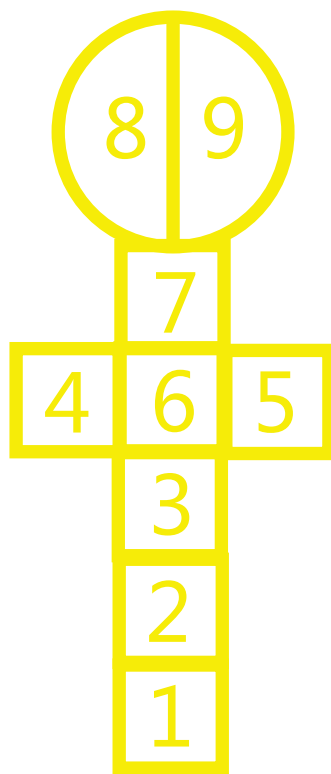
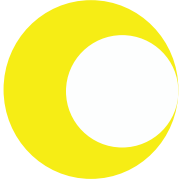


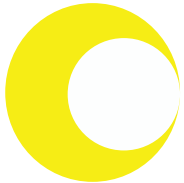
gry i zabawy





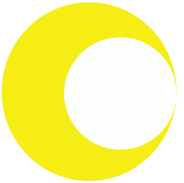
Program „Młodzież w działaniu”

„Młodzież w działaniu” to program Unii Europejskiej, dzięki któremu młodzi ludzie w wieku 13-30 lat mogą realizować swoje pasje, rozwijać umiejętności i zdobywać nowe doświadczenia w czasie wolnym od nauki. Program adresowany jest również do osób pracujących z młodzieżą oraz organizacji działających na rzecz młodzieży, które chcą podnieść swoje kwalifikacje, rozwinąć działania czy nawiązać współpracę międzynarodową. Program wspiera finansowo i merytorycznie inicjatywy podejmowane poza szkołą i poza uczelnią. Projekty zgłaszane do programu są przygotowywane i realizowane przez młodzież lub też planowane z myślą o niej. Angażują młodych ludzi od pierwszego pomysłu do zamknięcia wszystkich związanych z nimi formalności. „Młodzież w działaniu” zachęca do podejmowania przeróżnych wyzwań, poczynając od międzynarodowej wymiany młodzieży, wyjazdu na wolontariat europejski poprzez organizację inicjatyw na rzecz lokalnej społeczności, szkoleń, seminariów aż po spotkania i debaty z osobami odpowiedzialnymi za politykę młodzieżową. W programie może uczestniczyć każdy młody człowiek bez względu na płeć, pochodzenie etniczne, status społeczny, sytuację materialną itp. Szczególny nacisk położony jest na uczestnictwo młodzieży z mniejszymi szansami, czyli tej, która ze względów społecznych, geograficznych, zdrowotnych czy ekonomicznych ma utrudniony dostęp do informacji, edukacji i kultury. Cele programu to: przezwyciężanie barier, uprzedzeń i stereotypów wśród młodych ludzi, wspieranie ich mobilności oraz promowanie aktywności obywatelskiej. „Młodzież w działaniu” wspomaga przedsięwzięcia, które mają pomóc w rozwoju osobowości młodych ludzi oraz w nabywaniu nowych umiejętności.



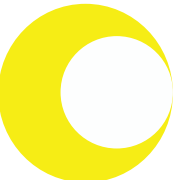
Akcja 1.1. Wymiana Młodzieży

Wspiera spotkania młodzieży w wieku 13-25 lat z krajów europejskich w celu wzajemnego poznania, przedyskutowania interesujących tematów, zrealizowania wspólnych przedsięwzięć.



Akcja 1.2. Inicjatywy Młodzieżowe

Dofinansowuje działania młodzieżowe, które służą społeczności lokalnej. Akcja przeznaczona jest dla młodych ludzi w wieku 18-30 lat. Osoby w wieku 15-17 lat również mogą realizować swoje pomysły w ramach tej Akcji, jednak pod warunkiem wsparcia ze strony osoby pracującej z młodzieżą (tzw. coach).


















Akcja 1.3. Młodzież w Demokracji

Wspomaga przedsięwzięcia promujące uczestnictwo młodzieży w życiu obywatelskim na poziomie lokalnym, krajowym i międzynarodowym.

spis treści

wprowadzenie.....s. 2

gry i zabawy zapoznawczo-integracyjne

-  Cebula s. 5  Co nas łączy s. 6  Cztery kąty s. 7  Historia mojego imienia s. 9
-  Imię z ruchem s. 10  Inspekcja silnika s. 11  Kwiatek s. 12  Linia s. 13
-  Minuta s. 14  Piłeczki s. 15  Ręce s. 16
-  Wszyscy, którzy... s. 17  Zasłona s. 18  Zip Zap s. 19  Żywa mapa s. 20

energizery, czyli gry i zabawy aktywizujące

-  Dłoń s. 22  Dzień dobry s. 23  Ewolucja s. 24  Good job s. 25
-  Gumisie, ogry, księżuniu s. 26  Haki s. 27  Jako tako s. 28  Klamerki s. 29
-  Kolana s. 30  Koordynacja s. 31  Las równikowy s. 32  Mikser s. 33
-  Oczko s. 34  Pingwiny i bociany s. 35  Poduchy s. 36  Podział na grupy s. 37
-  Precyzja opisu s. 38  Rondo s. 39  Rycerz, smok, staruszka s. 40  Sałatka owocowa s. 41
-  Skojarzenia s. 42  Szumy na łączach s. 43  Tratwa s. 44  Węzeł s. 45
-  Węzeł gordyjski s. 46  Wodzirej s. 47  Wyścig konny s. 48

warto pamiętać.....s. 49



Witajcie!

Przygotowaliśmy dla Was opracowanie gier i zabaw, które pomogą Wam w codziennej pracy z młodzieżą, jak również przydadzą się podczas różnych projektów młodzieżowych. Przygotowując to opracowanie, korzystaliśmy z własnych doświadczeń oraz różnych źródeł, którymi postaramy się z Wami podzielić.

W publikacji tej znajdziecie przykłady gier i zabaw, które wesprą Was w procesie budowy grupy, zaczynając od poznania się, poprzez integrację, pobudzanie grupy do działania, podniesienie poziomu jej energii, koncentracji, rozluźnienie atmosfery czy refleksję końcową. Dodatkowo ćwiczenia te wprowadzą grupę w spotkanie, sprawią, iż poczuje się ona bezpiecznie oraz pozwolą osadzić uczestników w miejscu i kontekście, w którym się wspólnie znajdziecie.

2

Pamiętajmy, że dobry początek to połowa sukcesu i warto przeznaczyć odpowiednio dużo czasu na to, by Wasza grupa miała możliwość poznania się. Pozwoli to na dalszą owocną pracę. Na tym etapie przydatne będą gry poznawcze, a także integracyjne. Znajdziecie tu zabawy, które wspomogą procesy poznawania i odnajdywania się grupy, pozwolą Wam w ciekawy sposób opowiedzieć o sobie, znaleźć to, co Was od innych odróżnia i to, co łączy, będą inspiracją do dalszych rozmów i rozwijania pomysłów.

Każdy z nas spotkał się z sytuacją, w której energia do pracy podczas realizacji programu z najprzeróżniejszych powodów spada. Warto wtedy sięgnąć po jakąś krótką zabawę (energizer), która pomoże wszystkim pobudzić organizm do działania. Głównym celem tych ćwiczeń jest poderwanie grupy do aktywności oraz pobudzenie koncentracji uczestników. Czasami w związku z tym w ćwiczenie trzeba włożyć pewien wysiłek fizyczny, ale nie martwcie się, nie będzie on zbyt duży.



Wiele z gier możecie wykorzystać z jednej strony jako narzędzia aktywizujące grupę, z drugiej jako wprowadzenie do tematyki, którą będziecie się zajmowali w dalszym ciągu spotkania. Zapoznając się z nimi, sami odkryjecie, że ćwiczenia te można wykorzystywać i modyfikować do wielu aktywności i tematów, jakie będziecie podejmować podczas Waszych projektów. Nie zdziwcie się, gdy spotkacie się z inną wersją gry, którą tutaj poznaliście. W końcu, ile głów tyle pomysłów!

Zachęcamy Was również do wymyślania własnych wariantów zabaw oraz poszukania ich podczas doświadczeń życia codziennego. Dobrym działaniem będzie także sięgnięcie do starych zabaw z podwórka, które obfitują w wiele mądrości życiowych. Bez obaw modyfikujcie gry, wymyślajcie nowe, dostosowujcie je do dynamiki i charakteru grupy. Nie pozwólcie, aby miejsce na notatki, które pozostawiliśmy Wam na ostatnich stronach, pozostało puste. Umieście tam opisy gier, których tu zabrakło, a które Wy lubicie najbardziej. Pamiętajcie – dobrze dobrane gry i zabawy pomogą Wam w osiągnięciu sukcesu w pracy z grupami.

