

Tytuł gry: Złap moje imię

Cel gry: Podniesienie nastroju

Rekwizyty: Piłka

Przebieg: Wszyscy przedstawiają się swoimi imionami. Jedna z osób dostaje piłkę i rzuca ją do kogoś.

Osoba która łapie, musi wypowiedzieć imię osoby która piłkę rzuciła. Następnie rzuca do następnej.

Zabawa trwa aż wszyscy nauczą się imion wszystkich.

Tytuł gry: Gra w imiona

Cel gry: Zapoznanie się członków grupy, przełamanie lodów, zabawa

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Uczestnicy siadają w kręgu, pierwsza osoba mówi: nazywam się... Następna mówi: nazywam się..., a to jest... i wskazuje swojego poprzednika. Przedstawianie trwa, dopóki nie obejdzie całego kręgu

WARIANTY: przy drugim okrążeniu do imienia dodaje się coś charakterystycznego o danej osobie, np.: jestem śpiewająca Zosia, a to jest wysoki Tomek

Tytuł gry: Mafia

Cel gry: zabawa, koncentracja uwagi, ćwiczenie spostrzegawczości i umiejętności przewidywania

Rekwizyty: świece, opaski na oczy, kartki z przydziałem ról dla każdego uczestnika zabawy ("burmistrz" - przewodniczący zebrania, "komisarz Cattani", 4 x "członek mafii", "szef mafii", reszta - "uczciwi obywatele miasta", np. "ksiądz", "nauczyciel", "aptekarz" itp.)

PRZEBIEG: w zabawie powinno uczestniczyć przynajmniej 12-15 osób (im więcej, tym lepiej). Wszyscy siadają w kręgu w zaciemnionym pokoju. Następuje losowanie ról nikt nie wie, kto jest kim. Przed każdym stoi zapalona świeca. Osoba prowadząca zabawę rozpoczyna narrację. Mówi, że wszyscy obecni uczestniczą w tajnym zebraniu, mającym na celu usunięcie z miasta mafii. Wiadomo, że wśród "porządnych obywateli" miasta na zebraniu są obecni także "wysłannicy mafii". Oddaje głos przewodniczącemu zebrania - "burmistrzowi". On prowadzi obrady, wszyscy starają się rozpoznać "członków mafii". Po 20 minutach osoba prowadząca przerywa zebranie i wszyscy zakładają opaski na oczy. Zapada cisza. Po chwili prosi "członków mafii" o zdjęcie opasek - od tej pory już się znają i mogą ze sobą współpracować. Cały czas nikt nic nie mówi. Prowadzący prosi o powtórne założenie opasek, a za chwilę odsłania oczy "komisarz Cattani". Ma on prawo wskazania i "zabicia" domniemanego "członka mafii". Wskazuje na niego palcem, a osoba prowadząca gasi przed tą osobą świeczkę (nie bierze ona udziału w dalszej grze). "Komisarz Cattani" ma w ciągu całej gry w sumie 4 takie "strzały". "Cattani" zakłada opaskę, a po chwili wszyscy odsłaniają oczy i kontynuują zebranie. Po kolejnych 20 minutach wszyscy zakładają opaski. "Cattani" ma prawo do wskazania domniemanego "członka mafii". Gdy zasłoni oczy, opaski zdejmują "mafia". Ma ona prawo do wyeliminowania z grona osoby, która wg nich może im zagrozić - robią to wskazując na nią palcem, a osoba prowadząca gasi przed nią świeczkę. Mafia ma 4 takie "strzały". Wszyscy zasłaniają oczy, po chwili zdejmują opaski i zebranie toczy się dalej. Przed końcem każdej części zebrania każdy jego uczestnik ma prawo wskazać domniemanego "członka mafii". Jeśli zgadnie, świeczka przed tą osobą zostaje zgaszona, lecz jeśli nie, to gaśnie jego własna świeczka. Zabawa trwa, dopóki nie zostaną wyeliminowani wszyscy "członkowie mafii" lub wszyscy "uczciwi obywatele"

Tytuł gry: Krzyczmy razem

Cel gry: uwalnianie napięcia, rozgrzewka, budowanie zaufania

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg:

Grupa kuca razem. Prowadzący zaczyna mruczeć uczestnicy mu wtórują, potem - powoli podnosząc głos - wstają. Na koniec wszyscy wyskakują do góry i krzyczą razem. Ćwiczenie powtarza się tak, aby wszyscy naprawdę głośno krzyknęli.

