	5хв.	
Заняття №5			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	
«Ми з тобою схожі»	допомогти учасникам/учасницям виявити спільні риси, що єднають з іншими членами команди	10 хв.	
Стежка	розвиток почуття згуртованості, спонукання до командних ролей учасників/учасниць	20 хв.	
Дракон кусає свій хвіст	емоційне згуртування групи, встановлення емоційного контакту	5 хв.	
Запакуй подарунок	формувати вміння домовлятися і співпрацювати, скеровуючи власні дії відповідно до дій напарника.	15 хв.	коробки відповідно до кількості пар у класі, мотузки, ножиці, клей і яскравий папір.

Підсумки	підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе	3 хв.	
Заняття №6			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери, повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	
Я про себе	здійснити аналіз особистих проявів у різних життєвих ситуаціях, визначитись у власній позиції щодо особистого впливу на процес взаємодії з іншими людьми	15 хв.	
Обруч	вчити діяти злагоджено, відчувати себе частиною механізму	5 хв.	обручі гімнастичні зі кількістю груп
Піраміда зі стаканчиків	навчати командній роботі, умінню слухати та ставити себе на місце іншого, терпінню, зосередженості, здатності шукати компроміси для вирішення проблеми	15 хв.	паперові стаканчики по 6 на групу, резинки, нитки
Підсумки	підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе	5 хв.	

Заняття з педпрацівниками			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	
Правила роботи групи	сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи	5 хв.	
Капуста	познайомити учасників, позитивно налаштувати на роботу	10 хв.	
Намалюй команду	дати можливість кожному педагогу прорефлексувати поняття «команда»	10 хв.	аркуші паперу, олівці
Інформаційне повідомлення	інформувати учасників про поняття «тимбілдинг (teambuilding)», актуалізувати необхідність заходів з командотворення у колективах	5 хв.	
Ідеальний командний гравець	визначити риси людей для ефективної роботи команди	15 хв.	Фліп-чарт, ватман
Піраміда зі стаканчиків	навчати командній роботі, умінню слухати та ставити себе на місце іншого, терпінню, зосередженості, здатності шукати компроміси для вирішення проблеми	15 хв	паперові стаканчики по 10 на групу, резинки, нитки

Акведук	показати як взаємодія, злагодженість дій впливають на результат, вчити командній роботі	15 хв.	кошики, тенісні м'ячі за кількістю груп, жолоби для кожного учасника
Подарунок по колу	закріпити позитивну атмосферу, сприяти покращенню взаємостосунків між учнями/ученицями у класі, налагодженню позитивного мікроклімату	5хв.	
Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	3 хв.	
Заняття з батьками			
Привітання	налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. повідомлення теми і мети, завдань	5 хв.	
Правила роботи групи	сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи	5 хв.	
Клаптики	познайомити учасників, позитивно налаштувати на роботу	10 хв.	серветки

Сніжинки	вчити учасників толерантного відношення до кожної людини як до індивідуальної особистості	10 хв.	серветки
Будинок	вчити домовлятися, сприяти командній роботі		
Акведук	показати як взаємодія, злагодженість дій впливають на результат, вчити командній роботі	15 хв.	кошики, тенісні м'ячі за кількістю груп, жолоби для кожного учасника
Серце	Створення позитивної атмосфери	3 хв.	Стікери у формі серця
Підсумки	підвести підсумки заняття, обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.	3 хв.	

ЗАНЯТТЯ З УЧНЯМИ/УЧЕНИЦЯМИ

Заняття №1

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Правда-брехня»

Мета: знайомство інших зі своїми вміннями, навичками та здобутками, створення приязної атмосфери в класі

Тривалість: 20–25 хвилин

Хід проведення:

Попросіть учнів по черзі озвучувати три факти про себе, один з яких є неправдою. Завдання інших — здогадатися, що зі сказаного є брехнею.

Вправа «Правила роботи групи»

Мета: сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи.

Для початку ведуча чи тренерка запитує в учасників та учасниць, за якими правилами їм буде комфортно працювати. Записує пропозиції на фліп-чарті. Обговорюють правила.

Час проведення – 10 хв.

Мозковий штурм «Команда – це...»

Мета: актуалізувати тему, визначити рівень поінформованості учасниками щодо поняття «команди».

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Педагог-тренер пропонує назвати свої асоціації до поняття «команда». Відповіді учасників педагог-тренер записує на фліп-чарті. Узагальнення.

Вправа «Історії з мішка»

Мета: розвивати почуття приналежності до групи, комунікативні навички. створити доброзичливу атмосферу.

Час: 15 хвилин

Обладнання: мішок з предметами за кількістю дітей (іграшки, предмети гігієни. побуту тощо)

Хід проведення:

Об'єднати дітей у 4 групи. Кожен має по черзі дістати з мішка по одному предмету. Завдання: придумати і показати спільну історію, в якій будуть задіяні усі предмети, що їм дісталися, об'єднані в один спільний сюжет.

Дайте не менше як 5 хв. на підготовку історії. Після цього кожна група демонструє свою історію.

Обговорення:

Чи цікавий предмет дістали з мішка?

Як почувалися у групах? Чи були труднощі у придумуванні історії?

Чи важко було працювати колективно?

Вправа «Гусінь»

Мета: емоційне згуртування групи, встановлення емоційного контакту, формування комунікативних навичок

Час: 10 хв.

Обладнання: спеціально підготовлений «кокон».

Хід проведення:

Ця вправа потребує реквізиту, тому завдання групи можуть виконувати по черзі.

Об'єднати учасників по 5-6 у групи. Група стає ланцюжком в середину «кокона», Потрібно перейти у даному коконі з одного кінця кімнати у інший.

Обговорення:

Яким чином домовилися хто йтиме першим?

Чи важко було йти?

Що допомогло рухатися?

Чи сподобалася вправа?

Вправа «Лінійка днів народження»

Мета: розвивати вміння працювати в команді, створювати довірливу атмосферу.

Ча: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер пропонує учасникам стати в одну лінію за днями народження — з 1 січня до 31 грудня. Учасники мають невербально дізнатися дні народження інших учнів, щоб знайти своє місце в лінійці.

Обговорення:

Що допомагало, а що заважало виконувати цю вправу?

А що заважало виконувати вправу? Практичний психолог підсумовує, що навіть за різних обмежень можна зрозуміти одне одного.

Вправа «Подарунок по колу»

Мета: закріпити позитивну атмосферу, сприяти покращенню взаємостосунків між учнями/ученицями у класі, налагодженню позитивного мікроклімату

Час: 5 хв

Хід проведення:

Запитати дітей, що їм сподобалось найбільше у роботі. Попросити стати в коло обличчям всередину. Запропонувати кожному по черзі подарувати уявний подарунок учаснику/учасниці праворуч без слів за допомогою жестів. При цьому, дитина, котрій подарували подарунок, повинна його відгадати і подякувати теж жестом чи пантомімою. Коло завершується, коли кожен отримає подарунок.