Życzymy Wam miłej i owocnej zabawy i pracy!
Zespół Akcji 1. programu „Młodzież w działaniu”



G R Y

I

Z A B A W Y

Z A P O Z N A W C Z O -

I N T E G R A C Y J N E



Cebula

cel: poznanie się członków grupy, zaciekawienie drugą osobą

czas trwania: ok. 15 minut

przebieg:

Wybieramy partnera, z którym chcielibyśmy rozpocząć ten eksperyment. Powstałe pary ustawiają się tak, aby utworzone zostały dwa koncentryczne koła (jedno w drugim). W każdej parze jedna osoba stoi plecami do środka koła, a jej partner stoi naprzeciwko niej – przodem do środka koła. Za każdym razem mamy do dyspozycji minutę, aby wraz ze stojącym naprzeciw partnerem porozmawiać na określony przez prowadzącego(-cą) temat. Następnie pada sygnał, po którym należy przerwać rozmowę, mimo iż na pewno nie wyczerpaliśmy jeszcze tematu. Prowadzący(-ca) podaje instrukcję, który z kręgów – zewnętrzny czy wewnętrzny – powinien przesunąć się o kilka miejsc w prawo lub lewo. Podajemy następny temat i kolejne pary rozmawiają przez minutę. Potem znów następuje zmiana.



przykładowe tematy:

Moje pierwsze wrażenie, kiedy Cię zobaczyłem/am...

Czego oczekuję od tej grupy?

W Twoim wyglądzie zewnętrznym największe wrażenie wywiera na mnie...

Za moją największą zaletę uważam...

Jaki był mój największy sukces zawodowy w tym roku?

Jakie było moje największe niepowodzenie zawodowe w tym roku?

Jaka jest moja największa zaleta w życiu zawodowym?

Co bym zrobił/a, gdybym wygrał/a 1 000 000 złotych?

Powiedz swojemu partnerowi, jak musiałby się zachować, żeby Cię zdenerwować.

W jaki sposób usiłuję wywrzeć wrażenie na nowo poznanych osobach?

Co musi się stać, żeby ta grupa okazała się dla mnie sukcesem?





Co nas łączy

cel: poznanie się członków grupy, integracja, zaktywizowanie uczestników

czas trwania: w zależności od liczebności grupy – ok. 15 minut

na moją prawą
stronę zapraszam
tego, kto lubi...



5-6 metrów



6

przebieg:

Grę zaczyna jeden uczestnik stojący ok. 5-6 metrów dalej od wszystkich pozostałych, którzy stoją w grupie. Osoba stojąca sama mówi: „Na moją prawą stronę zapraszam tego, kto lubi czekoladę” (albo jakąś inną rzecz). Z grupy wybiegają wszyscy, których dotyczy to wypowiedziane zdanie, ale zostaje tylko ta osoba, która pierwsza dotknęła prawej ręki uczestnika rozpoczynającego grę. Pozostali wracają do grupy. Gracz zaczynający mówi: „Na moją lewą stronę zapraszam tego, kto lubi spotkania młodzieżowe”. Sytuacja się powtarza. Gracze stojący po bokach podają kolejne cechy, aby do ich wolnych rąk dołączyły następne osoby. Wszyscy wygrywający cały czas trzymają się za ręce. Pod koniec gry osoby stojące ostatnie mają wolną jedną rękę, dlatego – aby połączyć krąg – muszą znaleźć jakąś cechę, którą mają wspólną.

wariant:

Uczestnicy stoją w kręgu, jedna osoba wykrzykuje cechy. Te osoby, których one dotyczą, wstępują do środka. W ten sposób wszyscy widzą, co ich łączy. Później wszyscy wracają na miejsce, do kręgu, a prowadzący(-ca) wymienia kolejną cechę.



Cztery kąty

cel: poznanie się członków grupy, integracja

czas trwania: 30-40 minut

materiały: kartki z zapisanymi tematami rozmów

przebieg:

W czterech kątach pokoju umieszczamy zbiory tablic kategorii, których elementy pasują szczególnie dobrze do specyficznych celów i potrzeb grupy. Prowadzący(-ca) pisze cztery słowa, po jednym z każdego zbioru (np.: czerwony – niebieski – żółty – czarny) na czterech kartkach, po jednym wyrazie na każdej z nich. Wybieramy tyle zbiorów, ile wydaje nam się przydatnych. Kartki ze słowami wypisanymi z kolumny A układamy jedną na drugiej, następnie wszystkie te, które pochodzą z kolumny B, potem C i na końcu D. Na wierzchu kładziemy czystą kartkę. Każdy stos leży w innym kącie pomieszczenia. Wszystkich uczestników zapraszamy do środka. Mówimy, że za chwilę pokażemy cztery elementy, z których za każdym razem jeden powinien pasować do nas szczególnie dobrze. Zdejmujemy wierzchnie kartki. Prosimy, aby uczestnicy przyjrzeni się tym czterem elementom w czterech kątach sali i zastanowili się, który najlepiej do nich pasuje. Jeśli ktoś jest zdania, że żaden z przedstawionych elementów do niego nie pasuje – wtedy niech wybierze ten, który sprawia na nim najmniej nieprzyjemne wrażenie. Gdy już uczestnicy dokonają wyboru, poproście, aby przeszli do tego kąta, w którym leży wybrana kartka. Teraz niech wszyscy, którzy zebrali się przy jednym elemencie, przez chwilę (kilka minut) porozmawiają o tym, w jakiej mierze dany wyraz pasuje do nich, jak czują się w tak powstałej grupie, dlaczego zdecydowali się wybrać właśnie ten. Potem prosimy wszystkich, aby wrócili na środek. Pokazujemy nowy zestaw słów. Znowu należy zdecydować, który z tych elementów najbardziej nam odpowiada. Następnie udajemy się do wybranego kąta i ponownie dyskutujemy przez parę minut. Prosimy, by wszyscy zwrócili uwagę, z którymi uczestnikami z poprzedniej grupy spotkali się ponownie.



Tablica kategorii „czterech kątów” (przykłady)

A	B	C	D
czerwony	niebieski	żółty	czarny
lew	pies	kozica	pelikan
uczący	pomagający	nauczyciel	przyjaciel
duże miasto	średnie miasto	małe miasto	miasto inne
katolik	protestant	ateista	buddysta
duży	średni	mały	inne
głowa	brzuch	serce	noga
złość	czułość	ból	radość
Mercedes	VW	BMW	Volvo
ja	ty	my	oni
muzyka	film	książka	komputer
nie mogę	nie chcę	chcę	muszę
skrzypce	trąbka	bębenek	pianino

8

wskazówka:

Tematy rozmów w poszczególnych kątach można dostosować do tematyki spotkania/zajęć. Pozwoli Wam to wykorzystać tę grę na przykład do wprowadzenia uczestników w temat zajęć, który po wykonaniu tej zabawy zamierzacie podjąć.



Historia mojego imienia

cel: poznanie się członków grupy, zapamiętanie imion

czas trwania: ok. 40 minut (w zależności od wielkości grupy)

przebieg:

Uczestnicy siedzą w kręgu. Osoba prowadząca zaczyna opowiadać o zdarzeniach związanych z jej imieniem, o pochodzeniu swojego imienia, o tym, dlaczego ma właśnie takie imię, a nie inne. Następnie każdy indywidualnie opowiada o swoim imieniu. Dzięki tym historiom łatwiej jest zapamiętać imiona i dowiedzieć się coś nieco o swoich nowych kolegach i koleżankach.



moi rodzice nazwali
mnie tak, ponieważ...



Imię z ruchem

cel: poznanie się członków grupy, zapamiętanie imion

czas trwania: ok. 10-15 minut

przebieg:

Uczestnicy stoją w kręgu. Osoba rozpoczynająca zabawę robi krok naprzód, mówi swoje imię, wykonując przy tym jakiś ruch (np. drapie się za uchem, klaszcze, podskakuje itp.) i wraca na swoje miejsce. Następnie cała grupa robi krok do przodu, powtarza imię i gest osoby, która go przed chwilą wykonała.

10

wariant:

Każdy kolejny gracz powtarza imię i ruch poprzednika, dodając swoje imię i nowy ruch. Zabawa toczy się dookoła kręgu. Ostatnia osoba w kręgu ma najtrudniejsze zadanie, ponieważ kończy zabawę, powtarzając imiona i charakterystyczne ruchy wszystkich osób.

Weronika

Lucy

Diego

Mircho

ANN MARIE

Max

Augusto

Laura



Inspekcja silnika

cel: integracja, wyrażanie emocjonalnego i intelektualnego (nie)uczestnictwa, częściowa ewaluacja zajęć

czas trwania: ok. 10-30 minut (w zależności od liczby podejmowanych tematów)

przebieg:

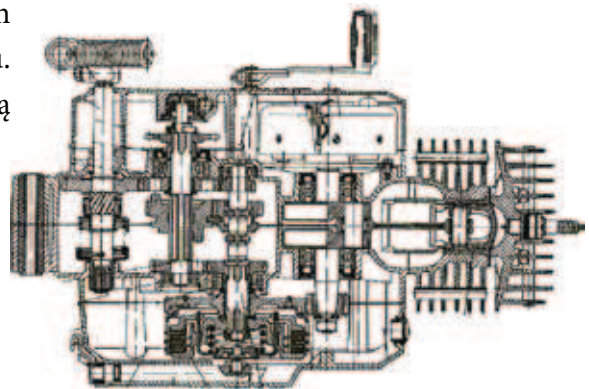
Uczestnicy poruszają się spokojnie po sali, nie rozmawiają, słuchają prowadzącego(-cej). Na środku sali kładziemy przedmiot (np. książkę) i prosimy wszystkich, aby ustawili się w takiej odległości od niego, aby ta odległość pokazywała ich własne zaangażowanie. Jeśli uczestnicy są teraz bardzo zaangażowani, podchodzą jak najbliżej książki, jeżeli mniej – stają w większej odległości. Jeśli trzeba, mogą nawet wyjść na zewnątrz sali. Rozglądają się, gdzie są pozostali...

