

www.zabawy.netne.net

Gry i zabawy grupowe

integracyjne, terenowe, taneczne i wiele innych...

Edycja 1.



Witaj !!!

Trzymasz właśnie w ręku papierową wersję strony internetowej www.zabawy.netne.net. Książeczka ta została utworzona z myślą o wszystkich tych, którzy chcą mieć gotowe pomysły na grupowe zabawy zawsze przy sobie. Aktualną wersję w formie do druku zawsze można pobrać ze strony.

Na stronie znajdziesz wiele propozycji zabaw i gier służących grupie. Można je wykorzystywać do integracji zespołu, budowania zaufania, lepszego poznania się, czy może, po prostu, do dobrej zabawy.

Strona ta jest propozycją dla wszystkich mających kontakt z ludźmi. Znajdzie tu coś pedagog pracujący z młodzieżą, druż planujący harcerski obóz, animator przygotowujący pogodny wieczór, menadżer chcący zintegrować swój zespół, ksiądz prowadzący zbiórkę ministrantów lub po prostu ktoś, kto chce zorganizować czas innym osobom.

Większość zabaw pochodzi z osobistego doświadczenia autora w pracy z dziećmi i młodzieżą, ale z powodzeniem może być wykorzystywana również w kontakcie z osobami dorosłymi.

W zamyśle zabawy w każdej kategorii ułożone są od najłatwiejszych i wymagających od uczestników najmniejszego zaangażowania do najtrudniejszych, wymagających dużego zaangażowania i często wzajemnej znajomości członków grupy.

Zapraszam do zabawy!

Wszelkie uwagi dotyczące zabaw i sposobu ich opisywania oraz propozycje nowych będą mile widziane. Piszcie: arkabuzer@gmail.com!

Zapraszam również do wpisywania swoich uwag i spostrzeżeń do Księgi Gości, która znajduje się na stronie.

Natomiast jeśli chcesz być powiadamiany o pojawianiu się na stronie nowych zabaw zapisz się do listy subskrypcyjnej, również dostępnej na stronie.

www.zabawy.netne.net

Zabawy na zapoznanie

Jest to obowiązkowa pozycja na początek jakiegos wyjazdu, na pierwszą lekcję, a może nawet na imprezę, na której nie wszyscy się znają – krótko mówiąc: wszędzie tam, gdzie trzeba ludzi ze sobą zapoznać...

1. Rzucanie czegoś

Potrzebne: coś (ew. kłębek wełny)

Prowadzący mówi jak ma na imię i rzuca coś (może to być maskotka, piłka, rolka papieru toaletowego) do kogoś, mówiąc przy tym imię tej osoby. Kolejna osoba mówi od kogo dostała przedmiot, jak ma na imię i do kogo rzuca. I tak dalej. Można do zabawy dodać również inne informacje, np. wiek, zainteresowania, itp.

Ciekawym wariantem tej zabawy jest rzucanie kłębka wełny tak, że pierwsza osoba trzyma jej koniec, a każda kolejna też łapie wełnę tworząc przy tym swoistą sieć. Zwijając można w ten sam sposób, z tym że, trzeba to robić w dokładnie odwrotnej kolejności, żeby się nie poplątać...

2. Rundka z powtarzaniem

Chyba najprostszy i najbardziej znanym sposobem przedstawiania się jest wymienia- nie swoich imion po kolei i żeby to trochę utrudnić można zrobić to tak, że każda kolejna osoba musi wymienić imię wszystkich osób, które robiły to przed nią. Oczywiście ostatni ma najtrudniej... Można to również zrobić w taki sposób, że każdy przedstawiając się pokaże coś, np. stanie na jednej nodze, zrobi jaskółkę, złapie się za uszy, czy zagra na nosie. Kolejne osoby powtarzają gesty i pokazują swoje.

3. Koc i imiona

Grupę dzielimy na połowy i między nimi dwie osoby rozpościerają koc. Z każdej drużyny do koca zbliża się jedna osoba. Koc opada i kto pierwszy krzyknie imię osoby z drugiej strony wygrywa, a przegrana osoba przechodzi do jego drużyny. Gramy do póki wszyscy będą w jednej drużynie.

4. Zip-Zap

Gra dobra na utrwalenie imion. Wszyscy siedzą w okręgu. Jedna osoba jest w środku i wskazuje na wybraną przez siebie osobę. Jeśli powie „zip” osoba wskazana musi podać imię swojego sąsiada po prawej, jeśli powie „zap” musi podać imię osoby po lewej. Jeśli natomiast osoba w środku powie „zip-zap” osoby po lewej i prawej stronie wskazanej osoby zamieniają się miejscami. Później grę można utrudnić wprowadzając „zip-zip”, lub „zap-zap”, wtedy osoba wskazana musi podać imię osoby siedzącej o dwa miejsca od niej. Jak ktoś się pomyli wchodzi do środka.