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

Заняття №2

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Клас, спортивна команда, компанія друзів, родина — все це групи людей. Але чому одні групи успішніші за інші? Це тому, що вони є справжньою командою та вміють працювати разом. Команда — це група людей, яка працює разом для досягнення спільної мети. Щоб робота в команді була ефективною, її учасники мають допомагати одне одному, вільно висловлювати думки, ставити запитання та пропонувати ідеї. Тоді кожен почуватиметься важливим.

Вправа «Павутинка»

Мета: усвідомлення цінності кожного учасника групи

Час: 20 хв.

Обладнання: клубок ниток

Хід проведення:

Перший учасник отримує клубок, затримує початком нитки між пальцями і кидає клубок іншому учаснику групи. Перед тим, як кинути, кожний учасник затримує нитку у своїх пальцях і, кидаючи клубок, продовжує речення: «Ми з тобою подібні тим, що...». Далі клубок переходить до рук іншого учасника з тими ж умовами, поки знову не повернеться до першого. Перший учасник, отримавши клубок, кидає його у зворотному напрямку, при цьому промовляючи фразу: «Ми з тобою відмінні тим, що...». Далі, змотуючи нитку, учасники «повертають» клубок тому, хто кидав їм, так само змотуючи нитку і промовляючи фразу «Ми з тобою відмінні тим, що...».

Вправа «Чарівна лампа»

Мета: осмислення змін, які вони хотіли б бачити в своїй команді.

Час: 20-30 хвилин в залежності від розміру команди

Обладнання: Папір для нотаток, стікери, олівці.

Хід проведення:

1. Група, що сидить в загальному колі, отримує таку інструкцію: «Уявіть собі, що ви і ваша команда знайшли стару лампу, хтось бере її в руки, потирає і – сюрприз! – з неї з’являється джин. Тепер ви можете згадати три бажання, але, оскільки ви знайшли джина разом з класом, ці бажання повинні відноситися до шкільного життя. Ви можете змінити класного керівника, відмінити контрольні, змінити шкільні уроки, зробити так, щоб з вами працювала ваша улюблена тітка, щоб учні частіше посміхалися, щоб шкільні стільці стали зручнішими тощо. Кожен може висловити свої три бажання».

2. Учасники пишуть на стікерах свої три бажаних зміни, що відносяться до командної роботи.

3. загальногруповий список фіксується на дошці.

Обговорення:

Чи можна щось зробити, щоб ці зміни відбулися в реальності? Якщо ні, то що можна зробити для поліпшення ситуації?

Вправа «Рахунок до 10»

Мета: розвивати командний дух, вчити учасників прислухатись один до одного

Час: 10 хв

Хід проведення:

Основне завдання цієї гри співзвучне її назві – порахувати до 10. Але зробити це треба всією командою. Потрібно, щоб учасники в довільному порядку називали цифри. Щоразу, коли двоє і більше людей говорять число разом, рахувати потрібно спочатку. Таке просте, на перший погляд, завдання зазвичай затягується надовго. Оскільки учасникам не дозволяється обговорювати стратегію, вони повинні стежити один за одним та працювати разом.

Обговорення:

Чи важко було рахувати?

Як впоралися із завданням?

Що допомагало?

Вправа «Дракон, лицар і принцеса» (по типу гри "Камінь, ножиці, папір")

Мета: формувати вміння порозумітися у команді, позитивно налаштувати учасників.

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Об'єднати учасників на дві команди за ознакою «день», «ніч». Команди мають вишикуватись в дві шеренги обличчям один до одного. Відстань між командами не менше трьох кроків. У грі є три ролі і кожна команда вирішує, яким "героєм" вона буде («драконом», «лицарем» чи «принцесою»). В кожному турі роль можна змінювати. Якщо команда хоче бути "драконом", то учасники піднімають дві руки над головою, неначе хочуть налякати. Якщо обирають бути "лицарем", то в стрибку виставляють руку вперед, так, ніби в руці меч. Якщо команда вибирає для себе роль "принцеси", то тримають руки в формі платтячка і гойдаються з боку в бік. Після показу кожного героя, ведучий просить всіх учасників за ним повторити. Далі ведучий повідомляє, що поки він рахуватиме до 5, кожна команда збирається у колі і домовляється, яким героєм вона буде. На рахунок п'ять всі гравці в командах вже стоять у дві шеренги, як і стояли спочатку і мають одночасно показати "героя". Далі рахунок такий: якщо перша команда показала "дракона", а друга "принцесу", то "дракон" з'їдає "принцесу" і перша команда отримує бал. Якщо перша команда показує "дракона", а друга - "лицаря", то "лицар" перемагає "дракона" і друга команда отримує бал. Якщо перша команда показує лицаря, а друга "принцесу", то "принцеса" вбиває "лицаря" своєю красою і друга команда отримує бал.

Тобто: «дракон» - «принцеса» «1» : «0»;

«дракон» - «лицар» - «0» : «1»

«принцеса» - «лицар» «1» : «0»;

Також команда може отримати і штрафні бали, якщо на рахунок 5 команда не встигає стати в лінію або в команді не встигли домовитися і показують різних героїв. Перемагає команда, яка набрала 3 бали (кількість балів може варіюватися за бажанням ведучого).

Обговорення:

Чи сподобалася гра?

Чи важко було домовитися?

Як вибирали тактику гри?

Вправа «Комплімент»

Мета: закріпити отриманий досвід, позитивну атмосферу, формувати емпатію, товариськість

Обладнання: м'яч

Час: 3 хв

Хід проведення:

Попросити дітей стати у велике коло, взяти м'яч, і кинути комусь з учасників, при цьому завешуючи речення: «Мені в тобі подобається....». Учасник, який отримав м'яч, кидає його іншому і називає ту якість, яка подобається йому найбільше в тому, хто отримує м'яч.

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

Заняття №3

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Це про мене»

Мета: формування відчуття згуртованості, спільності поглядів.

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Учитель називає фразу з протилежностями, наприклад: «Я люблю собак більше, ніж котів» або «Я більше люблю какао, ніж чай»; «Вважаю, що Привид Києва крутіший, ніж Людина-Павук», «Я більше люблю «колу» ніж «фанту», «Мені подобається математика більше, ніж англійська». Той, хто згоден із твердженням, піднімає руку і викрикує «Це про мене!»

