



Bilag 9a. Eksempler på teambuildingøvelser

1. "Så vender vi kajakken"

Teambuildingøvelse, hvor du skal bruge: Et krus med vand og en snor pr. deltager. Alle skal have fødderne bundet sammen. Alle deltagere skal stå med næsen i den samme retning. Nu får alle et krus med vand i hånden, kruset skal være fyldt til randen. Alle skal nu dreje sig 180 grader uden at spilde vand! Hvem spilder mest vand? Bagefter kan man lægge mærke til, om folk kalder glasset for halvfuldt eller halvtomt.

2. "En værre kluddermikkel"

Til denne teambuildingøvelse skal der ikke bruges nogen materialer. Alle deltagere står i en rundkreds med næsen mod midten. Herefter skal alle gå frem mod midten med strakte arme. Når midten er nået, tager man fat i to tilfældige hænder. Når alle har fat i et sæt hænder, går man et skridt tilbage og skal herefter prøve at vikle sig ud, så man kommer til at stå i en rundkreds igen med hinanden i hænderne.

3. "En blandet palet"

Teambuildingøvelse, hvor du skal bruge: forskellige farver papir eller karton og limstifter. Alle deltagere får udleveret hver deres farvede papir. Nu skal der laves en kollage over et emne, I har besluttet på forhånd. Der må ikke tales under øvelsen, og man må kun bruge det stykke papir, man har fået udleveret.

4. "Problematiske puslespil"

Denne øvelse kan laves af 6-30 personer. Ved mere end otte deltagere inddeles der i hold à min. fire personer. Teambuildingøvelse, hvor du skal bruge: Ét puslespil pr. deltager. Puslespillet klippes ud af forskellige farver karton. Alle puslespil skal være fuldstændig ens bortset fra farven. Der skal være det samme antal brikker, som der er deltagere. Nu skal alle deltagere bytte brikker, så der ikke er to brikker med samme farve i deltagerens individuelle puslespil. Deltagerne må ikke tale sammen. Her gælder det altså om, at man hjælper hinanden og ikke modarbejder hinandens opgave.

5. "Horisontal fodbold"

Teambuildingøvelse, hvor du skal bruge: En oppustet ballon. Deltagerne ligger på ryggen på en lang række, side om side. Ballonen skal nu vandre hele rækken igennem. Den må kun transporteres med fødderne og må ikke røre jorden.