Pod koniec gry należy poprosić uczestników, aby powiedzieli krótko:

- Jak czują się w miejscu, które wybrali?
- Co ono mówi o ich zaangażowaniu?
- Jak oceniają swoje zaangażowanie względem innych?
- Co sądzą o miejscu innych?

wskazówka:

Grę tę można stosować do częściowej ewaluacji zajęć, dając pod rozważanie grupy różne inne pytania np. o atmosferę w grupie, poziom trudności zajęć, atrakcyjność programu. Uzyskane odpowiedzi będą cenną wskazówką dla prowadzących.





Kwiatek

cel: poznawanie się członków grupy

czas trwania: 30-45 minut

przebieg:

Grupa dzieli się na zespoły cztero- i pięcioosobowe. Zadaniem uczestników jest namalowanie kwiatka, który będzie miał tyle płatków, ile osób spotkało się w danej grupie. Każdy płatek jest przypisany jednej osobie i podpisany jej imieniem. Członkowie grupy mają za zadanie we wspólnej rozmowie znaleźć elementy, które są szczególne i wyjątkowe dla danej osoby i odróżniają ją od innych w tej grupie. W środku kwiatka uczestnicy wpisują to, co ich łączy (doświadczenie, zainteresowania itp.). Na zakończenie każda grupa przedstawia swój kwiatek innym uczestnikom.





Linia

cel: utrwalanie znajomości imion

czas trwania: ok. 5 minut

materiały: sznurek

przebieg:

Kładziemy sznurek na podłodze w linii prostej. Wszyscy uczestnicy stają na sznurku w zupełnie przypadkowej kolejności. Zadanie polega na ustawieniu się na sznurku w kolejności alfabetycznej imion (uwzględniając także kolejne litery, jeśli pierwsze są takie same). Nie wolno przy tym rozmawiać. W czasie zamiany miejsca uczestnicy zawsze, choćby jedną nogą, dotykają sznurka. Na końcu zabawy prosimy o głośne podanie swoich imion – w ten sposób sprawdzamy, czy wszyscy stoją prawidłowo.

wariant:

Można ustawiać uczestników na sznurku według dat urodzenia, według rozmiaru butów itp. Można też przeprowadzić tę grę, stawiając uczestników w kręgu na krzesłach – podczas ustawiania się w odpowiedniej kolejności nie wolno im z nich schodzić. Trzeba jednak pamiętać o możliwościach grupy i jej bezpieczeństwie!





Minuta

cel: uzmysłowienie uczestnikom różnego postrzegania upływu czasu, poznanie się członków grupy

czas trwania: ok. 5 minut

przebieg:

Uczestnicy siadają w kole, zamykają oczy, siedzą w całkowitej ciszy. Prowadzący(-ca) mówi: „Start”. Osoby mają za zadanie odmierzyć w myślach jedną minutę i po jej upływie (w momencie, gdy mają wrażenie, że ta minuta właśnie minęła) wstać i dopiero wtedy otworzyć oczy. Prowadzący(-ca) zabawę cały czas spogląda na zegarek z sekundnikiem i odmierza w ciszy jedną minutę. Zabawę kończymy wtedy, gdy wszyscy uczestnicy już stoją. Prowadzący(-ca) nie przerywa gry po upływie prawdziwej minuty, bacznie obserwuje uczestników. Na zakończenie zabawy uczestnicy powinni usłyszeć od osoby prowadzącej słowo komentarza. Kiedy wstały pierwsze osoby? Po jakim czasie następne i ile upłynęło czasu do powstania ostatnich osób?

14

wskazówka:

Pomimo iż podczas tej zabawy nie poznajemy swoich imion i preferencji, gra ta uzmysławia nam, jak różne mamy podejście do tych samych rzeczy.





Pileczki

cel: utrwalenie znajomości imion, poprawa koncentracji

czas trwania: ok. 15 minut

materiały: pileczki

przebieg:

Grupa staje w kręgu. Prowadzący(-ca) rzuca piłkę do jednej osoby, głośno mówiąc jej imię. Ważne jest, aby imię powiedziane było głośno, tak by osoba, która ma złapać pileczkę, wiedziała, że ta do niej leci. Należy zapamiętać, do kogo rzuca się pileczkę i zawsze rzucać ją do tej samej osoby. Po pierwszej próbnej rundce prowadzący(-ca) rozpoczyna na nowo. Tym razem, kiedy pierwsza piłka jest przy czwartej bądź piątej osobie, prowadzący(-ca) wprowadza do gry kolejną piłkę, która będzie rzucona dokładnie taką samą drogą jak poprzednia. W zależności od tego, ile pileczek mamy do dyspozycji, tyle można wprowadzić do gry. W pewnym momencie w powietrzu znajduje się wiele pileczek, a rzucający muszą głośno krzyknąć imiona osób, do których rzucają, tak aby te były zorientowane, że leci do nich kolejna pileczka.



Ręce

cel: poznanie się członków grupy, dowiedzenie się, jak widzą nas inni

czas trwania: ok. 10-15 minut

przebieg:

Każdy uczestnik zabawy odrysowuje na kartce swoją dłoń i wpisuje w rogu swoje imię. Wszyscy siedzą w kręgu, aby się wzajemnie widzieć. Kartki następnie przesuwamy zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Prowadzący(-ca) za każdym razem podaje rodzaj przedmiotu, poprzez który mamy przedstawić osobę, której ręka odrysowana jest na kartce znajdującej się właśnie przed nami. Powinniśmy znaleźć taki rodzaj tego przedmiotu, który najbardziej kojarzy nam się z daną osobą. Np. prowadzący(-ca) mówi: „Samochód” i wtedy wszyscy rysują ten typ samochodu, który przypomina im cechami opisywaną osobę (np. džip, mały fiat). Możemy podawać rodzaj owocu, kwiat, element ubrania, potrawę, rodzaj czasopisma, budynek itp. Na zakończenie kartka wraca do właściciela, który może zobaczyć, jak widzą go inni.





Wszyscy, którzy...

cel: poznawanie się członków grupy, zaktywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Uczestnicy siedzą w kręgu. Jedna osoba stoi w środku i mówi: „Wszyscy, którzy...” (np. są liderami, organizowali wymianę międzynarodową, lubią lody waniliowe itd.). Osoby, które zgadzają się z tą wypowiedzią, zamieniają się miejscami. W tym czasie osoba stojąca w środku ma również możliwość zająć miejsce siedzące. Kolejna osoba, która zostaje w środku, powtarza: „Wszyscy, którzy...”, wymyślając nowe hasła.



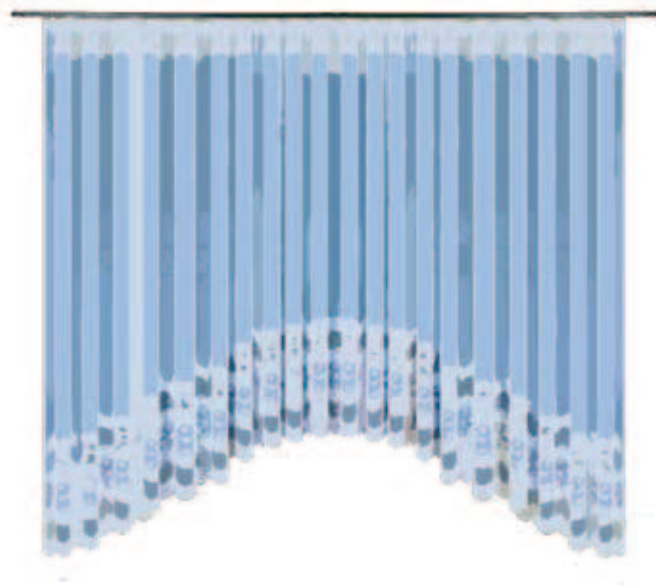


Zasłona

cel: poznanie się członków grupy,
utrwalanie znajomości imion

czas trwania: ok. 10 minut

materiały: zasłona, koc



18

przebieg:

Uczestnicy są podzieleni na dwie grupy. Każda z nich stoi po dwóch stronach rozciągniętej na środku zasłony tak, aby się nawzajem nie widziały. Grupy typują po jednej osobie, a te podchodzą blisko zasłony. Gdy zasłona opada, uczestnik powinien jak najszybciej wypowiedzieć imię osoby, która stoi naprzeciwko niego. Ten, kto pierwszy powie imię, wygrywa i zabiera przeciwnika do swojej drużyny.

warianty:

- Drużyny mogą typować po dwie, trzy osoby, które równocześnie podchodzą do zasłony.
- Osoba wytypowana przez drużynę siada tyłem do zasłony, a twarzą do swojej grupy. Kiedy zasłona opada, drużyna jak najszybciej musi powiedzieć wytypowanej osobie, kto siedzi po drugiej stronie, nie używając imion, a ta musi zgadnąć i głośno wypowiedzieć to imię.



