

Фрагмент проекта:

Психологическая трансформационная игра «Ресурсы спортсмена»

Правила:

В игре могут принимать участие до 4 человек.

1. Рядом с игровым полем выкладываются 3 колоды с ресурсами – внешние и внутренние (можно играть поочередно с одной колодой на выбор), а также «спорные» ресурсы.

2. Розыгрыш первого хода.

Предварительно каждому участнику раздаются базовые карточки-ресурсы – 6 шт. («цель», «здоровье», «способности», «семья», «тренер», «деньги»). Они являются стартовыми в копилке игрока. Получив карточки игроки поочередно называют свою цель, отмечают значимость полученных ресурсов.

3. Игрок, находясь на старте, бросает кубик и на выпавшее число делает соответствующее количество ходов.

Из колоды тянет два ресурса – внешний и внутренний (или один) и объясняет их необходимость для себя и достижения своей цели в избранном виде спорта. Объяснив значимость ресурса, спортсмен забирает его себе. По ходу игры ведущий и другие игроки могут задавать спортсмену вопросы, относительно попавшегося ресурса.

4. Если спортсмен не может объяснить значимость ресурса для достижения своей цели или считает его не важным (в этом возрасте, для него лично и т.п.), то он его возвращает ведущему.

5. На поле есть станции со стрелками, попав на которые игрок может вернуться назад на несколько ходов или наоборот продвинутся вперед.

6. Также на поле есть красные станции, попав на которые игроку необходимо отказаться от определенного числа собранных ресурсов (отказ от ресурса сопровождается комментариями игрока: «Почему он отдает именно этот ресурс?», «Какие эмоции и чувства при этом испытывает?» и др.) и вытянуть красную карточку со «спорным» ресурсом.

Если игрок смог объяснить его пользу (значимость), то он забирает его себе.

7. Победит тот, кто придет к финишу с наибольшим количеством ресурсов.

8. По завершению игры спортсменам предлагается подарить один из своих ресурсов сопернику, пояснив ценность своего «подарка» и взять у соперника любой понравившийся ему ресурс.

Авторы-разработчики:

Мельник Елизавета Вячеславовна, канд. психол. наук, доцент

Аскерко Виктория Игоревна, магистр пед. наук