5. Rozmowy dookoła koła

Wszyscy ustawiają się parami po okręgu, twarzami do siebie. Prowadzący rzuca jakiś temat rozmowy, np.: moje pierwsze zwierzątko, miłość, polityka zagraniczna Meksy- ku, itp. Osoby rozmawiają ze sobą w parach na ten temat przez np. 2 minuty. Później zewnętrzny okrąg przechodzi o jedną osobę do przodu i rozmawiamy teraz z kimś innym na inny temat. Bardzo ciekawym tematem do rozmowy, w szczególności, jeśli w grupie jest różny poziom znajomości między członkami jest: "Powiedz mi o sobie

coś, czego jeszcze nie wiem".

Zabawy integracyjne

Oczywiście, z gruntu rzeczy, każda zabawa grupowa jest integracyjna...

1. Iskierka

Potrzebne: moneta

Grupę dzielimy na dwie równe drużyny. Osoby w drużynach siedzą na ławce jedna za drugą trzymając się za ręce. Osoby na początkach rzędów siedzą plecami do pozostałych, a twarzą do prowadzącego, który rzuca monetą. Jeśli wypadnie orzeł pierwsze osoby z rzędów puszczają iskierkę, czyli mocniej ściskają trzymaną przez siebie osobę. Iskierka idzie do ostatniej osoby, a ta podnosi rękę. Która drużyna pierwsza to zrobi przesuwają się o jedno miejsce, tzn. osoba, która siedziała na końcu przesiada się na początek i teraz ona patrzy, czy wypadnie orzeł, czy reszka. Jeśli wypadnie reszka a iskierka i tak pójdzie i ostatnia osoba podniesie rękę, drużyna cofa się o jedno miejsce. W tej zabawie nie wolno nic mówić i jedynym sposobem komunikacji drużyny jest właśnie iskierka. Wygrywa drużyna która jako pierwsza przesiądzie się z powrotem do pozycji początkowej po przejściu wszystkich zawodników na początek.

2. Chodzenie po sali

Prowadzący zaprasza wszystkich, żeby chodzili po sali jak kto chce. W dowolnym kierunku, z dowolną szybkością, a następnie wydaje polecenia co zrobić, gdy na naszej drodze spotkamy innego członka grupy: puścić mu oko, przywitać się lewą ręką, pocałować w łokieć, mruknąć jak kot, złapać za kolano, popatrzeć głęboko w oczy, strzelić klapsa, otrzeć się plecami, szczeknąć, złapać za kostkę... Można robić to samo chodząc w tył.

3. Refleks i różne dziwne rzeczy

Wszyscy stoją w kole. Jedna osoba jest w środku koła i wskazuje kogoś mówiąc: TOSTER. Wskazana osoba podskakuje jak gotowa grzanka, a osoby stojące po jej prawej i lewej stronie łapią się za ręce, tak by „grzanka” była w środku. Kto się pomyli wchodzi do środka. Inne dziwne przedmioty (oczywiście można samemu wymyślać najróżniejsze rzeczy):

MIKSER – osoba środkowa podnosi dłonie nad głowy osób po bokach, a te zaczynają się obracać

SŁOŃ – osoba w środku pokazuje trąbę, a osoby po bokach wielkie uszy

MAŁPA – środek drapie się po brzuchu i głowie, a sąsiedzi laskoczą go po bokach

SUPERMEN – środek prezentuje mięśnie, a boki wskazują na niego z podziwem

4. Sałatka owocowa

Każdy siedzi na swoim krześle. Krzesła ustawione są w okrąg. Odliczamy do 4. I teraz : 1 to banan, 2 to jabłko, 3 to kiwi, 4 to gruszka. Jedna osoba stoi w środku, dla niej brakuje krzesła, dlatego wymienia nazwę jakiegoś owocu. Każda osoba, która usłyszy swój owoc, musi zmienić miejsce. Wtedy osoba będąca w środku zajmuje jak najszybciej wolne miejsce, a osoba, która teraz została bez miejsca, wymienia nazwę

innego owocu. Można wymieniać więcej niż jedną nazwę, albo po prostu krzyknąć: SAŁATKA OWOCOWA. Wtedy każdy musi zmienić miejsce.

W tą zabawę można bawić się również w taki sposób, że osoba w środku koła mówi jakąś właściwość (cechę), a osoby które się nią charakteryzują zamieniają się miejscami, np. "zamieniają się miejscami wszyscy ci, którzy mają jasne skarpetki, mają blond włosy, są wyżsi niż 1,7 m..."

5. Zamiana miejscami

Potrzebne: szalik

Każdy otrzymuje numerkę (np. poprzez komendę „kolejno odlicz”). Wszyscy siedzą na krzesłach i jak zwykle dla jednej osoby brakuje miejsca. I żeby tego było mało, ma ona jeszcze zawiązane oczy. Żeby uwolnić się z tego położenia wymienia dwa numerki, a szczęśliwi posiadacze tych numerków muszą się zamienić miejscami. Teraz wystarczy już tylko kogoś złapać...

6. Przesiadka po okręgu

Potrzebne: ew. karty do gry

Wszyscy siedzą na krzesłach ustawionych w okrąg. Każdemu dają się jedną kartę. Następnie prowadzący losuje kartę z talii i wszystkie osoby, które mają kartę w tym samym kolorze przesiadają się o jedno miejsce w prawo, nawet jeśli ktoś tam siedzi (wtedy trzeba sięść na kolanach). Przesiadać się mogą tylko osoby, na których nikt nie siedzi. Nie ma ograniczeń co do liczby osób siedzących sobie na kolanach. Wygrywa ten, kto pierwszy wróci na swoje miejsce po obejściu całego koła.