ZIP ZAP

cel: utrwalenie znajomości imion

czas trwania: ok. 5 minut

przebieg:

Uczestnicy siedzą w kręgu na krzesłach. Krzesel jest o jedno mniej niż uczestników. W środku stoi jedna osoba, chodzi po kręgu i chciałaby usiąść. Podchodzi do jednej z siedzących osób i mówi: „ZIP”. Wskazana osoba musi powiedzieć imię swojego sąsiada po prawej stronie. Kiedy osoba stojąca w środku, wskazując kogoś siedzącego, powie: „ZAP”, należy powiedzieć jak najszybciej imię osoby siedzącej po lewej stronie. Jeśli ktoś nie będzie pamiętał imienia swojego sąsiada lub będzie się ociążał z jego wypowiedzeniem, zamienia się miejscem z osobą stojącą w środku. Osoba stojąca w środku może powiedzieć również: „ZIP ZAP”. Wtedy miejscami zamieniają się wszyscy siedzący w kręgu, a osoba, która dotychczas stała, także stara się zająć miejsce siedzące.





Żywa mapa

cel: poznanie się

czas trwania: 10-15 minut

przebieg:

Prowadzący(-ca) wyznacza cztery kierunki świata (północ, południe, wschód i zachód) w przestrzeni, w której odbywa się spotkanie. W zależności od tego, czy jesteśmy w grupie jedno- czy wielonarodowej, możemy wyobrazić sobie, że jest to mapa Polski bądź Europy. Uczestnicy mają za zadanie stanąć tam, gdzie według nich leży ich miejscowość. Gdy już wszyscy staną w odpowiednich, ich zdaniem, miejscach, mają za zadanie powiedzieć głośno nazwę miejscowości, swoje imię oraz krótko opowiedzieć o czymś miłym np. co im się przydarzyło w ostatnim tygodniu.



E N E R G I Z E R Y

C Z Y L I

G R Y I Z A B A W Y

A K T Y W I Z U J A C E

Dłoń

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: 5 minut

przebieg:

Wszyscy uczestnicy trzymają jedną rękę na plecach, odwróconą wnętrzem dłoni na zewnątrz, druga ręka pozostaje wolna. Jedna osoba będzie „zbijała” innych – zbiecie polega na klepnięciu wolną ręką w otwarte wnętrze dłoni innej osoby. „Zbita” osoba kuca, trzymając cały czas dłoń na plecach. Inni biegający, biorący udział w grze, mogą wyratować kucającą osobę, uderzając ją we wnętrze dłoni na plecach. Może ona wstać i dalej uczestniczyć w grze. Przy większych grupach warto wybrać dwóch „zbijających”. Ich zadaniem jest sprowadzenie do pozycji kucającej wszystkich bądź jak największej liczby osób.





energizery

gry i zabawy



Dzień dobry

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: 5 minut

Buon giorno! **Guten Tag!**
Bonjour!

Good morning

Buenos dias!

przebieg:

Grupa stoi w kręgu. Prowadzący(-ca) opowiada historię, wykonując przy tym ruchy ilustrujące to, co właśnie mówi, a grupa je naśladuje. Oto przykład następującej historii:

„Budzimy się rano i przecieramy oczy (ruch: przecieranie oczu, jak przy porannej pobudce), potem rozciągamy się (ruch jak rano przy wstawaniu – rozciągamy ciało, obie ręce jak najwyżej w górę, potem jedna w dół, druga w górę). Wreszcie wstajemy i idziemy do łazienki (ruch: rześki marsz). Tam odkręcamy wodę, myjemy twarz i zęby (ruch jak przy myciu twarzy i zębów). Wchodzimy pod prysznic (opuszkami palców stukamy po całym ciele, jakby na nas leciała woda), potem wycieramy się ręcznikiem (imitacja ruchów wycierania się ręcznikiem) i ubieramy (ruch jakbyśmy nakładali spodnie i koszulkę). Potem oglądamy okno i wyglądamy przez nie (odpowiednie ruchy naśladujące te czynności). Spoglądamy w prawo, a tam nasza sąsiadka, mówimy jej: «Dzień dobry!». Spoglądamy w lewo, tam sąsiad. Witamy się z nim: «Dzień dobry!». Teraz możemy zaczynać dzień!”

wskazówka:

Spróbujcie wymyślać swoje historie. Zaproponujcie, aby na każdy dzień Waszego spotkania została zaproponowana przez uczestników nowa historia. Pobudzajcie ich kreatywność!



Ewolucja

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: ok. 10 minut

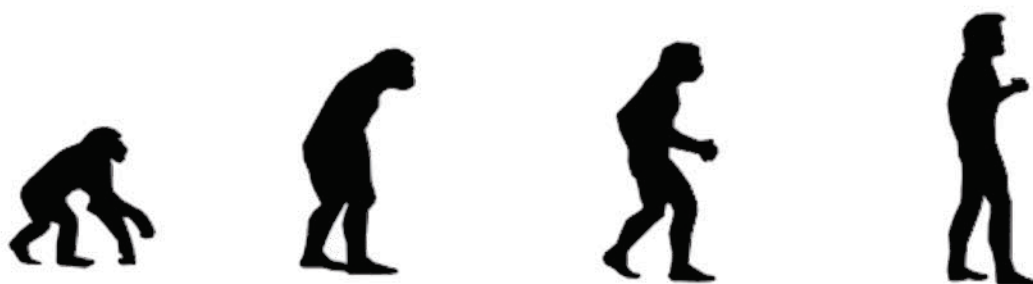
przebieg:

Uczestnicy znajdują się w pomieszczeniu. Na znak prowadzącego(-cej) wszyscy kucają i przycupnięci udają kury – gdakają, otrzepują się. Równocześnie dobierają się w pary, bawiąc się w „Papier, nożyczki, kamień”. Wygrywający wstępuje na wyższy poziom ewolucji i staje się psem. Zaczyna szczekać i poszukuje równocześnie partnera – też psa. Znow grają w „Papier, nożyczki, kamień”, a wygrywający wstępują na kolejne wyższe poziomy: prosięcia, ptaka i człowieka. Grę możemy zakończyć, gdy pierwszy uczestnik stanie się człowiekiem lub gdy wszyscy zostaną ludźmi.

24

wariant:

Możecie także obniżyć o jeden poziom ewolucji tych graczy, którzy przegrają w „Papier, nożyczki, kamień”. Dodatkowo zachęcamy do samodzielnego ustalenia poziomów ewolucji. Sami zobaczycie, jaka to może być świetna zabawa!





Good job

cel: zaktywizowanie uczestników, motywacja grupy do dalszego działania

czas trwania: ok. 5 minut

przebieg:

Uczestnicy stają w kręgu twarzą do środka, następnie wszyscy obracają się o ćwierć obrotu, stając za plecami sąsiada. Poklepują go po ramieniu i chwalą: „Good job!”. Następnie wykonują zwrot w tył, stają za plecami sąsiada z drugiej strony i powtarzają ten sam gest. Po chwili wracają twarzą do środka koła, każdy poklepuje się sam po piersi, powtarzając: „Good job!”. Na końcu organizatorzy proszeni są do środka koła. Wszyscy uczestnicy podchodzą do nich i poklepują ich po plecach, mówiąc: „Good job!”.

wskazówka:

Zabawa ta jest często stosowana na zakończenie spotkania, jako forma podziękowania za pracę.





Gumisie, ogry i księciunie

cel: zaktywizowanie uczestników, przyływ emocji

czas trwania: ok. 15 minut

przebieg:

Wszystkich dzielimy na trzy grupy i wyjaśniamy figury (role) oraz zasady gry. Grupy stają naprzeciwko siebie i umawiają się między sobą po cichu, jaką figurę przyjmą na znak prowadzącego(-cej). Ten, kto wygra, łapie członków drugiej grupy. Za ustaloną linią członkowie grupy są bezpieczni.

figury:

26

gumiś: podskakuje na dwóch nogach jak najwyżej i jak najdalej – jak po wypiciu soku z gumijagód,

ogr: wyciąga ramiona do przodu, do góry i krzyczy „Uah!”

księciunio: wyciąga ręce do przodu i imituje gilgotanie drugiej osoby, wołając „gili, gili”.

zasady:

Gumiś jest szybszy od ogra, więc z nim wygrywa.

Ogr jest silniejszy od księciunia i z nim wygrywa.

Księciunio gilgotcze gumisia, który przez to nie może skakać i księciunio wygrywa.

Grupa, która pokazuje wygrywającą figurę, goni tę przegrywającą.





