

nie wrzucając do ogniska garść mąki.

### Lewitacja

**Niezbędne:** duży koc lub plandeka, ławka

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Wielki nas zaszczyt dziś spotkał, bo nawiedził nas znakomity mag i chciałby zademonstrować 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.

# www.gryizabawy.eu

**Wasze komentarze i oceny gier i zabaw!**

**Dodawanie własnych zabaw!**

**Porady jak prowadzić zabawy!**

## ZAPRASZAMY !!!

# Gry i zabawy grupowe

dla dzieci, młodzieży i dorosłych

www.gryizabawy.eu

Edycja 8.



## Witaj !!!

Trzymasz właśnie w ręku książeczkę z grami i zabawami zebranymi na stronie www.gryizabawy.eu. Na tej 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 organizujący czas dla dzieci lub młodzieży, druh 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. Może to również być świetny pomysł na imprezy integracyjne dla firm lub na urodziny. Gry i zabawy z powodzeniem można wykorzystywać także do tzw. team building, czyli do budowania zespołu, np. w czasie wyjazdów motywacyjnych.

Większość zabaw i gier 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 gry i 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.

Wszystkie gry i zabawy opisane są w podobny sposób, zanim zaczniesz je przeglądać zachęcam do zapoznania się z Sposobem opisu gier i zabaw.

Wszelkie uwagi dotyczące gier i zabaw i sposobu ich opisywania oraz propozycje nowych będą mile widziane. Zapraszam do kontaktu za pomocą strony. Jeśli chcesz być powiadamiany o pojawianiu się na stronie nowych zabaw i gier zapisz się do listy subskrypcyjnej dostępnej na stronie lub dołącz do naszych fanów na Facebook-u.

Na stronie poza zebranymi w tej książeczce zabawami znajdziesz również garść porad jak organizować wyjazdy integracyjne, jak dobierać zabawy dla najmłodszych, np. w czasie urodzin oraz jak za pomocą gier i zabawy budować zespół. Znajdziesz także kolekcję zagadek oraz szyfrów.

www.gryizabawy.eu

## Spis treści

Sposób opisu gier i zabaw	3
Gry i zabawy na zapoznanie - lodołamacze	4
Gry i zabawy integracyjne	6
Gry i zabawy na budowanie zaufania	11
Gry i zabawy na budowanie zespołu – team building	14
Gry i zabawy ruchowe	17
Gry i zabawy terenowe – skautowe – harcerskie	23
Gry i zabawy teatralne	26
Gry i zabawy taneczne	29
Gry i zabawy językowe – animacje językowe	30
Gry i zabawy dziecięce - przedszkolne	32
Gry i zabawy weselne	36
Inne gry i zabawy	38
Pląsy	40
Skecze ogniskowe	42

**Milej zabawy!**

**www.gryizabawy.eu**

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 głowę ochotnika, chodzi do tyłu itp. W pewnym momencie żyrafa jednak nie wytrzymała i zrobiła siku na leżącą osobę (tylna osoba w żyrafie wylewa wodę z butelki, ale nie za dużo...)

### **Magiczna maszyna**

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

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

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 splunąć. Tester pluje. Koc opada na ziemię, a za niego wylatuje wiaderko wody, wprost na niego.

### **Speaker radiowy**

**Niezbędne:** gazeta lub fragment jakiegoś tekstu

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** min. szkoła podstawowa

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

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

### **Magiczne ognisko**

**Niezbędne:** substancje chemiczne wymienione niżej

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** ognisko

Jest pewien sposób na podkoloryzowanie koloru płonienia ogniska. Wystarczy wrzucić tam trochę substancji chemicznych: płomień żółty – sól [NaCl], zielony – azotan baru [Ba(NO<sub>3</sub>)<sub>2</sub>] lub kwas borowy [H<sub>3</sub>BO<sub>3</sub>], czerwony – azotan litu [LiNO<sub>3</sub>], fioletowy – chlorek potasu [KCl]. Można również spowodować mały wybuch energicz-

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

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 klaszczemy 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...

#### „Matko umieram”

**Niezbędne:** -

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

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 pomysły jak to się powinno grać...

#### Żyrafa

**Niezbędne:** koc, miotła, butelka wody

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Wchodzi żyrafa (dwóch ludzi pod kocem, z wystającą miotłą z przodu). Treser

## Sposób opisu gier i zabaw

Dla ułatwienia korzystających ze strony i książeczki każda zabawa opisana jest w następujący sposób.

**Niezbędne:** to co jest niezbędne do przeprowadzenia zabawy – od razu wiadomo, czy tym dysponujemy i czy możliwe będzie przeprowadzenie zabawy

**Przydatne:** przedmioty, które mogą być przydatne podczas zabawy; mogą stanowić ułatwienie lub urozmaicenie, ale nie są konieczne

**Wiek uczestników:** wszystkie zabawy opisane na stronie raczej nadają się do zajęć dla grup osób w każdym wieku (począwszy od przedszkolaków, a kończąc na seniorach – oczywiście czasami po odpowiednim dostosowaniu), jednak w przypadku niektórych zabaw wiek może mieć znaczenie

**Liczba uczestników:** w większości zabaw nie ma to znaczenia (czasami duża liczba po prostu tylko wydłuża zabawę), ale w przypadku niektórych zabaw może to mieć znaczenie, np. zabawa nie wyjdzie, kiedy będzie za mało lub za dużo uczestników. Oczywiście jeśli grupa z którą pracujemy jest bardzo duża (np. 50 osób) przeprowadzenie każdej zabawy będzie utrudnione, dlatego w takim wypadku najlepiej jest podzielić wszystkich na mniejsze grupy i bawić się oddzielnie i ewentualnie od czasu do czasu przeprowadzać podział na grupy jeszcze raz.