Innym wariantem tej zabawy może być również wybieranie osób, które mogą się przesiąść, przez prowadzącego, np. przesiada się ten kto ma białe skarpetki, ten kto ma powyżej 1,8 m wzrostu, tylko kobiety, osoby o jasnych włosach itp.

7. Magiczna podróż

Chodzimy po sali jak kto chce (lub gęsiego, za jedną osobą). Prowadzący mówi, że oto znajdujemy się w górach i wieje straszny wiatr, przedzieramy się przez krzaki, idziemy po śniegu, po piasku, w błocie, z kelnerską tacą na statku, przechodzimy przez rzekę, gdzie jest coraz głębiej i głębiej, a potem znów coraz płycej i płycej, w czasie marszu łapiemy jaszczurki, łapiemy motyle, zamieniamy się nagle w pieski i idziemy na czworaka, idziemy po rozgrzanym asfalcie, jesteśmy smutni i przygnębieni, ale zaraz radośni i pełni entuzjazmu, skaczemy przez strumyk po kamieniach, każdy idzie w jak najgłupszy sposób, aż wreszcie dochodzimy do polany, gdzie można się położyć, odpocząć, spojrzeć w chmury... po to, żeby znów ruszyć w drogę.

Oczywiście najlepiej ułożyć naszą wędrowkę, w taki sposób, by opowiadanie miało jakiś sens. Dobrą radą jest również to, żeby zaczynać od rzeczy najmniej angażujących, a kończyć na tych najdziwniejszych (np. zamianie w pieski).

8. Węzeł gordyjski

Wszyscy stają w kole, zamykają oczy, podnoszą ręce do góry i ruszają (nie szybko!!!) w stronę środka koła. Tam każdy łapie w górze dwie ręce innych osób i wszyscy otwierają oczy. I teraz już najprostsze: należy z powrotem ustawić się w kole, nie puszczając oczywiście rąk!

9. Byczek

Potrzebne: ew. jakaś maskotka

Jest to fajna zabawa, dla osób które się już trochę znają. Prowadzący mówi, że ma w rękę byczka (może to być jakaś maskotka, wtedy może powiedzieć, że trzyma np. misia albo lalkę, ale może to być również wymaginowany byczek). Następnie mówi, że bardzo lubi byczka i że całuje byczka w czoło. Prosi, żeby kolejne osoby też pocałowały byczka w jakąś część ciała. Kiedy byczek wróci z powrotem do prowadzącego, ten mówi, że byczek, to była tylko taka przykrywka i że teraz trzeba pocałować osobę, której wcześniej podało się byczka w tą samą część ciała, w którą całowało się jego i całuje osobę siedzącą obok w czoło. I tak po kolei...

10. Masaż grupowy

Ma to coś wspólnego z surykatkowym iskaniem. Wszyscy stają po okręgu plecami do siebie i zaczynają się nawzajem masować. Można wybrać jedną osobę, która będzie wydawała komendy co teraz robimy, np: stukamy palcami, dmuchamy sobie w uszy, uderzamy pięściami, ruchem okrężnym gładzimy plecy, szczypimy w kark, łaskoczmy w szyję, uderzamy kantem dłoni, robimy fale otwartą dłonią z góry na dół na kręgosłupie, itp.

Zabawy na budowanie zaufania

Oczywiście każda zabawa, która integruje, sprzyja lepszemu poznaniu i budowaniu wzajemnego zaufania. Poniżej kilka propozycji zabaw, które za pomocą których możemy robić to bardzo dosłownie.

1. Prowadzenie niewidomego

Ćwiczenie wykonujemy w parach. Jedna osoba ma związane oczy, a druga ją oprowadza i pokazuje świat. Można również drugiej osobie związać ręce i kazać parze wykonywać jakieś zadania, np. narysowanie czegoś, napisanie listu, ułożenie puzzli, itp. Później zmiana.

2. Lokomotywy

Ćwiczenie w trójkach. Osoby stoją jedna za drugą, trzymając ręce na ramionach osoby z przodu. Dwie pierwsze osoby mają zamknięte oczy, a trzecia – maszynista – za pomocą umówionego przez trójkę systemu znaków (bez używania słów, np. poklepywanie po plecach) prowadzi całą lokomotywę. Uwaga na inne lokomotywy! Po paru minutach zmiana maszynisty.

3. Kołysanie

Potrzebne: ew. koc

Grupa staje w dwóch rzędach naprzeciwko siebie, łapiąc się za ręce, tak, żeby stworzyć coś na rodzaj kołyski. Następnie każda osoba z grupy po kolei kładzie się na kołysce i jest kołysana przez resztę. Można też kołysać na kocu. Osoba kołysana koniecznie musi zamknąć oczy.

4. Skok w ciemno

Oczywiście klasycznym ćwiczeniem na budowanie zaufania jest swobodne opadanie z pozycji stojącej podczas, gdy reszta grupy łapie. Można to robić w tył, do przodu, w bok, a nawet z podwyższenia. Ciekawym wariantem tego ćwiczenia jest również to, kiedy grupa ustawi się jak do poprzedniego ćwiczenia (jak do kołyski), a osoby kolejno wskazują z rozbiegu na tą kołyskę, a następnie są przetransportowywane za pomocą przerzucania na sam koniec rzędu.