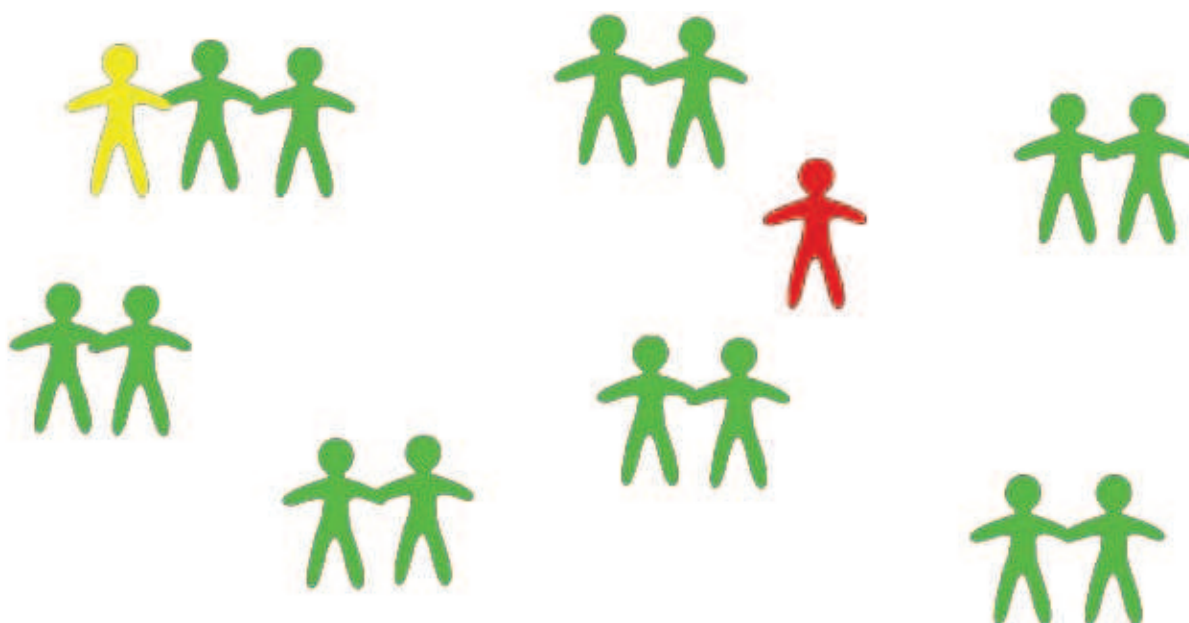
Haki

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Uczestnicy łączą się w pary, biorąc się pod ramię. Pary stoją luźno rozstawione w przestrzeni, jaką mamy do dyspozycji, tak żeby można było swobodnie między nimi przebiec. Jedna osoba z całej grupy jest łowcą, a druga ściganym. Łowca stara się złapać ściganego. Ten może uratować się przed złapaniem, przyłączając się do którejś z par – łapiąc jedną z osób pod ramię. Osoba z tej pary, która stoi po zewnętrznej stronie, musi się szybko odłączyć i w tym momencie staje się łowcą. Uczestnik, który do tej pory był łowcą, staje się ściganym.





Jako tako

cel: zaktywizowanie uczestników, utrwalanie imion

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Grupa siedzi w kręgu. Jedna osoba stoi w środku, wskazuje na dowolną osobę i pyta: „Jak się masz?”. Zapytana osoba ma trzy możliwości odpowiedzi: „Dobrze”, „Źle” „Jako tako”. Jeśli padnie odpowiedź „Jako tako” – nie dzieje się nic i osoba znajdująca się w środku wyszukuje kolejną osobę siedzącą w kręgu i zadaje jej pytanie „Jak się masz?”. Jeśli odpowie ona „Dobrze”, obaj sąsiedzi zapytanego zmieniają się miejscami. Osoba pytająca stara się w tym czasie zająć jedno z ich miejsc. Jeśli padnie odpowiedź „Źle”, miejsca zmieniają wszyscy gracze, a osoba, która nie znajdzie miejsca, zostaje w środku i kontynuuje grę.

28

wskazówka:

Gdy do pytania „Jak się masz?” dodacie imię, będziecie mieli wówczas okazję do przypomnienia sobie, jak nazywają się Wasi koledzy i koleżanki.





Klamerki

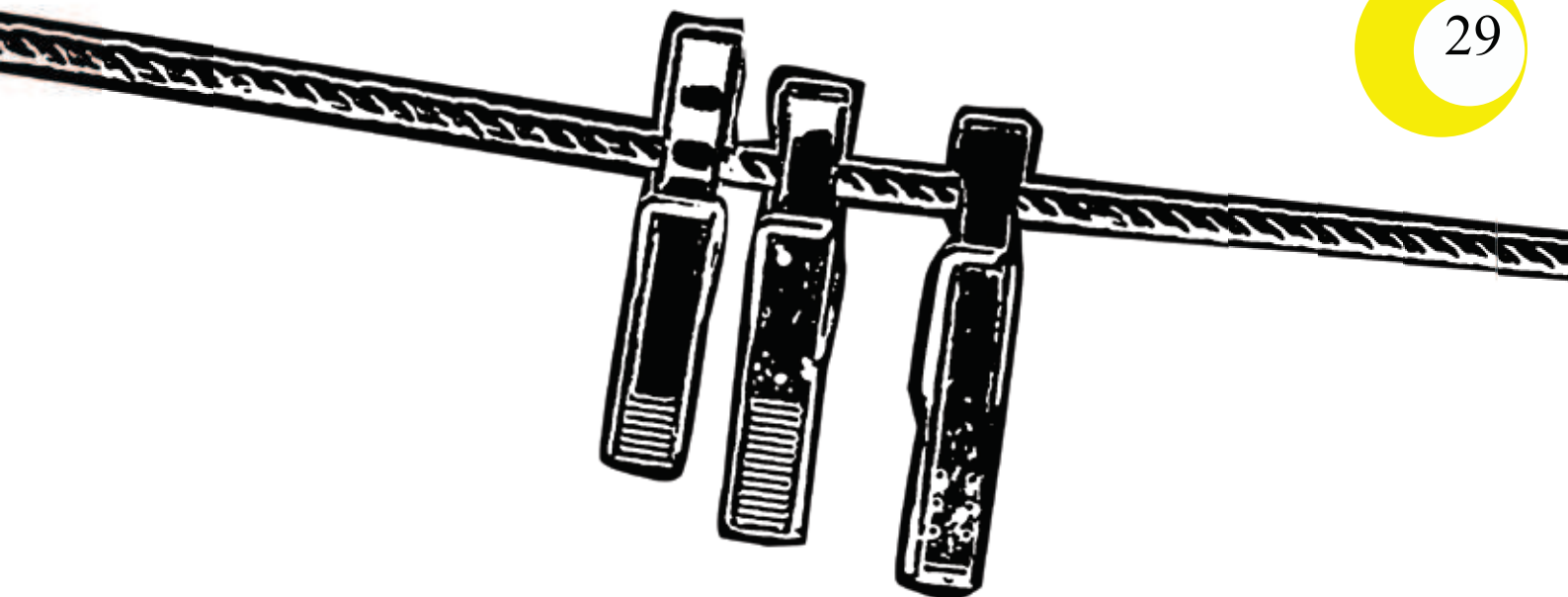
cel: zaktywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: ok. 10 minut

materiały: klamerki do prania

przebieg:

Każdy otrzymuje dwie lub trzy klamerki, które druga osoba przypina mu do ubrania, na jego plecach. Na znak prowadzącego(-cej) uczestnicy zaczynają zbierać klamerki, zabierając je innym. Zadaniem każdego jest niedopuszczenie do tego, by odebrane zostały mu/jej klamerki z jego/jej pleców. Wygrywa osoba, która zbierze najwięcej klamerek.





Kolana

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: ok. 15 minut

materiały: talia kart do gry (liczba zależna od liczebności uczestników)

przebieg:

Każdy z uczestników otrzymuje jedną kartę do gry i zapamiętuje jej kolor (karo, pik, trefl, kier), po czym oddaje karty prowadzącemu(-cej). Prowadzący(-ca) mówi głośno nazwę jednego koloru. Osoby, które mają ten kolor, przesuwają się o jedno miejsce w prawo. Jeśli na siedzeniu po prawej stronie ktoś już siedzi, trzeba usiąść mu/jej na kolana. Prowadzący(-ca) wywołuje kolejną figurę. Osoby, które ją wcześniej otrzymały, przesiadają się o jedno miejsce w prawo. Jeśli zdarzy się, że ktoś ma na kolanach inną osobę, a zostanie wywołana jego figura, nie może się przesunąć. Wygrywa osoba, która pierwsza dotrze z powrotem do swojego miejsca.

30





Koordynacja

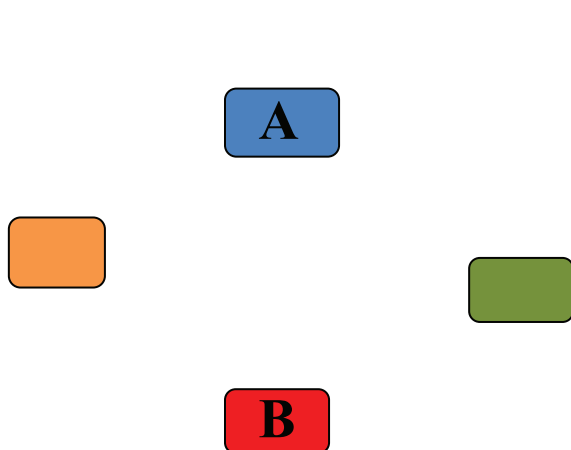
cel: zaktywizowanie uczestników, wzmacnianie koncentracji

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Uczestnicy dobierają się w czwórki i stają w układzie przedstawionym poniżej.