WARIANTY: można dodać wyrazy lub dźwięki, wybrane przez grupę przed ćwiczeniem

Tytuł gry: Ślepek

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel: nabranie umiejętności krycia się i podchodzenia, odpoczynek

Przebieg:

Gra przeznaczona jest dla grupy od 6 do 20 a nawet 30 osób. Można grać w niemal każdym w miarę suchym terenie (może być również suchy śnieg), koniecznie porośniętym krzewami lub zadrzewionym. Ewentualnie można grać także w terenie w którym są inne obiekty pozwalające się szybko ukryć.

W grze bierze udział prowadzący - tzw. ślepek - oraz podchodzący harcerze. Na początku runy ślepek stoi w jakimś odsłoniętym miejscu, a wszyscy rozbiegają się i kryją w zaroślach w promieniu kilkudziesięciu metrów. Ślepek zamyka oczy i krzyczy "można!". W tym czasie podchodzący starają się podbiec jak najbliżej ślepaka. Po kilku sekundach ślepek krzyczy "patrz!". Wówczas wszyscy starają się jak najszybciej ukryć. Po mniej więcej sekundzie lub dwóch, ślepek otwiera oczy. Ten kogo uda mu się wypatrzeć - odpada z gry. Sekwencję tę powtarza się aż do momentu kiedy komuś uda się dotknąć ślepaka albo do momentu kiedy ślepek wyłowi wszystkich podchodzących. Ten kto jako ostatni zostanie wyłowiony, albo ten kto pierwszy dotknie ślepaka - wygrywa i zostaje ślepakiem w następnej rundzie. Grę rozgrywa się przeważnie w ciągu godziny, wykonując przeciętnie około czterech do ośmiu rund.

Tytuł gry: Duma

Cel gry: pozytywny obraz siebie, otwarcie

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Siedząc w kręgu, wszystkie osoby kończą zdanie: jestem dumny, że...

Tytuł gry: Znajdź swojego partnera

Cel gry: Przełamanie lodów, integracja grupy, zabawa, formowanie par do innej zabawy

Rekwizyty: papier, ołówki

Przebieg: Wszyscy stają w kręgu. Osoba prowadząca wręcza każdemu kartkę, na której napisana jest nazwa zwierzęcia. Wszyscy próbują naśladować głosy tych zwierząt i starają się, chodząc po pokoju, znaleźć drugą osobę, która wydaje odgłosy takie jak oni (czyli takie samo zwierzę).

Kiedy pary się dobiorą, można dalej formować większe grupy, np. ptaki i ssaki, zwierzęta domowe i leśne itp.

Tytuł gry: Zagraj w swoje imię

Cel gry: Uczenie się imion, zabawa, podniesienie nastroju

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Uczestnicy tworzą koło; jedna osoba wchodzi do środka i pokazuje, jak się czuje w danym momencie.

W tym samym czasie reszta mówi jej imię i pokazuje to samo, co ona. Osoba ze środka wybiera następną, która wejdzie do kręgu.

WARIANTY. pokazywać można dowolne rzeczy, np. to, co się lubi robić, zwierzę itp.

Tytuł gry: Zabawa Grzesia

Cel gry: przełamanie lodów, uczenie się imion, zabawa

Rekwizyty: duże prześcieradło lub płachta materiału

Przebieg: Dwie osoby trzymają prześcieradło, reszta dzieli się na dwie różne grupy, które stoją po dwóch stronach pionowo trzymanego koca.