5. Kołysanie na stojąco

Stajemy w małym okręgu okręgu (najlepiej ok. 6-8 osób, jeśli grupa jest większa zrobmy parę okręgów), twarzami do środka, bardzo blisko siebie – ramię przy ramieniu. Jedna osoba wchodzi do środka, zamyka oczy i zaczyna się swobodnie kołysać na różne strony, stopy mając jednocześnie cały czas w jednym miejscu. Osoby stojące po okręgu nie pozwalają się jej przewrócić, ale delikatnie ją odpychają.

6. Kołysanie głowy

Kolejne ćwiczenie w parach. Jedna osoba leży, a druga klęczy za nią i delikatnie kołysze jej tylko głowę. Osoba leżąca musi na tyle zaufać partnerowi, żeby całkowicie rozluźnić mięśnie szyi i zamknąć oczy. Po paru minutach zmiana.

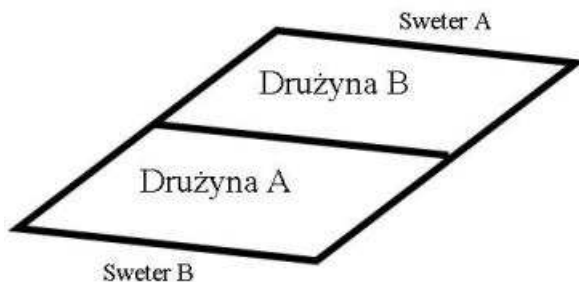
Zabawy ruchowe

Poniżej kilka propozycji zabaw, przy których trzeba będzie spalić trochę kalorii. Tutaj naprawdę można się zmęczyć...

1. Sweter

Potrzebne: dwa swetry

Do gry potrzebne będą dwie równoosobowe drużyny, dwa swetry i boisko (wielkość zależy od liczby uczestników). Swetry kładziemy w miejscach oznaczonych x. Zadaniem każdej z drużyn jest dostać się do swojego swetra i (ewentualnie) przynieść go z powrotem na swoją połowę. Nikomu nie wolno przekraczać linii bocznej dlatego zawodnicy będą musieli przedzierać się przez połowy drużyn przeciwnych, na których, jeśli zostaną dotknięci, pozostać muszą bez ruchu, do póki nie uratuje ich ktoś z własnej drużyny. Wesołej zabawy!



2. Dwa ognie

Potrzebne: piłka (najlepiej do siatkówki)

Zabawa stara jak świat. Boisko takie same jak w zabawie poprzedniej. Na miejscach swetrów miejsca zajmują kapitanowie drużyn (matki). Drużyny mają za zadanie zbijać swoich przeciwników (matki również). Jeśli rzucona przez przeciwnika piłka kogoś dotknie i spadnie na ziemię, ten ktoś odpada z gry i tak do momentu, aż do momentu kiedy zostanie wybita cała drużyna, wtedy na pole drużyny gry wchodzi matka, która ma trzy „życia”. Można również grać na punkty, wtedy zawodnicy nie odpadają z gry, ale za każde zabicie jest punkt.

3. Na trzeciego

Wszyscy siedzą parami (jeden za drugim) po okręgu, twarzami do środka. Dwie osoby nie siedzą. Jedna z nich goni drugą i jak ją złapie to się zamieniają, goniący ucieka, a uciekający goni. Osoba uciekająca może się przed którąś z par i wtedy osoba, która jest z tyłu pary staje się uciekającą.

4. Zamki i królowny

Wszyscy uczestnicy stają po okręgu i tworzą zamki z królownymi, czyli dwie osoby łapią się za obie ręce, a trzecia wchodzi w środek. Jedna osoba nie jest zamkiem, ani królowną. Ta osoba krzyczy „królowna” wtedy wszystkie królowny (czyli osoby stojące między dwoma innymi osobami) muszą zamienić się miejscami, a osoba krzycząca też próbuje stać się królowną. Dla kogo nie starczy miejsca w zamkach może teraz krzyknąć „zamki”, wtedy wszystkie trzymające się za ręce osoby się zamieniają. Można również wprowadzić ogólne zamieszanie i zmusić wszystkich do zmiany, wystarczy tylko krzyknąć „trzęsienie ziemi”...

5. Trzy piłki

Potrzebne: trzy piłki (albo może lepiej poduszki)

Dzielimy salę (najlepiej gimnastyczną) na dwie połowy. Na każdej połowie jest jedna drużyna. Zadanie polega na tym, żeby przerzucić naraz trzy piłki (poduszki) na połowę przeciwnej drużyny. Zabawa gwarantowana, a jak pójdzie za łatwo to można dać czwartą piłkę.

Zabawy terenowe

Gdy mamy do dyspozycji większe terytorium...