Grę rozpoczyna osoba oznaczona kolorem niebieskim – osoba A. Będzie ona wypełniała zadania, które otrzyma od pozostałych osób z danej czwórki. I tak: osoba B, oznaczona kolorem czerwonym, zaczyna pokazywać proste ćwiczenia gimnastyczne. Osoba A ją naśladuje. W tym samym czasie osoby stojące po obu stronach osoby A zaczynają na przemian zadawać pytania. Osoba po prawej stronie zadaje proste matematyczne pytania (typu: 5×5), a osoba po lewej pytania dotyczące życia codziennego, zainteresowań (np. kiedy i gdzie wybierasz się na urlop, jaka partia ma najwięcej głosów w Sejmie itp.). Każda czwórka decyduje sama, kiedy nastąpi zmiana – tak, aby każdy miał okazję znaleźć się na chwilę w każdej z ról.





Las równikowy

cel: zaktywizowanie uczestników, relaksacja grupy

czas trwania: ok. 5 minut

przebieg:

Prowadzący(-ca) pyta, czy ktoś był kiedykolwiek w lesie równikowym i czy ktokolwiek wie, jaki dźwięk wydaje padający tam deszcz. Zaprasza uczestników do posłuchania i uczestnictwa w wyjątkowej podróży.

Grupa formuje krąg, każdy uczestnik ma za zadanie naśladować ruchy sąsiada po lewej ręce i tylko jego. Wszyscy zamykają oczy. Osoba prowadząca rozpoczyna od złożenia rąk i pocierania ich o siebie – szybkim ruchem wewnętrznej strony dłoni (wieje wiatr, mży). Sąsiad po lewej stronie powtarza ruch, jego sąsiad z lewej strony powtarza za nim i tak szum rozchodzi się na zasadzie meksykańskiej fali.

Gdy około połowa kręgu wykonuje już ten sam ruch, prowadzący(-ca) wprowadza kolejne ruchy. Na początku zaczyna pstrykać palcami obu rąk, imitując dźwięk spadających kropli deszczu. Kiedy cały krąg pstryka, prowadzący(-ca) zaczyna delikatnie klaskać, naśladując ulewę. W kolejnej rundzie do klaskania dochodzi tupanie – do wielkiej ulewy dołączyła burza. Kiedy wszyscy już tupią i klaskają, zaczyna się odejmowanie pojedynczych ruchów. Znowu delikatnie klaszczemy, potem pstrykamy, pocieramy ręce. Las wraca do spokoju. W ostatniej rundzie przestajemy pocierać ręce i zapraszamy uczestników z powrotem do sali. Można teraz otworzyć oczy.

wskazówka:

Zabawa ta jest doskonałą okazją do wprowadzenia grupy w stan wyciszenia, relaksu. Spróbujcie, a sami się przekonacie, jakie jest to przyjemne!





Mikser

cel: zaktywizowanie uczestników

czas trwania: ok. 15 minut

przebieg:

Wszyscy uczestnicy stają w kręgu, jedna osoba stoi w środku. Wskazuje ona na dowolną osobę z kręgu, która będzie musiała wraz ze swoimi sąsiadami stworzyć jakąś figurę. Ten, kto źle wykona figurę lub będzie zbyt powolny, wchodzi do środka.

przykładowe figury:

Toster: osoby po bokach chwytają się za ręce tak, aby otoczyć środkową osobę, która podskakuje – jak gotowy tost wyrzucany z tosteru i wydaje dźwięki „ding, ding, ding”.

Słoń: wskazana osoba robi trąbę (lewą ręką trzyma się za nos, a prawą przekłada i prostuje w taki sposób, żeby powstała trąba), sąsiedzi robią wielkie uszy słonia (przykładają ręce po obu bokach osoby po środku). Wszyscy wydają dźwięki ryczącego słonia.

Mikser: wskazana osoba trzyma ręce nad głowami sąsiadów, a ci obracają się wokół własnej osi.

Pralka: osoby po bokach łapią się za ręce, aby otoczyć środkową osobę, która kręci głową i wydaje dźwięki pracującej pralki.

James Bond: osoba w środku udaje, że ma w ręku pistolet i mierzy do jakiegoś celu, a dwie pozostałe patrzą na nią zauroczone i mówią słodkim głosem: „Oh, James!”

wskazówka:

Figur do tej gry jest wiele! Zachęcamy do podpatrywania ich na różnych spotkaniach oraz wymyślania nowych!



Oczko

cel: zaktywizowanie uczestników, wzmacnianie koncentracji

czas trwania: 10 minut

przebieg:

Grupa tworzy dwa kręgi, tzn. w odległości około kroku za każdą osobą stoi druga osoba. Tylko jeden uczestnik pozostaje bez pary i stoi w środku kręgu sam. Ma on za zadanie zwabić innych do siebie. Może to zrobić np. mrugając okiem do osoby stojącej w wewnętrznym kole. Kiedy do kogoś mrugnie, osoba ta ma za zadanie jak najszybciej przybiec do mrugającego(-cej). Uczestnicy stojący z tyłu muszą próbować zatrzymać wabioną osobę. Uwaga! Osoby stojące w drugim, zewnętrznym kręgu nie mogą trzymać cały czas osób z wewnętrznego koła i powinny mieć ręce luźno spuszczone wzdłuż ciała. Po jakimś czasie można zrobić zamianę koła zewnętrznego i wewnętrznego.





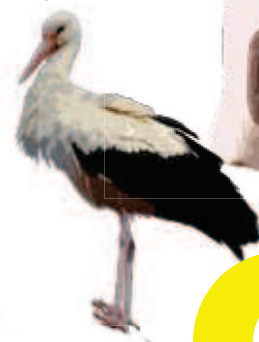
Pingwiny i bociany

cel: zaktzywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: 10 minut

przebieg:

Dzielimy grupę na dwie części. Jedną z podgrup to pingwiny, druga to bociany. Członkowie grupy „pingwiny” usztywniają ręce i układają je wzdłuż ciała, a także chodzą małutkimi kroczkami – naśladowując pingwini chód. „Bociany” wyciągają ręce do przodu na wysokość klatki piersiowej i układają je tak, aby imitowały bociani dziób. Poruszają się natomiast, wyciągając wysoko i daleko nogi tak, aby kroczyć dumnie jak bociany. Jeśli „bocian” dotknie dziobem „pingwina”, ten zamienia się w „bociana”. Gra kończy się, kiedy wszyscy zostaną „bocianami”.





Poduchy

cel: zaktywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: ok. 10 minut

materiały: dwie poduszki

przebieg:

Grupa staje w kręgu. Do tej gry potrzebna jest parzysta liczba osób.

Stojąc w kręgu, odliczamy w taki sposób, żeby co druga osoba należała

do tej samej drużyny. Powstają drużyny A i B. Prowadzący(-ca) wręcza

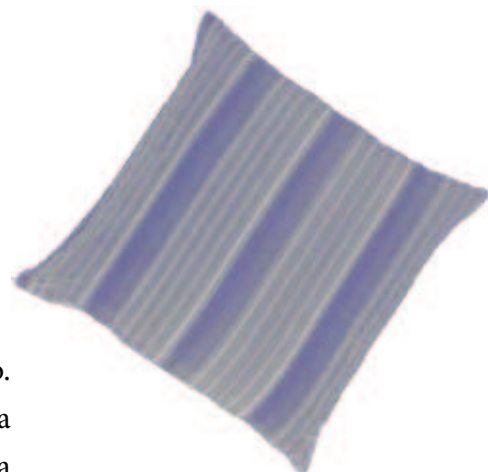
jednej osobie z grupy A i z grupy B po jednej poduszce. Na znak prowadzącego(-cej) uczestnicy

zaczynają podawać sobie poduszkę zgodnie ze wskazówkami zegara, przy czym członkowie grupy

36 A podają poduszkę zawsze członkom swojej grupy. To samo dotyczy członków grupy B. Poduszka

grupy, która dogoni drugą poduszkę – wygrywa. Należy pamiętać o tym, że poduszki nie można

przerzucać przez całe koło, musi jej dotknąć każda kolejna osoba z grupy.





Podział na grupy

cel: zaktzywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: ok. 5 minut

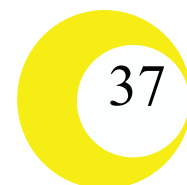
przebieg:

Wszyscy spacerują spokojnie po pomieszczeniu, w którym odbywają się zajęcia. W pewnym momencie prowadzący(-ca) wypowiada jakąś liczbę. Uczestnicy muszą jak najszybciej stworzyć grupy, w których będzie taka sama liczba osób, jak liczba wypowiedziana wcześniej przez osobę prowadzącą. Np. kiedy padnie liczba „trzy”, należy stworzyć jak najszybciej trzysobowe grupki. Jeśli w dalszej części zajęć zamierzamy pracować w małych grupach, na koniec zabawy można powiedzieć liczbę, która określi liczbę osób w grupach, jakie przewidujemy do dalszej pracy i w ten sposób przejść płynnie do prowadzenia zajęć.

6...

3...

4...





Precyzja opisu

cel: zaktywizowanie uczestników, poprawa komunikacji między uczestnikami

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Rozdajemy wszystkim uczestnikom białe kartki A4. Uczestnicy siadają w kole, zamykają oczy, siedzą w całkowitej ciszy, słuchając poleceń prowadzącego(-cej) zabawę. Prowadzący(-ca) podaje komunikaty, możliwie jednoznacznie określające sposób składania i odrywania kawałków kartki. Uczestnikom gry nie wolno zadawać żadnych pytań. Mają wykonywać czynności tak, jak ich zdaniem zaleca im osoba prowadząca. Czynność składania kartek i odrywania rogów podajemy kilkakrotnie. Na zakończenie zabawy prosimy wszystkich o otwarcie oczu i rozłożenie kartek.