Обговорення:

Чи можна таким чином знайти однодумців і підтвердження: «У мене тут є з ким потоваришувати»

Інформаційне повідомлення

1. Махаючи крилами, гуси, які летять на чолі зграї, створюють підйомний потік для тих птахів, що летять за ними. V-подібна будова зграї приблизно на 70 відсотків зменшує зусилля під час польоту порівняно з тим, якби гуси летіли поодиночі. Урок 1: ті, хто рухається в одному напрямку з іншими, досягають бажаного швидше і легше. Це тому, що інші члени команди створюють для нього сприятливі умови.

2. Якщо птах випадає зі зграї та починає летіти сам по собі, він одразу відчуває опір вітру і сповільнює рух. Тому намагається якнайшвидше повернутись у зграю. Урок 2: краще залишатися в команді з тими, хто рухається у тому самому

напрямку, бути готовим приймати допомогу й самому надавати її іншим членам команди.

3. Коли птах, що летить попереду, втомлюється, він повертається у зграю, а на його місце стає інший. Урок 3: якщо учасники команди по черзі виконуватимуть найскладнішу роботу, це піде на користь усієї команди.

4. Якщо гуску підстрелили або вона захворіла, зграю залишають іще два птахи. Вони летять за нею, допомагають і захищають її, аж поки вона одужає або помре.

Урок 4: треба підтримувати одне одного і в радості, і в горі.

Вправа «Літаюча кулька»

Мета: з'ясувати роль і функції лідера та учасників в групі.

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Педагог-тренер об'єднує учасників у три групи. Далі дає завдання для учасників груп: «Гратись кулькою, взявшись за руки, тобто не торкаючись кульки руками, утримувати кульку в повітрі, не даючи їй впасти». Коли кулька падає на підлогу, гра закінчується. Далі педагог-тренер запитує: «Що відбувалось? Що вам допомагало втримувати кульку в повітрі? Що заважало? Якою була ваша власна роль?».

Висновок: діяльність кожного учасника підпорядковується загальній меті, слухати і чути свого лідера, спрямовувати свої зусилля в загальній течії діяльності групи (команди).

Вправа «Спільне та відмінне в нашому класі»

Мета: вчити врівноважувати відмінне та спільне між учнями класу, знаходити те, що насправді їх згуртовує та допомагає у спілкуванні.

Час: 20 хв.

Обладнання: ватман або папір формату А3, маркери кількох кольорів

Хід проведення:

Об'єднати учасників у три групи по 5-8 осіб. Кожній групі роздати ватман або папір формату А3, маркери кількох кольорів.

Завдання: намалювати один предмет, символ, тобто щось, з чим асоціюється в учнів їхній клас. В середині цього зображення слід написати, що усіх поєднує та є спільним. Ззовні — чим ми відрізняємося. На це відведено максимум 5 хвилин.

Після цього кожна група презентує свою роботу для інших.

обговорення:

Чи дізналися щось нове під час виконання вправи?

Що згуртовує у класі?

Вправа – руханка «Голова, плечі, коліна, пальці»

Мета: створення позитивної атмосфери

Час: 3 хв

Учасники стають у коло, співають пісню і торкаються на своєму тілі названих частин. Спочатку співають повільно, потім поступово пришвидшуючи темп.

Голова, плечі, коліна, пальці

Коліна, пальці, коліна, пальці

Голова, плечі, коліна, пальці

Вуха, вуста, очі, ніс.

Вправа «Коса»

Мета: формування навичок командної співпраці

Час: 5 хв.

Обладнання: 3 довгі стрічки чи мотузки

Хід проведення:

Об'єднати учасників у три групи, дати три мотузки (стрічки). Їх завдання - не відриваючи рук від мотузок, сплести рівну кіску. В плетінні бере участь вся команда.

Обговорення:

Чи важко було працювати? Що найважче?

Чи содобався результат?

На що потрібно звернути увагу?

Вправа «Посмішка по колу»

Мета: зняття емоційної напруги

Час: 3 хв

Хід проведення:

Всі беруться за руки і «передають» посмішку по колу: кожен повертається до свого сусіда праворуч чи ліворуч і, побажавши щось хороше та приємне, посміхається йому. При цьому можна образно «взяти посмішку» в долоні і обережно передавати її по колу, з рук в руки.

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?

- Що вам сподобалось на занятті?

Заняття №4

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Імпульс»

Мета: позитивне налаштування, сприяння груповій взаємодії

Час: 5 хв

Хід проведення:

Стати у коло, взятися за руки і хтось у колі починає задавати імпульс (потиск) руки сусіда, решта його передають, якомога швидше. Наприклад, можна злегка стиснути руку тому, хто стоїть поруч, той в свою чергу повинен так само стиснути руку своєму сусідові і так, поки імпульс не повернеться до того, хто його почав. Після цього можна передати хвилю, але вже з закритими очима і поспостерігати, яка швидкість імпульсу буде в такому випадку.

Вправа «Люди навколо мене»

Мета: згуртувати учнівський колектив, поліпшити їхній настрій та запам'ятати факти про однокласників в ігровій формі

Час: 15 хвилин

Хід проведення:

Кожен учень отримує таблицю, де вписані твердження. Пропонуємо змінювати їх або дописувати такі, що характерні для учнів вашого класу.

Завдання — хаотично рухатися аудиторією та питати інших, чи вони підходять під якийсь пункт з написаного. Якщо так, то вписують їхні імена поруч. Гра закінчується, коли в кожного заповнюється вся таблиця.

Пропонуємо такі твердження:

знає ще дві мови, крім рідної	не любить прокидатися вранці	хоче побувати на іншому материку	був на вершині Говерли
Єдина дитина у сім'ї	катається на роliках	займається бойовими мистецтвами	має собаку
бодай раз був волонтером	Має кішку	Любить фізику	Гарно танцює
цікавиться наукою та винаходами	знімає блог для свого Youtube-каналу чи Instagram	Любить піцу	Оптиміст по життю

Обговорення:

Чи легко було виконувати вправу?

Скількох однодумців знайшли?

Що корисного від того, коли маєш однодумців?

Вправа «Мене непокоїть те, що в коробці»

Мета: єднання учасників групи, обговорення спільних проблем, формування сприятливого психологічного клімату.

Час: 20-30 хвилин

Хід проведення:

1. Попросіть учасників групи анонімно записати на окремих папірцях одним - двома словами те, що їх зараз турбує або непокоїть: контрольна робота, конфлікт у класі, підготовка проекту, особисті переживання тощо.
2. Усі аркуші складіть в одну коробку.
3. Запропонуйте кожному учаснику навмання обрати аркуш і, описавши занепокоєння іншого, запропонувати свій спосіб розв'язання проблеми.
4. Намагайтеся обговорити всі проблеми.