1. Komandosi

Potrzebne: latarka dla każdego, dwa sztandary (mogą być ręczniki)

W lesie w odległości 500 - 600 m od siebie znajdują się dwa nieprzyjacielskie obozy. W każdym obozie przechowywany jest sztandar zawieszony w widocznym miejscu. Posterunki wartownicze są rozstawione w odległości co najmniej 50 m od sztandaru. W chwili rozpoczęcia gry z każdego obozu udają się zwiadowcy do obozu przeciwnika w celu zdobycia sztandaru. Wartownicy i zwiadowcy mogą wyeliminować członków obozu przeciwnego poprzez dotknięcie lub oświetlenie latarką. W każdym przypadku zabijanego należy poinformować krótką frazą: „Nie żyjesz”. Zabici udają się

na miejsce zbiórki, gdzie znajduje się czuwający nad całością gry sędzia. Zawiadowcy, którym udało się wejść na teren obozu przeciwnika, zabierają sztandar i próbują go przenieść na teren własnego obozu. W razie, gdy zostaną schwytani muszą oddać sztandar, a wartownicy odnoszą go na miejsce. Zwycięża zespół, który w swojej bazie posiada dwa sztandary. W grę tą najlepiej grać o zmroku lub w nocy. Przyjemnej zabawy!

2. Podchody

Potrzebne: papier i przybory do pisania, ew. kreda

Klasyka przedmiotu. W grze biorą udział dwie drużyny. Jedna ucieka, a druga ją goni. Ta pierwsza wychodzi około pół godziny wcześniej niż druga i po drodze zostawia przeróżne znaki i ślady dla drugiej drużyny. Może również zostawiać zadania do wykonania. Zabawę najlepiej skończyć zasadzką drużyny uciekającej zastawioną na drużynę na goniącą.



Znaki Templariuszy



3. Jak sardynki

Na wyznaczonym terenie chowa się jedna osoba. Jak ktoś ją znajdzie chowa się razem z nią. Mogą zmienić miejsce swojego ukrycia, ale zawsze muszą być razem. I tak dalej, aż zostanie tylko jedna szukająca osoba...

4. Świetliki

Potrzebne: kilka latarek w nocy lub dzwoneczków w dzień

Gra odbywa się po zmroku na wyraźnie ograniczonym terenie, którego nie można opuszczać w czasie gry. Kilka osób z grupy zostaje świetlikami i dostają oni latarki (można również grać w dzień, wtedy dostają dzwoneczki) i próbują się ukryć na tym terenie, co 30 sekund muszą jednak mrugnąć latarką. Reszta grupy ma za zadanie ich

złapać. Dla mniejszych dzieci można zorganizować przejście przez las tym sposobem. Rozstawia się wtedy opiekunów wzdłuż jakiejś leśnej drogi i co jakiś czas mają oni za zadanie mrugać latarkami, a uczestnicy zabawy podążają śladem mrugającego światła...

Zabawy teatralne

Teatr to bardzo fajna sprawa, a przy tym niezła zabawa. Poniższe zabawy aktorskie można również z powodzeniem wykorzystywać jako trening dla trupy teatralnej...

1. Teatr improwizacji I

Na scenę wchodzi dwie osoby z grupy (lub więcej). Zaczynają grać jakąś scenkę, np. zakup marchewki w warzywniaku. Nagle prowadzący mówi "stop" i aktorzy zamierają w bezruchu. Teraz kolejna osoba wchodzi na miejsce jednego z aktorów i musi przyjąć jego postawę ciała. Na słowo "start" osoba ta zaczyna grać jakąś inną scenkę, z tym, że musi wyjść od postawy ciała (gestu, mimiki), w którym się znajdowała poprzednia osoba. Drugi aktor (ten, który cały czas był na scenie) podejmuje nowy wątek.

2. Teatr improwizacji II

Na scenę wchodzi dwie osoby z grupy. Zaczynają coś grać. Po chwili, na komendę prowadzącego na scenę wchodzi kolejna osoba i musi wejść w sytuację, ale może ją zmienić w czasie gry. I tak, aż wszyscy będą na scenie...

3. Teatr improwizacji III

Najtrudniejsza wersja. Wszyscy piszą na małych karteczkach jakieś zdania lub słowa, np. "Goździkowa kupiła kartofle", "pada deszcz", "dżdżownica", itp. Kartki rozsypujemy na stole, który stoi na scenie lub po prostu na scenie. Dwóch aktorów zaczyna grać jakąś sytuację, po chwili jeden z nich podnosi kartkę i wplata to, co jest tam napisane w graną sytuację, a potem robi to kolejny i tak dalej...

Zabawy taneczne

Zabawy taneczne (lub jak kto woli tańce integracyjne) to dobra propozycja, żeby się trochę poruszać, a przy tym świetnie bawić...

1. Taniec przysiadany

Potrzebne: szybka muzyka

Wszystkie osoby stoją na okręgu, w którego środku stoi okrąg z krzesel skierowanych oparciami do środka. Krzesel jest o jedno mniej niż osób. Gra muzyka, a wszyscy tańczą chodząc wokół tych krzesel. Muzyka nagle się urywa, a każdy ma za zadanie sięść na krzesło, kto nie zdąży odpada. Zabiera się wtedy jedno krzesło i zabawa trwa dalej, aż do momentu, kiedy zostanie jedna osoba.