38

W zależności od precyzji podawanych opisów czynności uzyskamy bardziej lub mniej podobne wydzieranki. Różnice wyglądu kartek uzmysławiają nam odmienne pojmowanie pozornie jednoznacznych werbalnych komunikatów.

wskazówka:

Ćwiczenie można wykorzystać jako wprowadzenie do tematyki związanej z komunikacją.





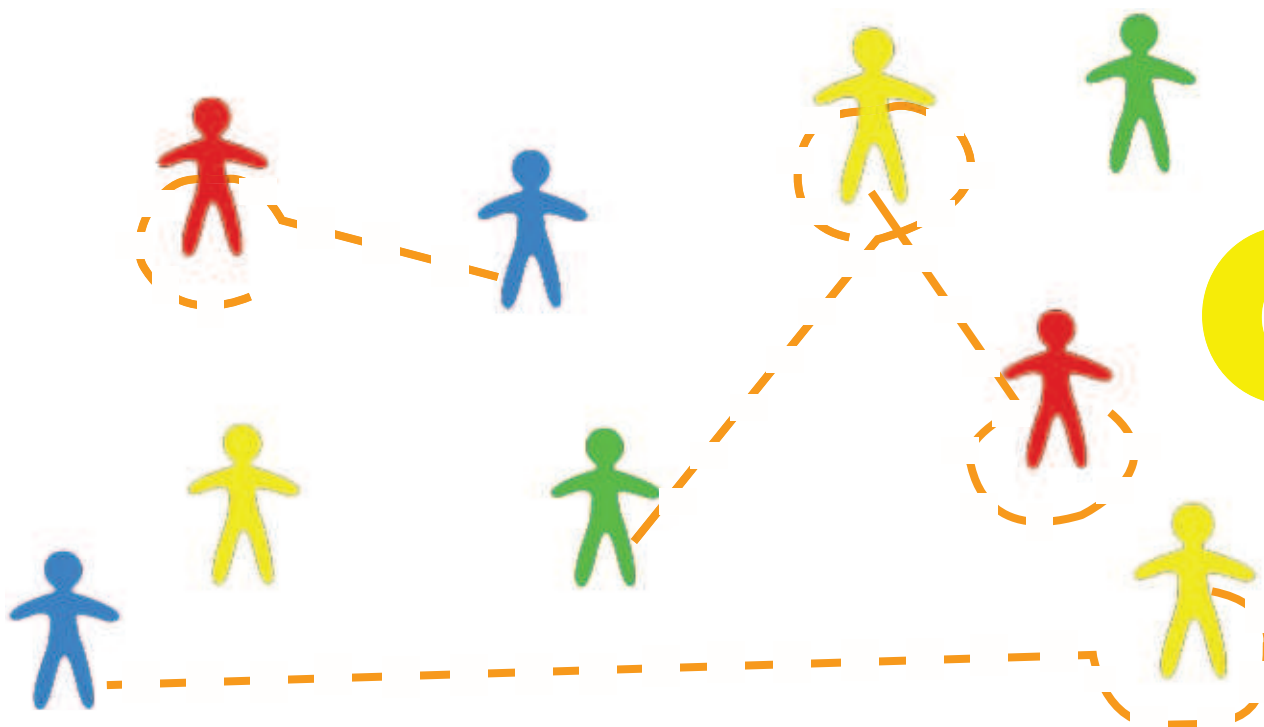
Rondo

cel: zaktywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

czas trwania: ok. 2 minut

przebieg:

Wszyscy stoją w kręgu. Każdy wybiera sobie w myślach jedną osobę z grupy. Na znak prowadzącego(-cej) należy obieć dookoła wybraną osobę i wrócić na swoje miejsce w kręgu. W drugiej rundzie należy wybrać dwie osoby i na znak prowadzącego(-cej) obieć je „ósemką”, a następnie wrócić na swoje miejsce.





Rycerz, smok, staruszka

cel: zaktywizowanie uczestników, współpraca w grupie, wspólne podejmowanie decyzji

czas trwania: ok. 15 minut

przebieg:

Trzy grupy stają naprzeciwko siebie. Każda z grup po cichu ustala, jaką figurę (role) wspólnie przedstawi na znak prowadzącego(-cej).

figury:

rycerz: robi jedną nogą krok do przodu i wyciąga rękę, jakby trzymał w niej miecz i chciał wziąć udział w pojedynku,

smok: otwiera paszczę (ramiona) i wydaje przerażające dźwięki,

staruszka: garbi się i drżącą ręką opiera się na swojej lasce.



40

zasady:

Rycerz pokonuje smoka, smok pokonuje staruszkę, staruszka pokonuje rycerza. Jedna z grup zdobywa punkt. Gra kończy się, kiedy jedna z drużyn osiągnie ustaloną przed rozpoczęciem gry liczbę punktów.

wskazówka:

Na koniec zabawy warto zapytać uczestników o to, w jaki sposób podjęli decyzje o wyborze roli. Czy przyjęli jakąś taktykę gry? Pomoże Wam to zobrazować proces podejmowania decyzji oraz współpracy w grupie.





Sałatka owocowa

cel: zaktywizowanie uczestników, pobudzanie do pracy

czas trwania: ok. 10 minut



przebieg:

Ustawiamy krzesła w kręgu, przodem do środka, krzeseł jest o jedno mniej niż uczestników zabawy. Jeden uczestnik staje w środku kręgu. Każdemu przypisujemy imię – nazwę owocu (powinniśmy użyć co najmniej trzech nazw) typu jabłko, śliwka, gruszka, cytryna, melon itp. Osoba stojąca w środku podaje hasło, że chce zrobić sałatkę owocową z np. jabłek, śliwek i melona lub innej dowolnej kombinacji owoców. Wtedy osoby, które miały przydzielone te nazwy, muszą szybko wstać i zamienić się ze sobą miejscami. Uczestnik stojący w środku stara się zająć sobie jedno ze zwolnionych miejsc. Ten, kto tym razem zostanie pośrodku koła, mówi, z jakich owoców chciałby przygotować sałatkę. I cała sytuacja powtarza się. Osoba w środku może też krzyknąć: „Sałatka owocowa” i wtedy wszyscy obowiązkowo zamieniają się miejscami.



Skojarzenia

cel: zaktywizowanie uczestników, ćwiczenie koncentracji, wprowadzenie do tematyki zajęć

czas trwania: ok. 10 minut

materiały: piłka

przebieg:

Grupa tworzy krąg. Uczestnicy rzucają sobie wzajemnie piłkę. Każdy podaje skojarzenie do poprzedniego słowa wypowiedzianego przez osobę, od której otrzymał piłeczkę.

wariant:

Można podawać wyrazy rozpoczynające się na ostatnią literę poprzedniego słowa, podanego przez osobę, która rzuciła do nas piłeczkę.

42

wskazówka:

Można tę grę wykorzystać do skojarzeń związanych z konkretnym zagadnieniem, które chcecie poruszyć podczas zajęć. Otrzymacie wówczas zbiór skojarzeń, które mogą stworzyć definicję danego zagadnienia.





Szumy na łączach

cel: zaktywizowanie uczestników, wprowadzenie w tematykę komunikacji w grupie

czas trwania: 5 minut

przebieg:

Dzielimy grupę na trzy części: dwie z nich stają naprzeciwko siebie, trzecia – rzędem pomiędzy nimi w środku. Zadanie polega na tym, aby jedna z grup przekazała informację, podaną wcześniej na ucho przez prowadzącego(-cą), grupie drugiej. Z kolei ta grupa z przeciwległej strony stara się przekazać odpowiedź, też wcześniej podaną na ucho przez prowadzącego(-cą), grupie pierwszej. Zadaniem grupy stojącej pomiędzy tymi dwiema grupami jest zagłuszanie przekazywanej informacji, skuteczne przeszkadzanie w porozumieniu się tych dwóch grup.

przykładowe pytania i odpowiedzi:

- „Może następna wymiana?” – „Czemu nie”
- „Co robimy dzisiaj wieczorem po zajęciach?” – „Mamy wieczór narodowy”
- „Czy mamy wszystkie składniki do przygotowania naszych narodowych potraw?” – „Wydaje mi się, że brakuje nam jajek!”

Pod koniec zabawy sprawdzamy, czy uczestnicy z grupy pierwszej i drugiej usłyszeli to, co chciała im przekazać grupa przeciwna.

wskazówka:

Nie zapomnij po zakończonej zabawie przeprowadzić podsumowania gry!

Tratwa

cel: zaktywizowanie uczestników, wzmocnienie współpracy w grupie

czas trwania: 10-15 minut

materiały: koc

przebieg:

Na środku sali leży koc, który symbolizuje tratwę. Uczestnicy zostają zaproszeni w podróż tratwą tzn. wchodzą na tratwę. Zazwyczaj optymalna liczba osób na tratwie to 15-16 osób. Jeśli grupa jest większa, można stworzyć dwie tratwy i całą grę poprowadzić w duchu konkurencji między obiema grupami. Podczas podróży osoby stojące na tratwie mają za zadanie przewrócić koc na drugą stronę. Nie mogą przy tym używać rąk oraz dopuścić do tego, by ktokolwiek spadł z tratwy-koca.

