

МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района»

Мероприятие по плану воспитательной работы

Дата проведения: 13.02.2026г

Мероприятие организовал и провел тренер-преподаватель по футболу Субботин Павел Анатольевич

Контингент: юные футболисты МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района»

Игры на сплочение коллектива

Ребята, все мы знаем, как важен командный дух на учебно-тренировочном занятии и на спортивных соревнованиях.

А что такое команда?

Правильно, это группа единомышленников, объединенных единой целью. И от того, насколько сплоченной будет команда, зависит и успех общего дела. А значит победа!

— Но только ли в спорте нам необходимо уметь сплотить группу, команду?

— Конечно же, нет!!! Это вам пригодится и в повседневной жизни. Чтобы быть успешным, вам надо уметь работать коллективно и в определенном темпе, ориентироваться на других детей, уметь планировать и согласовывать свои действия и действия партнеров, подчиняться групповым правилам.

И сегодня мы выполним с вами упражнения, направленные на сплочение команды при групповой работе.

Упражнение №1. «Путаница»

Ход упражнения: Участники встают в круг и протягивают правую руку к центру. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию» (число игроков должно быть четным). Затем все вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (очень важно, чтобы это не был тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться по кругу, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить, запретив всякое словесное общение.

Упражнение №2. «Атомы и молекулы»

Ведущий: «Сейчас каждый сжимается в комок. Перевоплощайтесь. Вы – одинокие атомы. Начинается хаотическое броуновское движение, при этом возможны легкие столкновения друг с другом. Будьте осторожны. По моей команде вы соединяетесь в молекулу, число атомов я назову».

Упражнение №3. «Точка опоры»

Проведение: Начинается с работы в парах. Участникам предлагается совместно создать на полу 5 точек опоры, затем – 6, 7. Это простое задание. Решение его, как правило, тривиально: четыре точки опоры – это ноги двух участников, пятая – две соединенные руки. Далее «разогрев» продолжается в малых группах по шесть человек. Им предстоит объединиться и создать 4, 6, 9, 15 (16, 17) точек опоры на полу.

Упражнение №4. «Мяч»

Описание упражнения: Участники разбиваются на две группы. Каждой группе понадобятся теннисные мячи. Группы встают в круг и поднимают мячи до уровня плеч, прижав его между указательными пальцами рук партнеров-соседей справа и слева (во время выполнения в первый раз, можно прижимать мячи всеми пальцами рук). По команде ведущего они начинают движение: опускание мячей, поднятие, сведение к центру, приседания, повороты и др. (Находясь в классе, можно в качестве инвентаря использовать карандаши или ручки).

Упражнение №5. «Перекинь мяч»

Ход упражнения: Участники стоят в тесном кругу, им дается небольшой мячик (размером приблизительно с теннисный) и формулируется задание: как можно быстрее перекинуть этот мячик друг другу так, чтобы он побывал в руках у каждого. Ведущий фиксирует потребовавшееся на это время. Оптимальное число участников в кругу от 6 до 8; при большем их количестве целесообразно выполнять упражнение в нескольких подгруппах. Упражнение повторяется 3–4 раза, ведущий просит делать его как можно быстрее. Когда затраты времени доведены примерно до 1 сна каждого участника, ведущий просит изобрести и продемонстрировать способ, которым можно перекинуть мяч так, чтобы он побывал в руках у каждого, потратив лишь 1 с на всю группу. Обычно через некоторое время участники придумывают и демонстрируют соответствующее решение. (Оно состоит в том, что все они ставят сложенные «лодочкой» руки друг над другом и поочередно разводят ладошки в стороны. Мячик, падая вниз, передается из рук в руки и таким образом успевает побывать у каждого участника). Задача решена!

Ну, и конечно УТЗ мы должны закончить рефлексией.

Завершающее упражнение №6. «Спасибо!»

Описание упражнения: Участники встают в шеренгу (круг), и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. И если правая рука перевесит левую – это здорово! Затем, все одновременно сильно хлопают в ладоши и кричат – СПАСИБО!

— Все вы увидели, такие несложные групповые упражнения помогают раскрепостить ребенка и заставить его поверить в свои силы, ведь рядом — команда!

— «Учение с увлечением» — извечная мечта всех учеников. А для этого учитель должен создать ученику обстановку комфорта, в том числе психологического. Каждый урок — интрига, загадка, поиск. И, конечно же, как в театре, запоминающийся финал!!!