5. Вправу буде закінчено тоді, коли в коробці не залишиться папірців.

Обговорення:

Чи корисна дана вправа?

Чи були спільні проблеми?

Як ви себе почували під час виконання?

Вправа - руханка «Ті – я –я..»

Мета: емоційне розвантаження

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Учасники стають у коло, обнімаючись за плечі, і співають, виконуючи рухи.

Ті – я – я (3 рази) – О! (нахиляються вперед)

Ті – я – я (3 рази) – А! (відхиляються назад)

Ті – я – я (3 рази) – О! (нахиляються вперед)

А – О – А! (назад – вперед – назад)

Вправа «Пазли»

Мета: напрацювання навичок командної взаємодії задля досягнення спільної

Час: 10 хв.

Обладнання: розрізані картинки - пазли

Хід проведення: Об'єднайте учнів у команди по 4-5 осіб та запропонуйте разом зібрати пазл.

Обговорення:

чи складно їм було працювати разом?

чи можна було б пришвидшити досягнення мети і як саме?

як можна швидше досягнути успіху – одному чи у команді?

Вправа «Комплімент по колу»

Мета: розвиток емпатії

Час: 3 хв.

Хід проведення:

Учасники передають один одному м'яку іграшку, говорять один одному компліменти, побажання чи слова подяки

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

Заняття №5

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Ми з тобою схожі»

Мета: допомогти учасникам/учасницям виявити спільні риси, що єднають з іншими членами команди

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Ведучий/ведуча запрошує когось із учасників, називаючи якусь схожість із собою, наприклад: «Олю, вийди будь ласка до мене, бо ми з тобою схожі тим, що живемо в Україні (маємо блакитні очі, світле волосся тощо)». Далі по черзі викликають учасників/учасниць, шукаючи певні схожості.

Обговорення:

Отож, ми маємо більше схожого, ніж відмінного. Хоча кожен із нас унікальний, усі ми навчаємося в одній школі, хочемо бути щасливими, любимо свою країну. Разом з тим ми є однією командою.

Вправа «Стежка»

Мета: розвиток почуття згуртованості, спонукання до командних ролей учасників/учасниць.

Час: 20-30 хв.

Хід проведення:

До цієї вправи тренеру необхідно підготуватися. Якщо ви проводите тренінг на природі, то візьміть 15-17 цеглин і розкладіть їх змійкою. Якщо ви проводите в аудиторії, то влаштуйте ту ж саму змійку за допомогою скотча і паперу А4. Цеглини або папір потрібно розташовувати один від одного на відстані одного людського кроку, але цей крок має бути досить великим.

Інструкція до вправи:

Увага. Перед вами «отруйне болото». І вам необхідно всією командою його подолати. Перша і остання цеглина / лист це початок і кінець «болота». Долаючи болото вам потрібно бути акуратними. Важливо дотримуватися таких правил:

- Всі учасники повинні перебувати в постійному контакті один з одним.
- Якщо контакт розірвався, то учасники починають проходження болота заново.
- Якщо хто-небудь торкнеться землі, вся команда починає тонути в «болоті» і вправа також починається спочатку.

Обговорення:

- Як ви себе відчуваєте?
- Група досягла мети? Вона може пишатися результатом?
- Що допомогло вам?
- Що заважало?

- Які висновки зробимо з цієї вправи?

Інший варіант цієї вправи:

Тренер зазначає на землі / підлозі початок і кінець болота. Дає стопку аркушів паперу і учасники повинні самі розкласти їх таким чином, щоб перетнути болото. Тут тренеру важливо заздалегідь відрегулювати один параметр: відстань між кордонами має бути такою, щоб команді довелося збирати за собою листи і передавати учаснику, що йде попереду.

Вправа «Дракон кусає свій хвіст»

Мета: емоційне згуртування групи, встановлення емоційного контакту

Час: 5 хв.

Хід проведення:

Гравці стоять один за одним, тримаючись за талію, що стоїть попереду. Перша дитина - це голова дракона, останній - кінчик хвоста. Під музику перший гравець намагається схопити останнього - «Дракон» ловить свій «Хвіст». Решта дітей чітко тримаються один за одного. Якщо дракон не зловить свій хвіст, то в наступний раз на роль «Голови дракона» призначається інша дитина.

Гра «Запакуй подарунок»

Мета: формувати вміння домовлятися і співпрацювати, скеровуючи власні дії відповідно до дій напарника.

Час: 15 хв.

Обладнання: Коробки відповідно до кількості пар у класі, мотузки, ножиці, клей і яскравий папір.

Хід проведення:

Об'єднати школярів/школярок у пари та запропонувати їм взятися за руки. Вільними руками (у коло права, у кого ліва) кожна пара має спочатку загорнути коробку в кольоровий папір, а після цього перев'язати її стрічкою.

Для перемоги учням потрібно не лише якнайшвидше виконати завдання, а й подбати про якість результату.

Обговорення:

Чи було важко працювати у парі?

Що допомагало? Щ заважало? Що можна порадити для успішного виконання?

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

Заняття №6

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Я про себе...»

Мета: здійснити аналіз особистих проявів у різних життєвих ситуаціях, визначитись у власній позиції щодо особистого впливу на процес взаємодії з іншими людьми.

Час: 15 хв.

Хід проведення:

Учасникам пропонується у своїх блокнотах закінчити речення (плакат):

Я, мов мурашка, коли...

Я відчую, що я шматок льоду, коли...

Я чарівна квітка, коли...

Учасники зачитують свої «білі вірші».

Висновок: у різних ситуаціях ми проявляємося по різному, від наших умінь активно взаємодіяти, слухати і чути співбесідника залежить рівень спілкування у команді.

Вправа «Обруч»

Мета: вчити діяти злагоджено, відчувати себе частинкою механізму

Час: 10 хв

Обладнання: обручі за кількістю груп

Хід проведення:

Об'єднати учасників/учасниць у групи до 10 осіб. Завдання – синхронно підняти, а потім опустити на землю обруч. Учасники кладуть обруч на витягнуті горизонтально вказівні пальці обох рук, на початку завдання обруч повинен знаходитись на висоті зігнутих ліктів. Після цього команда піднімає і опускає обруч, завдання вважається пройденим якщо обруч вдалося покласти на землю. Під час виконання жоден з пальців учасників не повинен відриватися від обруча, якщо це сталося завдання починається заново.

Обговорення:

Чи вдалося діяти злагоджено?
Як зуміли досягти результату?
Чи були такі, що «тягли ковдру на себе»
Для чого такі вправи?

Вправа «Піраміда зі стаканчиків»

Мета: навчати командній роботі, умінню слухати та ставити себе на місце іншого, терпінню, зосередженості, здатності шукати компроміси для вирішення проблеми

Час: 15 хв.

