

# Teambuilding *Spellen*

## Opwarmers & Ijsbrekers

In dit boekje vind je 22 spelletjes die je als opwarmer en/of ijsbreker kunt gebruiken tijdens training en teambuilding. Deze spelletjes heb ik in de loop der tijd gevonden op het internet en in boekjes en zelf met veel plezier en succes gebruikt in trainingen en teambuilding.

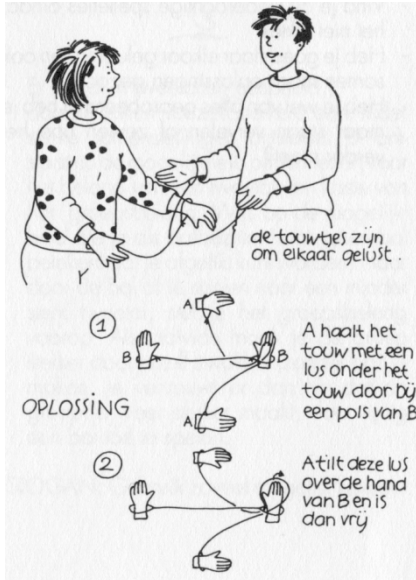
Het spelelement in een groepstraining of teambuilding maakt voor de observator en/of procesbegeleider de (team)rollen inzichtelijk. Door uit de dagelijkse routine, in een spel te stappen, worden de natuurlijke kwaliteiten en capaciteiten van de deelnemers zichtbaar.

Ik wens je veel plezier met het inzetten van deze opwarmers en ijsbrekers.

**Voor de duidelijkheid: ik heb ze niet zelf bedacht maar voor je verzameld en op een rij gezet, zodat jij ze zonder zoekwerk kunt gebruiken.**

Ik hoop dat vele deelnemers via deze positieve en luchtige insteek bij de kracht van hun persoonlijke kernkwaliteiten zullen komen!

# Met twee touwtjes aan elkaar spel



Vorm tweetallen. Bind de uiteinden om de polsen van deelnemer één. Lus het andere touw erdoor en bind de uiteinden aan de polsen van deelnemer twee zoals op de tekening.

Hoe kom je los van elkaar zonder knippen?

## In de knoop

Voor dit spel moet je eerst de groep in de knoop leggen. Je gaat dicht bij elkaar in een kring staan. Iedereen steekt zijn handen in de lucht. Je pakt allemaal een hand vast maar wel zodanig dat je in elke hand een hand van iemand anders hebt.

De bedoeling is namelijk om een kring te krijgen waar iedereen naast elkaar staat.

Het maakt niet uit dat er iemand met zijn gezicht naar binnen staat en de volgende met zijn gezicht naar buiten.

Tijdens het uit de knoop raken mag je onder geen enkele voorwaarde handen loslaten.

De stopwatch kan de tijd opnemen om er een wedstrijd van te maken. Welke strategieën werkten het beste? Waren er veel woorden nodig? Lukt het ook zonder woorden?

# Teken en schrijven

Iedereen krijgt een vel papier en schrijft er een voorwerp op wat getekend moet worden door de volgende. De vellen worden doorgegeven. De volgende tekent het voorwerp wat beschreven staat. Het papier wordt gevouwen zodat alleen de tekening nog zichtbaar is. De vellen worden weer doorgegeven. De volgende schrijft weer op wat hij denkt dat de tekening voor moet stellen. Er wordt weer gevouwen zodat alleen het tweede woord zichtbaar is. De volgende probeert weer zo duidelijk mogelijk te tekenen wat er staat. Zo wordt het vel doorgegeven totdat het weer terug bij het begin is. Bij wie klopt de tekening nog met het eerste woord?

Waren in dit spel de detaillisten succesvoller of juist de mensen die simplistisch tekende beter in het overbrengen van wat ze bedoelde? Welke rol speelde de tekenaar tov de ontvanger? Wat leer je hieruit als het om onderlinge afstemming gaat?

# Ben jij in het NU

Je moet van A naar B lopen in precies 60 seconden. Je mag niet eerder zijn en ook niet later. Je mag niet stilstaan of achteruit lopen. Je mag niet hard op tellen. Wie komt het dichtst bij de precieze tijd?

Met andere woorden hoe staat het met jouw tijdsbesef. Ben je met je gedachten en je bewustzijn in het NU of ben je elders?