

Jocuri de cunoaștere:

1. Jocul frânghiilor:

Aveți nevoie de un ghem de ață și foarfece. Fiecare cursant își taie o bucată de ață, cât de lungă consideră. (opțional, trainerul taie de dinainte bucățile de ață). După ce fiecare participant are bucata sa de ață, trainerul îi va ruga să își înfășoare pe degete bucata respectivă de ață. Pentru fiecare buclă formată, cursanții vor trebui să spună câte un lucru despre ei.

2. Spider web:

Aveți nevoie de un ghem de ață. Trainerul roagă cursanții să formeze un cerc. Vă legați capătul sfoarei de deget și alegeți 3 lucruri pe care cursanții vor trebui să le zică în momentul în care primesc ghemul (de ex. nume, vârstă, o întâmplare amuzantă, etc). În timp ce vor spune acele lucruri despre ei, își înfășoară sfoara în jurul degetului și aruncă mai departe. Opțional, se poate impune ca cel care primește ghemul, să repete ce a zis persoana de la care a primit.

3. Bingo:

Atenție! Jocul poate dura mult! Trainerul pregătește un tabel de 5x5 pe care îl completează cu informații aplicabile unui grup de persoane (ex. „are frați” sau „vara trecută a fost la mare”, etc.) și apoi listează acel tabel astfel încât fiecare cursant să primească o listă. Participanții trebuie să se plimbe și să găsească printre colegi pe aceia care îndeplinesc o rubrică din tabel și le trec numele, în așa fel încât să completeze tabelul. O persoană nu poate fi trecută de două ori în tabel. Jocul se termină când toată lumea a completat lista.

4. Speed dating:

Se formează un cerc și se împart participanții în două echipe. Cei care sunt numărul doi fac un pas în față și unul în dreapta astfel încât să fie față în față cu o altă persoană. Fiecare pereche are la dispoziție 30 de secunde/1 minut să afle tot ce poate de la perechea sa. După ce expiră timpul, persoanele din interior se mută la următoarea persoană. Când se ajunge la punctul de pornire, se schimbă în zig-zag (o persoană din cercul interior rămâne pe loc, iar vecinii săi din cerc fac schimb cu perechile din cercul exterior) și se repetă tot jocul.

5. Lista:

Trainerul va scrie bilețele cu informații despre o persoană care trebuie să aflate. Fiecare va extrage câte un bilet și în limita de timp impusă de trainer vor trebui să afle acea informație de la toți colegii. (de ex. orașul natal, hobby, etc).

6. Cercul minciunilor (15-20 min)

Participanții se strâng într-un cerc. Fiecare trebuie să spună două lucruri adevărate despre el și o minciună (pot fi trăsături definitorii de caracter sau întâmplări importante din viața sa). Cel din dreapta lui trebuie să identifice minciuna, în caz contrar, celălalt trebuie să o mărturisească. Cel care nu ghicește minciuna trebuie să îi spună celuilalt un lucru care îi place la el. Se continuă până se încheie cercul.

7. Masa ursitoarelor

Trainerii pregătesc o tavă pe care pun diverse obiecte, spre exemplu: stetoscop, patent, biblie, bani,

mâncare, creion, chei de la mașină, ca la o masă a ursitoarelor. Fiecare participant trebuie să aleagă

un obiect de pe masă și să spună de ce îl reprezintă.

8) Semințe (10-25 minute)

Materiale: semințe sau pietricele pentru fiecare participant. Fiecare primește atâtea semințe/pietricile, câți participanți sunt. Câteva pahare de plastic sau alte vase pentru participanții care nu au buzunare.

Obiective: A încuraja cunoașterea reciprocă a participanților și a crea o atmosferă de colaborare. Procedura: Fiecare participant va primi semințe, numărul cărora este egal cu numărul participanților (dacă împreună cu animatorul sunt 25 de participanți fiecare va primi câte 25 de semințe). Semințele sunt puse într-un buzunar, iar în celălalt buzunar trebuie să rămână liber. Participanții au 20 de minute pentru a face cunoștință (ei pot să-și spună numele, organizația, proiectul asupra căruia lucrează). Când jucătorii fac cunoștință cu cineva, ei pot să-i dea o sămânță și să primească una înapoi. Sămânța pe care o primesc, trebuie să o pună în buzunarul gol sau în pahar. La sfârșitul jocului fiecărui participant trebuie să-i rămână o sămânță în primul buzunar (aceasta reprezintă sămânța proprie), iar în celălalt buzunar va avea atâtea semințe câți participanți sunt în grup, minus unu.

Acest exercițiu poate fi realizat cu succes dacă numărul participanților este între 10 și 20. Dar dacă sunt mai mulți de 30, trebuie să fie mai succinți. Trainerul, de asemenea, va participa la joc.

9) O însușire pentru nume

La începutul trainingului fiecare individ primește o listă cu numele tuturor celorlalți participanți. În dreptul fiecărui nume, el trebuie să noteze o însușire a persoanei respective pe care a descoperit-o în urma unei discuții cu aceasta.

Timp— acest joc de cunoaștere se desfășoară pe întreg parcursul training-ului

10) Post-it uri sub scaune

Cate doua post it uri din fiecare culoare(sau sa fie de aceeasi culoare dar scrise numere pe ele, astfel incat sa fie acelasi numar de 2 ori), pe fiecare post iti o situatie, apoi oamenii vin in fata si prezinta din punctul de vedere al colegului

Situatii:

- Cum te vezi peste 10 ani
- Experienta celei mai mici note la scoala
- Un moment in care te-ai simtit in pericol
- O amintire plauta din copilarie
- De ce faci voluntariat
- O amintire placuta cu o persoana iubita
- Ce hobby-uri ai si cum l-ai/le-ai descoperit
- Ce iti doreai sa devii cand erai mic
- Cea mai mare temere

11) Se grupeaza cate 2. Au la dispozitie 5 min sa vb despre:

- Prima lor amintire

- Prima Dragoste

- Momentul cel mai penibil din viata lor

Apoi pe rand vin in fata si prezinta raspunsurile partenerului