Обладнання: підготовлені кільця з резинки по кількості груп, паперові стаканчики (по 6 на групу)

Хід проведення:

Об'єднати клас у групи по 4-6 дітей. З гумової стрічки потрібно зробити кільця. Це може бути і резинка для волосся, головне, аби вона добре тягнулася. До резинки на рівній відстані прив'язати цупкі нитки, їх кількість дорівнює кількості учасників у команді.

Діти мають розтягнути резинку так, аби вдалося одягнути її на перевернутий пластиковий чи паперовий стаканчик. Далі потрібно послабити натяг і зуміти перенести усі ємності, які є «будівельним» матеріалом піраміди. Таким чином разом побудувати «піраміду» із 6 стаканчиків.

Обговорення:

Чи вдалося домовитися? Яким чином виробляли стратегію?

Чи корисна вправа?

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

ЗАНЯТТЯ З ПЕДПРАЦІВНИКАМИ

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети.

Вправа «Правила роботи групи»

Мета: сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи.

Для початку ведуча/ведучий запитує в учасників та учасниць, за якими правилами їм буде комфортно працювати. Записує пропозиції на фліп-чарті. Обговорюють правила.

Час проведення – 10 хв.

Вправа «Капустина»

Мета: познайомити учасників, налаштувати на роботу

Час: 10 хв

Обладнання: аркуші паперу з написами, складені у формі капустини

Хід проведення:

Учасникам пропонується передавати один одному «капустину», залишити собі один «листок», продовжуючи речення, написане на ньому.

Варіанти тверджень:

життя мені готує...

вірю я, що....

мені буває соромно, коли...

ми народилися, щоб....
чого мені іноді по справжньому хочеться ...
особливо мене дратує те....
у мене є все, щоб...
мені гріє душу....
мені подобається, коли люди, що оточують мене ...
іноді люди не розуміють мене, тому що я ...
іноді я можу....
я радію коли

Вправа «Намалюй команду»

Мета: дати можливість кожному педагогу прорефлексувати поняття «команда».

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Перед вами аркуш паперу та олівці. Намалюйте вашу найяскравішу асоціацію з поняттям «команда». На це завдання вам дається 5 хв. Після завершення методом мозкового штурму педагоги називають свої асоціації, а ведуча\тренерка фіксує їх на фліп-чарті чи дошці.

Обговорення:

- Які найчастіше асоціації виникали?
- З чим це пов'язано?
- Чи можемо ми розглядати команду як ресурс?

Вправа «Інформаційне повідомлення»

Мета: інформувати учасників про поняття «тимбілдинг (teambuilding)», актуалізувати необхідність заходів з командотворення у колективах.

Час: 5 хв.

Досить часто колективи, в даному випадку сучасні школярі не є згуртованими, що в майбутньому може призвести до негативних наслідків – невміння співпрацювати в команді, спілкуватися в колективі, разом працювати над одним проектом, і, як наслідок, мати проблеми на робочому місці. Тут на допомогу прийде **тимбілдинг** (teambuilding) – ряд заходів, спрямованих на згуртування колективу.

Що таке тимбілдинг? Це робота, спрямована на об'єднання і заохочення членів групи до спільної результативної діяльності. Використовують тут різноманітні засоби і форми роботи: ігри, тренінги та інші заходи, спрямовані на формування командного духу.

Слово «*тимбілдинг*» походить від англійських слів «*team*» (команда) і «*building*» (побудова, утворення), тобто українською мовою перекладається як «командоутворення» та широко використовується в останні роки у сфері бізнесу, менеджменту, освіти.

Командоутворення несе у собі три складові:

1. Формування й розвиток навичок командної роботи (team skills), які є основою системи впровадження командного менеджменту. А саме: гармонізація спільної мети з особистими цілями; прийняття відповідальності за результат команди; ситуаційне лідерство (лідерство під завдання) й гнучка зміна стилю відповідно до особливостей завдання; конструктивна взаємодія та самоврядування; прийняття єдиного командного рішення й узгодження його з членами команди.

2. Формування командного духу (в англійській літературі — team spirit), тобто сукупності психологічних феноменів, що характеризують неформальне ставлення співробітників до колег й організації. Розвиток командного духу — це комплекс заходів, спрямованих на: посилення почуття згуртованості, формування стійкого відчуття «ми»; розвиток довіри між співробітниками, розуміння та прийняття індивідуальних особливостей кожного; створення

мотивації на спільну діяльність; набуття досвіду вискоефективних спільних дій; підвищення неформального авторитету керівників; розвиток лояльності учасників програми щодо ставлення до організації.

3. Формування команди — механічні дії з підбору, оптимізації структури команди й функціонально-рольового розподілу: ефективне використання сильних сторін складу команди; розподіл ролей в команді для оптимального досягнення результатів створення робочої атмосфери під час формування команд; налагодження горизонтальних зв'язків усередині колективу.

Вправа «Ідеальний командний гравець»

Мета: визначити риси людей для ефективної роботи команди

Час: 15 хв.

Обладнання: фліп-чарт, ватман

Хід проведення:

Шляхом «мозкового штурму» створити портрет «ідеального командного гравця». обговорити в загальному колі.

Існує теорія, що «ідеальний командний гравець» має мати основні три якості: скромність, кмітливість та енергійність. Скромний гравець не занепокоюється через свій статус, він підкреслює значення команди та внесок інших людей. Льюїс Керол зазначав: «Бути скромним означає не применшувати своє значення, а просто менше думати про себе». Енергійний гравець завжди прагне більшого, він вмотивований та відповідальний. І «кмітливий» у розумінні здатності людини підтримувати міжособистісні стосунки та розбиратися в них.

«1» з «3»: якщо гравець лише скромний – то це «пішак», якщо лише енергійний «бульдозер», лише кмітливий «п'ятакало-чародій».

«2» з «3» скромний і енергійний, але не кмітливий - «ненавмисний партач», скромний і кмітливий, але не енергійний – «милий нероба», енергійний та кмітливий, але не скромний – «майстерний політикан».

Обговорення:

Як вам така теорія?

На скільки вона реальна?

Вправа «Піраміда зі стаканчиків»

Мета: навчати командній роботі, умінню слухати та ставити себе на місце іншого, терпінню, зосередженості, здатності шукати компроміси для вирішення проблеми

Час: 15 хв.

Обладнання: підготовлені кільця з резинки по кількості груп, паперові стаканчики (по 10 на групу)

Хід проведення:

Об'єднати учасників у групи по 4-6. З гумової стрічки потрібно зробити кільця. Це може бути і резинка для волосся, головне, аби вона добре тягнулася. До резинки на рівній відстані прив'язати цупкі нитки, їх кількість дорівнює кількості учасників у команді.