W tą zabawę można się bawić również parami, wtedy chłopak siada na krzesło, a dziewczyna na jego kolanach.

2. Taniec belgijski

Wszyscy stają w parach po okręgu. Panowie za zewnątrz, panie w środku. Zaczynamy od czterech skocznych kroków do przodu, następnie wszyscy obracają się o 180 stopni (panowie przez lewe ramię, panie przez prawe), cztery kroki w tył, cztery kroki w przód i znów obrót i 4 kroki w tył. Następnie przyskakujemy do siebie i od siebie, zmiana miejsc w parze (pani przechodzi przed partnerem), znów przyskakujemy do siebie i od siebie i znów panie przechodzą na swoją stronę, z tym, że o jedną parę do przodu. I znów to samo, tylko z inną partnerką. Polecana muzyka to piosenka belgijskiego zespołu Laïs - 't Smidje, albo Czerwonych Gitar – Takie ładne oczy.

Zabawy weselne

Zabawy weselne, to nie tylko propozycja na uroczystości związane z ożenkiem, czy jak kto woli zamążpójściem, ale również ciekawy pomysł na wspólną zabawę np. w trakcie dyskoteki. Chociaż może ktoś skorzysta z nich również przy prowadzeniu oczepin...

1. Banany i balony

Potrzebne: banany i balony, sznurek

Kilku osobom przywiązuję się banana na sznurku za tylną szlufkę przy spodniach, tak, żeby wisiał on na wysokości kolan. Teraz wystarczy tylko przeprowadzić balon przez sale, w tą i z powrotem okrążając krzesło. Nic prostszego, jeśli weźmie się pod uwagę, że balon można dotykać tylko zwisającym bananem.

2. Karetą

Potrzebne: 9 krzesel

Bardzo popularna zabawa. Ustawiamy 9 krzesel na kształt karety (4 koła, 2 konie, woźnica, król i królowa). Następnie prowadzący czyta opowiadanie i jeśli padnie słowo opisujące jakąś część lub osobę z karety (lub całą karetę), osoba (osoby) ją reprezentująca musi obieć swoje krzesło. Jeśli tego nie zrobi, wypija kieliszek wódki (lub daje fanta). Opowiadanie może mieć na przykład taką treść:

*Pewnego słonecznego ranka **król i królowa**, wyruszyli ze swojego zamku, zaprzęzoną w dwa **konie karety** do sąsiedniego miasta. **Kareta** przyozdobiona była kwiatami, a prowadził ją **oddany woźnica** Jędrzek. **Woźnica** wczoraj trochę przebalował i był nieco zmęczony. W czasie drogi **koła** ugrzęzły w gęstym błocie, tak, że **konie** nie były w stanie iść dalej, wtedy **woźnica** spostrzegł, że **lewe przednie koło**, głębiej zapadło się w błoto niż **koło prawe przednie**, ale za to **tylnie koła**, w ogóle nie były w błocie. **Król** ponaglił **woźnicę** i uśmiechnął się do **królowej**. **Woźnica** wskoczył na **karetę**, strzelił z bata na **konie**, i **kareta** ruszyła.*

Najlepiej jak na króla i królową wybierzemy parę młodą, a woźnicą zostanie starszy.

3. Taniec z balonami

Potrzebne: baloniki, kawałki sznurka

Tańczymy w parach. Każda osoba ma do kostki przywiązany nadmuchany balon. W czasie zabawy trzeba przebić jak najwięcej balonów pozostałych par pilnując przy

tym, by własne baloniki pozostały nietknięte. Para, która straci swoje dwa baloniki odchodzi. Wygrywa para, która jako ostatnia pozostanie na parkiecie nawet z jednym balonem.

Na stronie wkrótce więcej...

Zabawy andrzejkowe

Już wkrótce się pojawią ...

Inne zabawy

Żeby się po prostu pobawić... i może potrenować trochę umysł...

1. Morderca

Wszyscy siedzą w kole, tak żeby nawzajem widzieć swoje oczy. Za pomocą losowania karteczek, kart albo inną metodą (np. prowadzący dotyka kogoś, gdy wszyscy mają zamknięte oczy) wybiera się mordercę (albo paru w zależności od wielkości grupy). Morderca ma za zadanie eliminować graczy za pomocą mrugnięcia jednym okiem – jeśli mrugnie on do kogoś jednym okiem, to znaczy, że kogoś zabił – zabita osoba musi wtedy głośno powiedzieć, że jest zabita i np. cofnąć swoje krzesło lub odejść z kręgu. Jeśli ktoś zauważy mordercę zabijającego kogoś (mrugającego okiem) mówi to na głos. Jeśli ma rację, morderca odpada, jeśli nie ma racji on sam odpada. Gramy do póki zostaną wykryci wszyscy mordercy lub wszyscy niemordercy zostaną zabici.

