

ZABAWY

1. Uczestnik ma za zadanie pokazać bez użycia słów co dziś robił lub jak się czuje.
2. imię + cecha charakteru - osoba podaje swoje imię i cechę charakteru na tą literę
3. na dużej kartce uczestnicy rysują koło, w środku wpisują to co ich wszystkich łączy (tyle rzeczy ile jest osób +2), na zewnątrz to co jest ich talentem, co ich wyróżnia.
4. Zabawa „Kto tak jak ja..” . Osoby siedzą w kółku, dla jednej brakuje osób. Zadaje pytanie „Kto tak jak ja.. np. jest dziewczynką. Osoby które na pytanie mogą odpowiedzieć że mówi o nich musza wstać i usiąść na inne miejsce. Osoba która zadaje pytanie stara się również zająć czyjeś miejsce. Kolejne pytanie zadaje osoba, która nie znalazła dla siebie miejsca.
5. Grupa siedzi i ma za zadanie stworzyć opowiadanie. Każdy z uczestników dodaje po jednym zdaniem. Tytuł opowiadania „co się dzisiaj wydarzyło”.
6. Kalambury.
7. Łańcuch talentów - każdy uczestnik na pasku papieru zapisuje swój talent i tworzony jest z tego długi łańcuch.
8. tańczące kartki - osoba prowadząca trzyma kartkę papieru - każdy róg to ręka/noga, osoba prowadząca rusza kartką a uczestnicy naśladowują ruch.
9. łapki - grupa stoi w okręgu, klaszczą, na kłaśnięcie podwójne zmieniany jest kierunek klaskany, kto się zagapi - odpada /lub puszczenie „iskierek” - trzymają się za ręce i ściskają
10. chór obora - grupy naśladowują zwierzęta i nuczają w ten sposób piosenkę, reszta musi zgadnąć
11. rozplątywanie rąk - osoby stają blisko siebie, zamykają oczy i łapią się za ręce. Po czym otwierają oczy i starają się rozplątać supełek.
12. Rysowanie na plecach - uczestnicy tworzą rząd. Ostatnia zaczyna coś rysować na plecach stojącej przed nią. Rysunek jest przekazywana, ostatnia zgaduje co zostało narysowane.
13. Uczestnicy dobierają się w dwójki, stają naprzeciwko siebie, liczą raz-dwa-trzy (na przemian) i później zamiast np. dwa mówią swój ulubiony owoc, kolejne utrudnienie, to zamiast 3 klaszczą.
14. wyrywanie marchewek/zębów - grupa stoi w kółku, łapie się pod ręce, jest jeden „dentysta” który próbuje powrywać „zęby”, kolejne wyrywane „zęby” zamieniają się w dentystów.
15. Ćwiczenie „Magiczna podróż”
16. Wąż.
17. Sardynki.

Z UŻYCIEM GADŻETÓW:

- a. slalom
- b. niesienie piłeczki pingpongowej na łyżeczce
- c. niesienie balonów
- d. rzut piłką do wiadra
- e. gazetowa wojna - 2 zespoły. Rozgrywka odbywa się na dwóch polach tej samej wielkości. Grupa zostaje podzielona na dwa zespoły. Każda z drużyn musi mieć przygotowaną taką samą ilość kul zrobionych z gazet. Na sygnał prowadzącego rozpoczyna się wojna i zadaniem każdego zespołu jest przerzucenie jak największej liczby kul na pole przeciwnika, ale nie wolno wziąć do ręki więcej niż jednej kulki. Wygrywa zespół, który ma na swoim polu mniej kul.
- f. rekin - na sygnał wszystkie dzieci uciekają na „tratwę” i muszą się zmieścić na dużym arkuszu szarego papieru, który objada wybrane wcześniej dziecko-rekin. Tej osobie, której uda się najdłużej wytrwać - zostaje w następnej rozgrywce rekinem.

Ćw. Magiczna podróż

Chodzimy po sali jak kto chce (lub gęsiego, za jedną osobą).

Prowadzący mówi,:

Zapraszam Was na wędrowkę...

- Wyobraźcie sobie, że znajdujemy się w górach i wieje straszny wiatr, przedzieramy się przez krzaki, są gęste, bardzo gęste. Wspinamy się na szczyt, jest coraz zimniej
- idziemy po śniegu, zapadamy się po kolana
- droga schodzi w dół, idziemy w błocie,
- Przechodzimy przez rzekę, gdzie jest coraz głębiej i głębiej, a potem znów coraz płycej i płycej,
- wychodzimy na brzeg i kroczyliśmy w kierunku polany, w czasie marszu łapiemy jaszczurki, łapiemy motyle,
- ze wzniesienia na polanie dostrzegamy ulicę, jesteśmy głodni, chcemy znaleźć sklep!. Wchodzimy na asfalt, jest gorący idziemy po rozgrzanym asfalcie,
- robi nam się przez chwilę smutno, jesteśmy smutni i przygnębieni, zmęczeni zatrzymujemy się. idziemy na czworakach
- Nagle dostrzegamy nasz cel.. jesteśmy radosni i pełni entuzjazmu, skaczemy z radości, biegniemy, szarpiemy się chwilę z klamką i wpadamy do sklepu. .
- Daję cukierka na wzmocnienie do dalszej drogi

Wąż

Uczestnicy tworzą węża, ustawivszy się w rzędzie i chwycivszy z biodra.. Jeden uczestnik pozostaje wolny i jako „rzep” usiłuje schwytać „ogon węża”, czyli ostatniego uczestnika w rzędzie. „Wąż” z kolei stara się mu to uniemożliwić, wijąc się we wszystkie strony i starając się obracać zawsze głową w kierunku rzepa.

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...