Учасники мають розтягнути резинку так, аби вдалося одягнути її на перевернутий пластиковий чи паперовий стаканчик. Далі потрібно послабити натяг і зуміти перенести усі ємності, які є «будівельним» матеріалом піраміди. Таким чином разом побудувати «піраміду» із 10 стаканчиків.

Обговорення:

Чи вдалося домовитися? Яким чином виробляли стратегію?

Чи корисна вправа?

Вправа «Акведук»

Мета: показати як взаємодія, злагодженість дій впливають на результат, вчити командній роботі

Час: 10 хв.

Обладнання: тенісні м'ячі за кількістю команд, жолоби на кожного учасника

Хід проведення:

Ведучий/ ведуча пояснюють, що зараз будуть будувати своєрідний водогін. Об'єднати учасників у команди по 5-6. Отримавши набір жолобів, команди шикуються і шеренгу, утворюючи довгий жолоб. Ведучий кладе кульку у жолоб крайньому учаснику. Команді слід провести кульку, використовуючи жолоби у кошик. Завдання: опустити м'яч у кошик, переміщуючи його по жолобах (кошик розміщений подалі від жолоба). Якщо певних блоків «водогону» не вистачає, учасники мають послідовно «добудовувати» його так, щоб була можливість докотити м'ячик до заповітної ємності.

Обговорення:

чи було комфортно виконувати вправу?

хто був лідером і курував процесом?

що б ви змінили якби ще раз проходили завдання?

чому навчає ця вправа?

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?
- Що вам сподобалось на занятті?
- Що було складним?

ЗАНЯТТЯ З БАТЬКАМИ

Привітання. Налаштування учасників та учасниць на роботу, створення сприятливої атмосфери. Повідомлення теми і мети (зазначити, що в основі педагогіки партнерства, як зазначено у Концепції НУШ – спілкування, взаємодія та співпраця між учителем, учнем і батьками. Батьки учнів класу, це теж свого роду «команда», яка може допомагати, підтримувати, вносити ідеї тощо). Тому потрібно ближче знайомитись, щоб налагодувати конструктивне спілкування та підтримувати командний дух.

Вправа «Правила роботи групи»

Мета: сприяти створенню атмосфери довіри та доброзичливості для конструктивної роботи.

Для початку ведуча/ведучий запитує в учасників та учасниць, за якими правилами їм буде комфортно працювати. Записує пропозиції на фліп-чарті. Обговорюють правила.

Час проведення – 10 хв.

Вправа «Клаптики»

Мета: познайомити учасників, налаштувати на роботу

Час: 10 хв

Обладнання: серветки

Хід проведення:

Учасникам пропонується взяти серветки, але стільки штук, скільки хочеться. Коли серветки узяли всі учасники, повідомити, що потрібно про себе розповісти стільки цікавих фактів, скільки взяли серветок.

Вправа «Сніжинки»

Мета: вчити учасників толерантного відношення до кожної людини як до індивідуальної особистості.

Час: 10 хв.

Обладнання: серветки.

Хід проведення:

Учасники стають у колі спиною до центру, слухають і виконують те, що каже їм тренер.

Інструкція: Уважно слухайте, не перепитуйте, а робіть так, як вважаєте за потрібне:

- розгорніть серветку;
- складіть серветку вдвоє, відірвіть нижній правий кут;
- складіть серветку вдвоє, відірвіть нижній лівий кут;
- складіть серветку вдвоє, відірвіть верхній правий кут тощо...

А тепер прошу вас розвернутися обличчям і сісти. Розгорніть свої серветки та покажіть їх.

Обговорення:

- Які думки у вас виникають? Чому сніжинки різні?

При обговоренні слід наголосити, що біполярне мислення (поганий-добрий, за-проти, нормально-ненормально) робить нас неспроможними на толерантність до відмінностей, ускладнюють можливості співпраці, роботи у команді.

Слід вказати, що всі ми різні і по-різному реагуємо на життєві обставини, і навіть виконуючи, здавалось би ті самі вказівки, кінцевий результат може чимось відрізнятись, адже кожна людина – індивідуальність, має своє бачення, а її старання заслуговують на повагу.

Вправа «Лінійка днів народження»

Мета: розвивати вміння працювати в команді, створювати довірливу атмосферу.

Ча: 5 хв.

Хід проведення:

Тренер пропонує учасникам стати в одну лінію за днями народження — з 1 січня до 31 грудня. Учасники мають невербально дізнатися дні народження інших учнів, щоб знайти своє місце в лінійці.

Обговорення:

Що допомагало, а що заважало виконувати цю вправу?

А що заважало виконувати вправу? Практичний психолог підсумовує, що навіть за різних обмежень можна зрозуміти одне одного.

Вправа «Будинок»

Мета: вчити домовлятися, сприяти командній роботі.

Час: 10 хв.

Хід проведення:

Об'єднати учасників у команди по 5-6.

Інструкція: кожна група повинна стати «будинком», побудувавши його з учасників. Учасники мають обрати, якою частиною будинку вони будуть (стіна, дах, вікно, двері тощо). На виконання вправи 5 хв. Потім групи презентують свій будинок.

Обговорення:

Як проходило обговорення в групах?

Як визначали роль?

Чому обрали саме ту роль?

Чи було комфортно у тій чи іншій ролі?

Вправа «Акведук»

Мета: показати як взаємодія, злагодженість дій впливають на результат, вчити командній роботі

Час: 10 хв.

Обладнання: тенісні м'ячі за кількістю команд, жолоби на кожного учасника

Хід проведення:

Ведучий/ ведуча пояснюють, що зараз будуть будувати своєрідний водогін. Об'єднати учасників у команди по 5-6. Отримавши набір жолобів, команди шикуються і шеренгу, утворюючи довгий жолоб. Ведучий кладе кульку у жолоб крайньому учаснику. Команді слід провести кульку, використовуючи жолоби у кошик. Завдання: опустити м'яч у кошик, переміщуючи його по жолобах (кошик розміщений подалі від жолоба). Якщо певних блоків «водогону» не вистачає, учасники мають послідовно «добудовувати» його так, щоб була можливість докотити м'ячик до заповітної ємності.

Обговорення:

чи було комфортно виконувати вправу?

хто був лідером і курував процесом?

що б ви змінили якби ще раз проходили завдання?

чому навчає ця вправа?

Вправа «Серце»

Мета: позитивно налаштувати учасників

Час: 5 хв

Обладнання: стікери

Хід проведення:

Запропонувати учасникам на стікерах написати побажання для групи, по черзі озвучити та приклеїти до ватмана

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття. Обговорити, що кожен і кожна винесли для себе.