2. Pif-paf

Potrzebne: papier, długopis

Jest to bardzo fajna gra na jakiś kilkudniowy (lub dłuższy) wyjazd. Na początku wyjazdu zapisujemy wszystkie imiona (i nazwiska, jeśli imiona się powtarzają) na oddzielnych karteczkach. Następnie między wszystkich losujemy te karteczki. Zadanie polega na tym, żeby na osobności, kiedy nikt inny nie będzie widział, powiedzieć do osoby, której imię ma się na wylosowanej karteczce, "pif-paf". Jeśli to się uda zabiera się karteczkę od tej osoby i poluje się teraz na osobę, której imię jest na zdobytej karteczce. Jeśli natomiast ktoś trzeci to zauważy lub usłyszy, osoba, która wypowiedziała "pif-paf" musi oddać mu swoją karteczkę, a osoba do której powiedziane było "pif-paf" zachowuje swoją karteczkę. Gra toczy się do póki jedna osoba zbierze wszystkie karteczki.

3. Parlament

Potrzebne: papier, długopis

Ta gra to dobry trening dla pamięci krótkotrwałej. Wszyscy siadają na krzesłach po okręgu. Trzy (może cztery, w zależności od liczby osób) miejsca to parlament. Oddziela się je od pozostałych, np. cofając je lekko. Jedno krzesło zostaje wolne. Grupę dzielimy na dwie drużyny. Osoby muszą koniecznie pamiętać, kto jest w której dru-

zynie. Każdy na karteczce pisze swoje imię i losowo zamienia się karteczki. Osoba, która ma po swojej prawej wolne krzesło mówi jakieś imię (oczywiście z osób bawiących się), ale nie to które ma napisane na karteczce (może powiedzieć swoje). Teraz ten, kto ma karteczkę z wypowiedzianym imieniem przesiada się na to wolne miejsce i te dwie osoby (ta, która mówiła imię i ta która się przesiadała) wymieniają się karteczkami. Teraz inne miejsce jest wolne i znowu osoba, która ma je po prawej mówi jakieś imię. Gra polega na tym, żeby obsadzić członkami swojej drużyny wszystkie miejsca w parlamencie, co wcale nie jest takie proste...

4. Mafia

Potrzebne: karty do gry, ew. świeczki, opaski na oczy, rekwizyty dodatkowe

Klasyka gatunku. Oryginalne zasady tej gry zostały opracowane przez Dmitrija Dawidowa w 1986 na Wydziale Psychologii Uniwersytetu Moskiewskiego. Fama niesie (czyt. "w internecie piszą"), że była ona wykorzystywana w ZSSR do szkolenia szpiegów i dyplomatów. Obecnie gra ma bardzo dużo wariantów, a tu zostanie przedstawiony jeden z prostszych.

Gra toczy się w małym miasteczku, gdzie codziennie zbiera się rada miasta, by obradować nad bieżącymi problemami. Ostatnio w mieście pojawił się bardzo duży problem, ponieważ zaczęła działać w nim mafia. Przed rozpoczęciem gry wybiera się (za pomocą losowania kart, tak, żeby gracze nawzajem nie znali swoich ról – kart nie można pokazywać w czasie gry) przedstawicieli mafii (powinno ich być około trzy razy mniej niż wszystkich graczy). Mistrz gry (może nim być pierwsza zabita osoba) zapowiada, że zapada noc. Wszyscy zamykają oczy i budzi się mafia. Mafia poznaje się nawzajem i może kogoś zabić – przez nieme wskazanie głową lub ręką (w zależności od przyjętych zasad w pierwszą noc mafia może również nie zabijać). Następnego ranka budzi się miasto i zaczyna obrady, dotyczące tego, kto jest w mafii i kogo trzeba stracić. Miasto w ciągu jednego dnia zabija jedną osobę (drogą głosowania). Osoby, które zostały zabite przez (mafię lub przez radę miasta) odchodzą z kręgu. Lepiej jest również, żeby nie pokazywały swoich kart (choć można się oczywiście umówić, że pokazują). Gra polega na wyeliminowaniu wszystkich członków mafii lub zabiciu wszystkich uczciwych obywateli miasta.

Do gry można wprowadzić również dodatkowe role. Do najpopularniejszych należy inspektor Cattani, który każdej nocy dowiaduje się od Mistrza Gry roli jednego z graczy. Może on się ujawnić w czasie obrad rady miasta (choć równie dobrze ktoś może się pod niego podszywać). Istnieje również wiele innych ról i udoskonaleń gry (np. zapalone świeczki przed żyjącymi). Zainteresowanych odsyłamy do Wikipedii.

Pląsy

Niewiadomo do czego to może służyć... ale fajna przy tym zabawa.

1. Dingo

Wszyscy stają parami, jedna za drugą, po okręgu. Zaczyna się śpiew: „Raz mały pies pod budą spał, a on się Dingo zwał, HEJ!”. Wszyscy idą w rytm piosenki, a na hej, podskakują. Tak dwa lub trzy razy. Potem, w parach stajemy twarzami do siebie i zaczynamy literowanie imienia psa [di] – [aj] – [en] – [dzi] – [o] . Na każdą literkę

klaszczyemy sobie w dłonie i osoby z zewnętrznego kręgu przesuują się o jedną osobę do przodu. Na ostatnią literę [o] ściskamy się z osobą, która akurat jest przed nami, teraz ona jest z nami w parze. Znowu zaczynamy śpiewać „Raz mały pies pod budą spał...” i tak aż osoby z zewnętrznego kręgu wrócą do swoich początkowych partnerów, albo i dalej, jak zabawa się spodoba...

