

# TEAM BUILDING

## Un *Team Building* es...

Una **experiencia divertida** que tu equipo no olvidará por que,

- **Mejorará el clima laboral.**
- **Activará la creatividad.**
- **Fomentará la empatía, la cohesión, el trabajo en equipo y el espíritu de grupo.**
- Cuando el equipo se divierte cooperando, **la motivación y la actitud positiva aumentan.**
- Promoviendo la **competitividad sana**, estimularemos las **ganas de superación.**

Con una **sesión final de transferencia**, reflexionaremos sobre lo aprendido y cómo aplicarlo.

**Te presentamos algunas ideas tanto indoor como outdoor**



# TEAM BUILDING

en sala o lugar ad hoc.



## Lip Dub+Mural (Opcional)

Una canción, un baile con coreo y un fantástico vídeo corporativo como resultado.

Esta actividad es el complemento perfecto lúdico-formativo para fomentar la creatividad, la cohesión, sentimiento de pertenencia, coordinación, roles, comunicación...



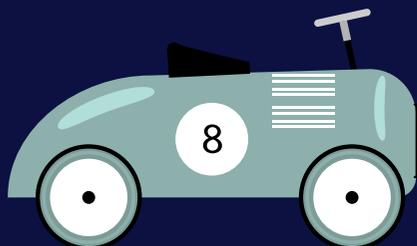
## Master Chef

Cocinar unas tapas por equipos, competir por la mejor y, lograr entre todos, un menú completo.





## Los Autos Locos



Los participantes han de superar pruebas por equipos para conseguir materiales y poder construir su propio bólido.

Como colofón, ¡la gran carrera!



## Olimpiadas Comerciales

Pruebas muy variadas, diseñadas para trabajar competencias y comportamientos de éxito en el trabajo comercial.





## Escape Room

El equipo deberá:  
estar bien coordinado,  
emplear la lógica,  
el razonamiento analítico,  
la atención al detalle,  
ser persistente, preciso  
y creativo.



## Taller de HAKA

Este taller de Team-Building es unidad y fuerza.

- Experimentamos la potencia del equipo. Trabajamos junt@s para un resultado. Sentimos la importancia de cada un@ y de su aportación para conseguir el objetivo común.
- Descubrimos nuestro potencial: al interpretar un papel concreto traspasamos límites, en muchas ocasiones autoimpuestos.

El Haka, refuerza la comunicación y nos invita a conocernos fuera de nuestro espacio de trabajo habitual. Es muy energizante.



## Taller de Batucada

La batucada nos permite sentir la fuerza del trabajo en equipo, experimentarla.

Comenzaremos realizando ejercicios de percusión corporal y voz.

Repartiremos los instrumentos y de la mano de profesores y músicos profesionales viviremos una experiencia muy divertida y potente.

Para finalizar, el facilitador hará un breve análisis de la experiencia compartida. Veremos cómo desde la incertidumbre inicial, hemos conseguido resultados increíbles gracias a la colaboración y el aporte de todos y cada uno de l@s participantes.

# TEAM BUILDING

## en formato Outdoor



## La Gincana

*Dinámicas para competir por equipos*



Basado en la expedición de exploradores “Endurance”, liderada por Ernest Shalckelton.

Los participantes trabajan para superar una serie de pruebas y conseguir objetivos.

En las sesiones de transferencia, se analizan comportamientos clave, relacionados con competencias profesionales. Se revisa qué ha ocurrido y por qué. Se habla de los momentos más difíciles y los más gratos.

Se extraen conclusiones sobre cuales son los comportamientos que determinan el éxito.

## Endurance



Lost, perdidos en la selva, es una actividad de simulación.

Los participantes son los únicos supervivientes de un accidente aéreo en mitad de una selva desconocida y aislada.

Para sobrevivir se enfrentarán a diferentes pruebas que deberán superar.

Audacia, esfuerzo, motivación, resistencia y trabajo en equipo serán fundamentales para lograr la difícil meta.

Se analizarán comportamientos clave observados que se corresponden con determinados grados de desarrollo de las competencias profesionales trabajadas.

*Lost*



# BENEFICIOS del *Team Building*

- **Estimula la confianza y el compañerismo**

Es necesario crear lazos entre las personas que trabajan juntas para generar un buen ambiente laboral.

- **Desarrolla el sentimiento de equipo**

Trabajar para la misma compañía no implica ser equipo, el equipo se construye con acciones y hechos.

Un equipo, en mayúsculas, sabe que existe para alcanzar objetivos comunes, por eso trabajan juntos, cuidando, cada uno, de hacer bien su parte y cuidando de los demás.

Para ello es muy importante que las personas se conozcan, valoren los puntos fuertes de sus compañer@s, se respeten y, a ser posible, se aprecien.

Esto se consigue más fácilmente fuera del ámbito del trabajo, a través de actividades positivas o lúdicas y en forma de retos que necesitan la sinergia del equipo para ser resueltos.

- **Crea una identidad de empresa y sentimiento de pertenencia**

# *BENEFICIOS del Team Building*

- **Fomenta una actitud positiva**
- **Mejora la comunicación**

Los equipos de verdad se escuchan, crean estrategias y no tienen inconveniente en cambiar de opinión si es necesario.

Una comunicación fluida y correcta evita malentendidos y lleva a que se trabaje de forma cohesionada para alcanzar los objetivos comunes.

- **Potencia el trabajo en equipo**

A partir de las sinergias que se generan y gracias a la mejora del clima laboral.

Una empresa con bienestar y confianza entre los miembros de equipo es, sin duda, el terreno más fértil para incrementar la eficacia y la productividad.

- **Descubre la creatividad de las personas**

La creatividad se relaciona con la capacidad de resolución de cualquier reto, prueba o problema. Las actividades de Team Building ponen al descubierto capacidades de las personas que en el entorno del trabajo habitual no se ven.

**Actividades**

**TEAM BUILDING**

**Modalidad**

**Presencial**

**Metodología**

**Teoría**

**Acción**

**Reflexión-asimilación**

**Duración**

**En función de la actividad**

**Niveles**

**No hay niveles, pero sí objetivos de mejora.**

**Participantes**

**Número variable en función de la actividad**