Час: 5 хв.

- Що Ви сьогодні для себе зрозуміли?

- Що вам сподобалось на занятті?

ВИСНОВОК

Отже, завдання просвітницької програми першочергово націлені на реалізацію Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі, що визначає цільовим орієнтиром у роботі закладу освіти формування освітнього середовища, яке б забезпечувало оволодіння учнями компетентностями, необхідними для життя, формування культури безпечної та здорової поведінки, налагодження та підвищення якості міжособистісних стосунків в учасників освітнього процесу (розвиток довіри,

доброзичливості, толерантності, запобігання агресивності, конфліктам, маніпуляціям).

Оскільки безпечне освітнє середовище є багатоаспектним соціальнопедагогічним явищем, яке визначається як такий стан освітнього середовища, в якому: наявні безпечні умови навчання та праці, комфортна міжособистісна взаємодія, що сприяє емоційному благополуччю учнів, педагогів і батьків, відсутні будь-які прояви насильства та є достатні ресурси для їх запобігання, а також дотриманню прав і норм фізичної, психологічної, інформаційної та соціальної безпеки кожного учасника освітнього процесу.

Заходи програми спрямовані на формування вмінь роботи у «команді», це в свою чергу є умовою щодо попередження будь-яких проявів насильства, у тому числі булінгу, на формування конструктивних, ненасильницьких способів міжособистісної взаємодії, вирішення конфліктних ситуацій, створення сприятливого соціально-психологічного клімату, підвищення психологічної культури учасників освітнього процесу.

Впровадження даної програми дозволяє внутрішньо переміщеним дітям відчувати підтримку, особливо не виокремлюючи їх серед інших учнів класу та сприяє успішній адаптації, формує почуття безпеки в освітньому середовищі. Технології командотворення передбачають формування емпатії, навичок конструктивної взаємодії, вправи націлені на формування засад миробудування та ідею безпечного освітнього середовища, що відображається в характеристиках захищеності її учасників, і в подальшому виявляється у відповідних позитивних показниках психічного здоров'я. Крім того поєднання вправ на заняттях, використання руханок, робота у групах викликають в учасників позитивні емоції. Підвищення рівня психологічної безпеки сприяє особистісному розвитку та в цілому гармонії у сфері психічного здоров'я.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Горбунова В.В. «Психологія командотворення: ціннісно-рольовий підхід до формування та розвитку команд» монографія. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014.
2. Будуємо команду: корпоративний тімбілдинг на допомогу // Sport space [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://sport-space.com.ua/uk/blog/stroim-komandu-korporativnyi-timbilding-vam-v-pomoshh/>

3. Горленко В.М., Марухіна І.М., Панок В.Г, Предко В.В., Рибалка В.В., Романовська Д.Д., Сосновенко Н.В. «Психологічний супровід формування демократичних засад та профілактики і розв'язання конфліктів у закладі освіти» за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : Ніка-Центр, 2021
4. Навчальна програма «Базові навички медіатора в навчальному закладі та громаді. Забезпечення участі жінок і дітей у розв'язанні конфліктів та миробудуванні» / Андрєєнкова В.Л., Дацко О.В., Лунченко Н.В., Мараховська Т.А. Загальна редакція: Левченко К.Б., доктор юрид.наук, професор. – К., 71–2016 с.
5. Долженков О.О. Командоутворення як метод управління колективом у закладі освіти / О.О.Долженков, О.О.Сакалюк // Інноваційна педагогіка. - 2019. - № 10, т. 2. - С. 171-176.
6. Нікіфорова Л.О. Тімбілдинг як основа ефективного розвитку колективу / ЛО.Нікіфорова, Я.В.Білоконь // Економічний простір - Дніпропетровськ, ПДАБА - 2012, № 59 - С. 218-225.
7. Романовський О.Г. Психологія тимбілдингу: навчальний посібник / Романовський О.Г., Шаполова В.В., Квасник О.В., Гура Т.В.; за заг. ред. Романовського О.Г. - Харків : «Друкарня Мадрид», 2017. - 92 с.
8. Тімбілдинг [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/>

9. Коваль Роман, Горова Альона, Нікітчук Анна, Микитюк Оксана, Лихоліт Юлія «Шкільна служба розв'язання конфліктів: досвід упровадження». Посібник.-Видавець Захаренко О.В., 2009
10. Києнко-Романюк Л.А., Петрова Л.О. «Школа ініціативності та пілприємливості» Навчально-методичний посібник, Вінниця, ВОПОПП, 2015
11. Лесіоні Патрік «Ідеальний командний гравець. Як розпізнати й розвинути три основні якості» «КСД», 2017
12. Т.В.Воронцова, В.С.Пономаренко, К.С.Василенко, І.В.Лаврентьєва, Н.В. Андрук «Вчимося жити разом» : підручник для 5 кл. «Алатон» 2022.

ДОДАТКИ

Додаток 1. Фотозвіт

Вправа «Піраміда зі стаканчиків»



Вправа «Гусінь»

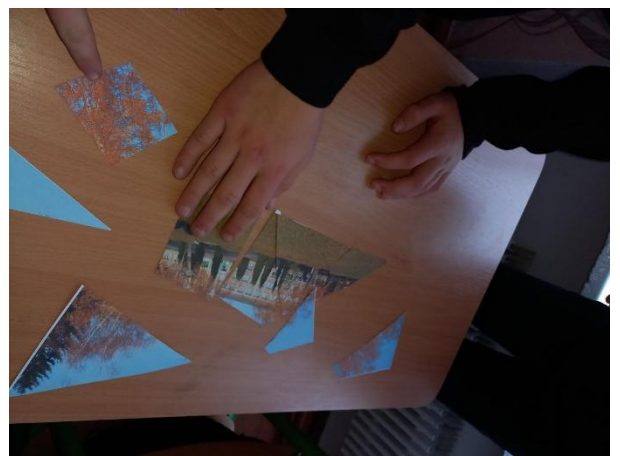


Вправа «Акведук»





Вправа «Пазл»



