

# Технология тренинга

Упражнения, кейсы, игры для бизнес-тренингов

## 2.2. Упражнение «Делай раз!»

Тагир Булавин · Friday, October 24th, 2008

### Цель

Данное упражнение из разряда «вызовов». Вызов в данном случае заключается в демонстрации ответственности и лидерства.

### Время

5-7 минут

### Размер группы

6-20 человек

### Инструкция:

Перед следующей темой я хочу, чтобы мы выполнили одно упражнение. Для этого вам нужно встать за своими стульями и образовать круг.

По моей команде “Делай раз!” вы должны будете поднять свои стулья на высоту один метр от пола. Ваша задача – опустить стулья одновременно”.

*Тренер командует “Делай раз!” до тех пор, пока участники не опустят стулья одновременно. Произойдет это только в том случае, если кто-то в группе возьмет на себя роль лидера и продолжит команду тренера, скомандовав, например, “делай два” или “опустили”. На этом и стройте дебрифинг.*

Источник:

/  Печать  PDF /

This entry was posted on Friday, October 24th, 2008 at 10:20 am and is filed under [II. Организация, Упражнения для тренинга управления](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Both comments and pings are currently closed.