44

wskazówka:

Po zakończonej zabawie podsumuj z uczestnikami tę grę. Zapytaj uczestników, co było dla nich największą trudnością. W jaki sposób dotarli do sposobu, który pozwolił im wygrać tę konkurencję? Pytania te pozwolą Ci zdobyć obraz współpracy w grupie.





Węzeł

cel: zaktywizowanie grupy, wzmocnienie współpracy w grupie

czas trwania: ok. 15 minut

materiały: liny (jedna ok. 8-10 metrów)

przebieg:

Uczestnicy trzymają linę w rękach i nie mogą jej puścić. W zależności od długości liny i liczby uczestników – przy jednej linie staje od 10 do 15 osób. Prowadzący(-ca) zawiązuje na innej linie węzeł i pokazuje go grupie trzymającej linę. Uczestnicy mają za zadanie zawiązać taki sam węzeł na linie, którą trzymają w rękach. Nikt nie może puścić liny w czasie wiązania węzła. Na początek pokazujemy prosty węzeł. Jeśli grupa sobie z nim poradzi, to można wprowadzać kolejne, coraz trudniejsze węzły. Jeśli mamy dwie liny, można wprowadzić element konkurencji i stworzyć dwie grupy, które będą wiązały węzły na czas.

wskazówka:

Po zakończeniu zabawy nie zapomnij podsumować tej gry. Zapytaj uczestników, czy uwidocznił się w grupie jakiś lider – przewodnik. Jak zostały podzielone role? W jaki sposób podzielono obowiązki? Co było najtrudniejsze dla grupy? Co nie sprawiło im trudności?





Węzeł gordyjski

cel: zaktywizowanie uczestników, wzmocnienie współpracy w grupie

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Grupa formuje krąg. Uczestnicy zamykają oczy, wyciągają ręce przed siebie i powoli zbliżają się do środka kręgu, próbując swoją dłonią odnaleźć inne dłonie. Uczestnicy łapią się za ręce, przy czym jedną ręką można złapać tylko jedną rękę innej osoby. Tym samym, każdy uczestnik ma trzymać dwie ręce różnych uczestników. Uwaga! Bardzo ważne jest to, aby łapać dłonie z różnych stron, tak by nie utworzyć par. Prowadzący(-ca) może pomóc znaleźć się ręką, które poszukują jeszcze innych, wolnych dłoni do złapania. Kiedy już każdy uczestnik trzyma dłonie dwóch partnerów, na sygnał osoby prowadzącej wszyscy otwierają oczy i – nie puszczając rąk – starają się rozplątać powstały węzeł. Zadanie jest wykonane, kiedy wszyscy stoją znowu razem w kręgu.

46

wskazówka:

Podobnie jak w zabawie „Węzeł” nie zapomnij podsumować zadania!





Wodzirej

cel: zaktywizowanie uczestników, wzmocnienie koncentracji

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Grupa staje w kręgu. Jedna osoba na chwilę opuszcza koło. W tym czasie grupa wybiera osobę, której ruchy będą wszyscy naśladować. Wybrany wcześniej uczestnik wraca do koła. Jego zadaniem jest odgadnąć, kto podaje ruchy. Mogą to być np. różne kroki tańca, klaskanie itp. Jeśli wybrana osoba odgadnie, to wskazany przez nią uczestnik zajmuje jej miejsce i wychodzi. W tym czasie pozostali wybierają ponownie inną osobę, której ruchy znów będą naśladować.





Wyścig konny

cel: uaktywnienie uczestników

czas trwania: ok. 10 minut

przebieg:

Wszyscy uczestnicy zabawy siedzą na podłodze, na piętach, blisko siebie. Podczas gry grupa uderza dłońmi o swoje uda tak, aby imitować bieg koni. Narrator czyta wcześniej ustaloną historię, związaną z wyścigiem koni, a uczestnicy starają się za pomocą dłoni uderzanych o uda, dźwięków oraz ruchu zaopatrzyć historię w efekty wizualno-dźwiękowe. Poniżej przedstawiamy historię:

48

„Zaczyna się wyścig konny. Wszystkie konie podchodzą do linii startu (uczestnicy powoli uderzają dłońmi w uda), gdy dochodzą do niej, następuje cisza i skupienie. Start! Konie zaczynają galopować (bardzo szybkie uderzenia), wchodzą w zakręt w prawo (wszyscy ramię przy ramieniu przechylają się w prawo), wchodzą w zakręt w lewo (przechyl w lewą stronę), przeskakują przeszkodę (wszyscy się trochę unoszą i podnoszą ręce, krzycząc „Hop”), druga przeszkoda (z okrzykiem „Hop, hop”), konie przebiegają przez most (wszyscy stukają się pięściami w klatkę piersiową). Następnie mijają trybuny, na których siedzą rozentuzjzmowane panie (wszyscy krzyczą wysokim głosem „Oooojjjj”) i zaaferowani panowie (wszyscy wykonują ruch, jakby zdejmowali z głowy kapelusz i mówią basowatym głosem „Wooow”). Konie zbliżają się do mety, przyspieszają i kończą bieg. Szczęśliwi widzowie biją brawo”.



Warto pamiętać:

- Zadbaj o bezpieczeństwo uczestników podczas gry.
- Grę należy dobrać do potrzeb, dynamiki i fazy rozwoju danej grupy.
- Zwróć uwagę, czy wszyscy w grupie będą mogli wziąć udział w grze (np. ze względu na stan zdrowia).
- Wyjaśniając reguły, daj możliwość wycofania się tym, którzy z jakichkolwiek powodów nie mają ochoty wziąć udziału w grze.
- Jeśli język może okazać się barierą, to dobieraj gry opierające się na komunikacji niewerbalnej.
- Warto wcześniej omówić grę w zespole osób, które znają uczestników spotkania, aby nie wprowadzić jakiejś zabawy, która w innych kulturach czy środowiskach może zostać inaczej odebrana.
- Szczególną uwagę zwracaj na wprowadzanie gier, które będą wymagały bliskiego kontaktu fizycznego. Daj uczestnikom możliwość zdecydowania, czy chcą w takiej zabawie brać udział.
- W czasie współpracy z tą samą grupą staraj się nie powtarzać tych samych gier.
- Lepiej skończ zabawę, gdy wszyscy się dobrze bawią i poczują lekki niedosyt z powodu zakończenia.

Gdzie szukać więcej?

W publikacji, którą trzymacie, znaleźliście tylko mały wycinek, subiektywny wybór gier, które możecie wykorzystywać podczas swoich spotkań. Zamieszczamy kilka wskazówek do źródeł, w których możecie znaleźć kolejne propozycje i inspiracje:

- „Animacja językowa“, J. Bojanowska, Berlin 2004
- „Antydyskryminacja. Pakiet Edukacyjny”, (red. meryt.) I. Podsiadło-Dacewicz, Warszawa 2005
- „EuroGames – gry i ćwiczenia”, Aktion West-Ost. Publikacja dostępna na stronie internetowej www.aktion-west-ost.de/
- „Kompas. Edukacja o prawach człowieka w pracy z młodzieżą”, (red.) P. Brander, E. Keen, M.L. Lemineur, Warszawa 2005. Publikacja dostępna na stronie internetowej www.szansa.glogow.org
- Pakiety Edukacyjne T-KITs, Rada Europy i Komisja Europejska. Publikacje dostępne na stronie internetowej www.youth-partnership.net/youth-partnership/publications/T-kits/T_kits
- „Trening twórczości”, E. Nęcka, J. Orzechowski, A. Słabosz, B. Szymura, Gdańsk 2005
- „Udane szkolenie. Przewodnik szkoleń i warsztatów”, Nancy P. Aleksander, Kielce 2008
- „W tej zabawie jest metoda! Podręcznik dla praktyków polsko-niemieckiej wymiany młodzieży. Warsztat Polsko-Niemiecki część 3”, Polsko-Niemiecka Współpraca Młodzieży, Warszawa 2008
- „Zabawy, które łączą. Otwartość i zaufanie w początkowej fazie istnienia grupy”, Klaus W. Vopel, Kielce 2001
- „Zabawy na współpracę”, I. Flemming i J. Fritz, Kielce 1999
- „Zabawy z liną i sznurkiem. Propozycje zabaw dla różnych grup wiekowych”, J. Halbig, Kielce 2007
- „Global Games – 70 Spiele Und Übungen für interkulturelle Begegnungen“, Freiburg 2004
- „Praktische Erlebnispädagogik 2”, A. Reiners, Augsburg 2007





projekty



edukacja międzykulturowa



gry i zabawy



ryzyko w projektach

opracowanie graficzne: Aleksandra Miksiewicz
opracowanie tekstu:
Monika Mrówczyńska, Zespół Akcji 1.

Nakład: 2000
ISBN: 987-83-60058-68-8

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji
Narodowa Agencja Programu „Młodzież w działaniu”
ul. Mokotowska 43, 00-551 Warszawa
Tel.: 022 46-31-323; 022 46-31-000
Faks: 022 46-31-025; 022 46-31-026
młodziej@młodziej.org.pl
www.młodziej.org.pl
www.frse.org.pl

Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