Skecze ogniskowe

Kilka propozycji ożywienia np. ogniska. Uwaga, niektóre skecze trzeba pokazywać na osobach, które znają się na żartach...

1. „Matko umieram”

Stoi matka. Wbiega syn i krzyczy „Matko, umieram!”. Matka odpowiada: „Synu nie umieraj, lekarza”. Syn pada i wchodzi lekarz, który mówi: „Nic tu po mnie, księdza”. Wchodzi ksiądz: „Nic po mnie grabarza”. Wchodzi grabarz i mierzy ciało syna. Nagle wpada reżyser i mówi, że tak tego się nie gra, że tak to się grało 20 lat temu, a teraz to trzeba inaczej, np. w stylu operowym, hip-hopowym, dzikiego zachodu, strasznie śmiesznie, bardzo powoli, po wojskowemu... A może ktoś z publiczności ma pomysł jak to się powinno grać...

2. Żyrafa

Potrzebne: koc, miotła, butelka wody

Wchodzi żyrafa (dwóch ludzi pod kocem, z wystającą miotłą z przodu). Treser objaśnia, że odwiedziło nas objazdowe zoo i właśnie chce pokazać kilka sztuczek z żyrafą. Prosi kogoś do pomocy. Trener prosi, żeby osoba chętna z publiczności położyła się na ziemi, a żyrafa wykonuje sztuczki: np. podnosi nogę nad głową ochotnika, chodzi do tyłu itp. W pewnym momencie żyrafa jednak nie wytrzymała i zrobiła sikę na leżącą osobę (tylna osoba w żyrafie wylewa wodę z butelki, ale nie za dużo...)

3. Magiczna maszyna

Potrzebne: koc, miska z wodą, buty i inne przedmioty po kilka sztuk

Dwie osoby trzymają koc, za którym jest niewidoczna trzecia. Konferansjer mówi, że to urządzenie to magiczna maszyna, która wyrzuca więcej niż się do niej wrzuci. Prosi kogoś z publiczności, żeby pomógł ją przetestować. Tester, więc wrzuca tam buta. Osoba za koca wyrzuca kilka butów, podobnie np. z rolkami papieru toaletowego, patyczkami itp. W końcu konferansjer prosi, żeby tam spluć. Tester pluje. Koc opada na ziemię, a za niego wylatuje wiaderko wody, wprost na niego.

4. Speaker radiowy

Potrzebne: gazeta lub fragment jakiegoś tekstu

Taki speaker powinien umieć naśladować wiele osób, musi, więc przeczytać fragment z gazety jak: bajkę, wyznanie miłości, nudny wykład, kazanie, małe dziecko, obcokrajowiec...

5. Magiczne ognisko

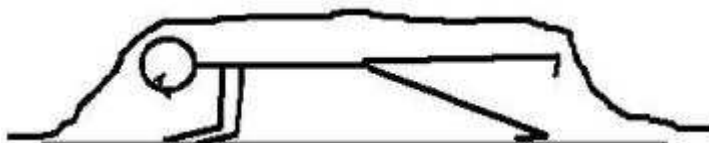
Jest pewien sposób na podkoloryzowanie koloru płonienia ogniska. Wystarczy wrzu-

cię tam trochę substancji chemicznych: płomień żółty – sól [NaCl], zielony – azotan baru [Ba(NO₃)₂] lub kwas borowy [H₃BO₃], czerwony – azotan litu [LiNO₃], fioletowy – chlorek potasu [KCl]. Można również spowodować mały wybuch energicznie wrzucając do ogniska garść mąki.

6. Lewitacja

Potrzebne: duży koc lub plandeka, ławka

Wielki nas zaszczyt dziś spotkał, bo nawiedził nas znakomity mag i chciałby zdemontrować sztukę lewitacji. Prosi jednego ochotnika z publiczności. Oczywiście chętnych jest wiele, ale on wybiera osobę wcześniej umówioną i każe się jej położyć na ławce, koniecznie na plecach. Następnie mag (najlepiej wraz z pomocnikiem) nakrywają ochotnika plandeką, a ten w tym czasie obraca się na brzuch i ręce bierze pod siebie, tak by mógł się na nich i podnieść. Mag, lekko dotyka pleców ochotnika, a ten zaczyna lewitować (patrz rysunek). W górę i w dół. Następnie mag zdejmuje plandekę, ale w taki sposób, by ochotnik znów mógł obrócić się na plecy. Sztuczka efektowna, ale trzeba ją przećwiczyć.



7. Mąką w twarz

Wodzirej zaprasza do rywalizacji o sto złotych dwie chętne osoby. Na środku, na krześle kładzie banknot. Osobom zawiązuje się oczy i kucają one na przeciwko siebie, mając krzesło między sobą. Wodzirej tłumaczy, że ich zadaniem jest przedmuchanie banknotu na stronę przeciwnika, a w tym czasie ktoś podmienia banknot na talerz z mąką. I teraz wystarczy już tylko powiedzieć: trzy, cztery, start!

Miłej zabawy!!!

Po kolejne zabawy zajrzyj na:
www.zabawy.netne.net

N O T A T K I

N O T A T K I