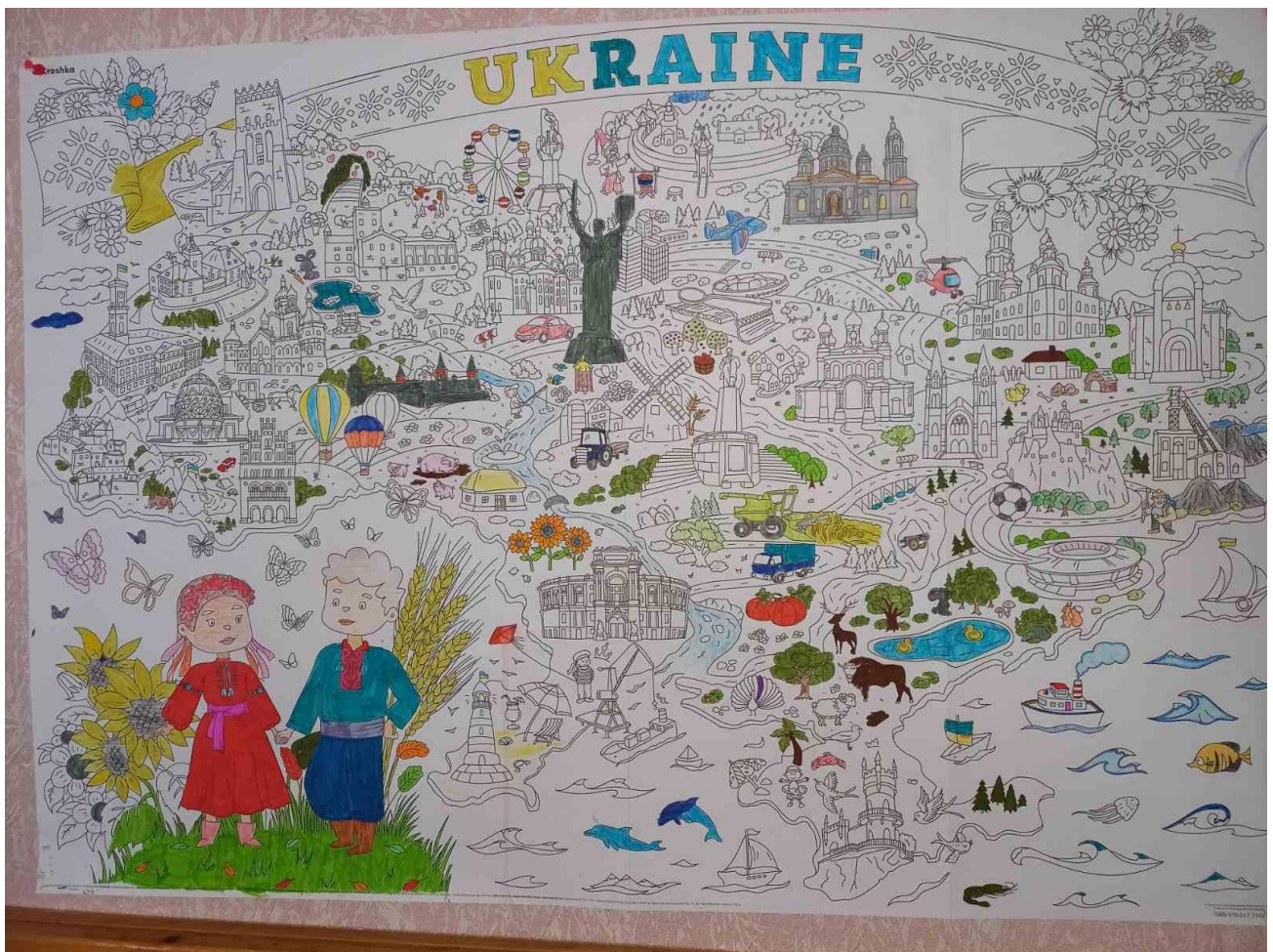


Вправа «Павутинка»





Колективна розмальовка



ДОДАТОК 2

Вправа «Таємний друг»

Мета: налагодження товариських стосунків у команді учасників

Матеріали: стікери, капелюх або торбинка

На стікерах кожен з учасників групи пише своє ім'я, стікери складають у капелюх чи торбинку. Далі попередити учасників, що вони мають дістати стікер з написаним ім'ям «таємного друга», але не називати його, а робити приємні сюрпризи цьому учаснику протягом певного часу (тренінгу). Вправа спрямована на зближення учасників тренінгу та встановлення дружньої атмосфери. Згодом учасники розказують кому вони були «таємним другом» і діляться враженнями.

Вправа «Дружня пошта»

Мета: розвиток комунікації в групі

Матеріали: конверти за кількістю дітей в групі, скотч, маркери

Кожен учасник отримує конверт, на якому пише своє ім'я та прізвище, і прикрашає конверт на свій смак. Потім усі конверти прикріплюються на стіні чи складаються у ящик. Тепер це особисті поштові скриньки на кілька днів. По принципу вправи «таємний друг», обирається один учасник серед дітей, якому потрібно обов'язково покласти щось у конверт. А також кожен може обмінюватись особистими листами-повідомленнями. Варто дітям наголосити, що конверти власникам можна дивитись у останній день, і писати можна лише щось позитивне.

Примітка: оскільки вправу я проводила в клас, то після уроків періодично переглядала конверти, а перед закінченням терміну теж залишала у дитячих конвертах записочки, типу: «В тебе гарна посмішка», «Ти гарний друг» тощо та якісь солодоці. Головне, щоб кожна дитина мала щось позитивне у конверті.

ДОДАТОК 2

Відгуки учасниць та учасників програми:

УЧНІ:

Софія П., 7 клас «Добре, коли з класом проводять вправи для об'єднання, так ми більше дізнаємося один про одного».

Артем К., 8 клас «Ніколи не думав, що так важко щось робити не розмовляючи, тому зрозумів наскільки важливе спілкування. На таких заняттях цікаво і весело».

Ірина М., 9 клас «Бути командою насправді круто! Знаю, як це важливо, бо граю у волейбол. Команда – це повага і злагоджена робота. Заняття були корисними. Це дуже цікава форма роботи. Вона зближує людей».

ВЧИТЕЛІ:

Інна Сергіївна, класний керівник, вчителька української мови: «Насправді такі заняття дуже корисні, адже діти дуже мало спілкуються, спочатку через гаджети, потім через COVID. І особливо зараз, у період воєнного стану. Дітям вкрай важливо говорити про почуття, емоції, відчувати підтримку команди. адже класний колектив – це команда.

Ірина Андріївна, класний керівник, вчителька біології: «Тімбілдінг важливий та актуальний сьогодні, тому що у класах є необхідність налагоджувати ефективну комунікацію, в тому числі з дітьми із числа внутрішньо переміщених осіб, дати їм можливість відчувати себе частиною команди»

БАТЬКИ:

Олена Петрівна, мама учениці: «Заняття сподобалося, все цікаво та пізнавально. багато чого для себе зрозуміла. Особливо те, як важливо мати «правильного лідера» і як важко мовчки щось робити. Адже сім'я – це теж команда».

Людмила Василівна, мама учениці: «Добре, що з дітьми проводять такі вправи. Карантини, дистанційне навчання і війна забрали у дітей можливість грати та спілкуватись. Діти переважно кожен сам по собі, а треба вчитися дружити, працювати разом».