**Miejsce:** niektóre zabawy przeznaczone są tylko do przeprowadzania w budynku, inne znowu na dworze, jeszcze inne wymagają boiska lub dużego obszaru lasu – w tym punkcie opisano również inne konieczne okoliczności, np. to, że musi być ciemno

Dopiero po tych punktach następuje właściwy opis zabawy.

W wielu książkach z opisami gier i zabaw można spotkać się również z opisem celu każdej zabawy. W tym miejscu zrezygnowano z tego punktu, ponieważ w pewnym stopniu cel każdej zabawy określony jest poprzez jej przynależność do danej grupy zabaw i opisywanie go za każdym razem byłoby niepotrzebnym powtarzaniem.

W opisach zabaw nie uwzględniono również innej ważnej rzeczy jaką jest czas zabawy (może to być ważne jeśli chcemy dokładnie godzinowo zaplanować jakiś punkt programu). Ustalenie czasu zabawy jest bardzo trudne, często zależy to od liczby uczestników, czasami od ich zaangażowania oraz od innych okoliczności, dlatego też zostało to zaniechane.

## Gry i zabawy na zapoznanie - lodolamacze

Jest to obowiązkowa pozycja programu na początek każdego 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...

### Rzucanie czegoś

**Niezbędne:** coś (np. piłeczka, maskotka)

**Przydatne:** kłębek wełny

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Wszyscy stoją w kręgu. Prowadzący mówi jak ma na imię i rzuca coś (może to być maskotka, piłka, rolka papieru toaletowego) do jednej z osób, 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 kłęбка wełny tak, że pierwsza osoba trzyma jej koniec, a każda kolejna też łapie wełnę tworząc przy tym swoistą sieć. Związać można w ten sam sposób, z tym że, trzeba to trzeba to robić w dokładnej odwrotnej kolejności, żeby się nie poplątać...

### Rundka z powtarzaniem

**Niezbędne:** -

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Chyba najprostszy i najbardziej znanym sposobem przedstawiania się jest wymienianie 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 lub doda do swojego imienia jakiś epitet zaczynający się na tą samą literę co imię (np. aktywna Alina). Kolejne osoby powtarzają gesty i pokazują swoje.

### Koc i imiona

**Niezbędne:** koc

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

(np. zapalone świece przed żyjącymi). Zainteresowanych odsyłamy do Wikipedii.

## Bullshit Bingo (Buzzword Bingo)

**Niezbędne:** kartki papieru, długopisy

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** min. gimnazjum

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Gra rozpowszechniona w kręgach biznesu i dobra na nudne spotkanie, na którym ciągle padają jakieś utarte wyrażenia, np.: plan operacyjny, wizja, misja, strategia, itp. W innych środowiskach mogą to być inne słowa np.: druh, drużyna, zastęp, itp. Znajdujemy takich wyrażen (słów) 25 i wpisujemy je do kwadratu składającego się z 25 pól (tak jak do klasycznego bingo). Każdy gracz wpisuje wyrażenia w innych miejscach (najlepiej przygotować to wcześniej). Teraz wszyscy spotykają się na tym nudnym zebraniu i wyczekują, kiedy padnie któreś z wyrażen zapisanych na kartce. Jeśli takowe padnie zakreślamy je na swojej planszy. Osoba, która pierwsza zbierze kolumnę, rząd lub 5 wyrażen po ukosie wstaje i mówi: BULSHIT BINGO! albo w polskiej wersji GÓWNO PRAWDA! Osoba prowadząca spotkanie oczywiście nie jest wtajemniczona w grę.

## Kim jestem?

**Niezbędne:** karteczki samoprzylepne, ew. karteczki i taśma klejąca

**Przydatne:** -

**Wiek uczestników:** bez znaczenia

**Liczba uczestników:** bez znaczenia

**Miejsce:** bez znaczenia

Uczestnicy siedzą w kręgu. Każdy na samoprzylepnej karteczce pisze jakąś sławną (znaną wszystkim osobę), np. Shrek, Tadeusz Kościuszko, Papa Smerf, Brad Pitt. Następnie karteczkę przykleja się na czole osoby po swojej lewej stronie, tak, żeby osoba ta nie widziała co jest na niej napisane. Teraz każdy zadaje pytania, na które pozostali uczestnicy mogą odpowiadać tylko „tak” lub „nie”. Wygrywa osoba, która pierwsza zgadnie kim jest. Jest to bardzo ciekawa gra do nauki języka obcego.

Z dziećmi można grać w ten sposób, że zamiast znanych osób wybiera się nazwy przedmiotów lub zwierząt.

## Pląsy

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

## Dingo

**Niezbędne:** -