Gdy prześcieradło zostaje podniesione do góry, każdy ma szybko wypowiedzieć imię osoby stojącej naprzeciwko. Zasłona opada, uczestnicy zamieniają się miejscami i zabawa zaczyna się od początku.

Tytuł gry: Uroczystości

Cel gry: podniesienie nastroju, zabawa, umiejętności komunikacyjne

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Uczestnicy krążą swobodnie po pokoju i na znak osoby prowadzącej zatrzymują się przed najbliższym partnerem.

Osoba prowadząca podaje początek zdania, a osoby spotykające się w parach kończą je, np.:

- kiedy widziałem cię wczoraj w telewizji, zachwyciłem się twoim uśmiechem

- kiedy zobaczyłem cię na przyjęciu w ambasadzie, pomyślałem...

- wiem, że masz rację, ale...

- posłuchaj, chciałem ci powiedzieć, że...

Tytuł gry: Ratatatum

Cel gry: uczenie się imion, zabawa, koncentracja uwagi

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Uczestnicy siadają w kręgu, jedna osoba jest w środku.

Uczestnicy przedstawiają się swoimi imionami i starają się zapamiętać, jakie imię ma ich sąsiad z prawej i lewej strony.

Osoba siedząca w środku wskazuje na dowolną osobę z kręgu mówiąc albo: w prawo ratatatum, albo: w

lewo ratatatum. Osoba wskazana musi powiedzieć imię sąsiada ze wskazanej strony, zanim przebrzmia słowa ratatatum. Jeśli jej się to nie uda, wchodzi do środka; jeśli zdąży, zabawę kontynuuje pierwsza osoba. Zabawa powinna przebiegać w dużym tempie

Tytuł gry: Otwarty krąg

Cel gry: przełamanie lodów

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Każdy z kręgu kończy zdania:

- najlepsza rzecz, która zdarzyła mi się w tym tygodniu...
- gdybym był zwierzęciem, to byłbym... bo...
- gdybym był owocem, to byłbym... bo...
- gdybym był sławną osobą, to byłbym... bo...
- chciaibym napisać książkę o...
- rzecz, którą chciałbym zrobić zanim umrę, to...
- zrobiłem pracę domową i stało się...
- nie zrobiłem zadania domowego, bo...
- gdyby to był mój ostatni tydzień życia, to chciaibym zmienić...
- pokaż mimicznie, jak czujesz się w tej chwili...
- od grupy oczekuję...

Tytuł gry: Wyspa z gliny

Cel gry: Budowanie więzi grupy, podejmowanie ról, twórcza aktywność

Rekwizyty: Gлина w ilości wystarczającej dla całej grupy (gлина powinna trudno wysychać); patyczki, gałązki, liście itp.

PRZEBIEG:

1) grupa 5-7-osobowa gromadzi się wokół stołu albo siedzi na podłodze. Gлина leży pośrodku. Niech uczestnicy spędzą ok. 10 minut, klepiąc, ugniatając, ubijając tę glinę na duże miękkie kawałki. Wspólnie formują z bezkształtnej masy wyspę z górami, grotami, rzekami itp. (bez słów)

2) bez mówienia niech każdy zaznaczy swoje terytorium na tej wyspie, zbuduje szałas albo dom i wprowadzi tam zmiany, jakie chce

3) prowadzący zwołuje zebranie wszystkich mieszkańców wyspy. Wybierają przywódcę i podejmują odpowiednie decyzje, aby przetrwać i aby życie mogło się tu rozwijać

Można zatrzymać się na tym etapie i porozmawiać o tym, co się działo lub kontynuować grę

WARIANTY: w małych grupach można zaimprovizować sytuacje z życia na wyspie. Zamiast (lub oprócz) gliny można użyć papieru i ołówka

Tytuł gry: Przyjęcie

Cel gry: Improwizacja, podejmowanie ról

Rekwizyty: niepotrzebne

PRZEBIEG: prowadzący improwizuje przyjęcie dla np. bogaczy, biednych, dla studentów. Dobrze jest, aby grupa zadecydowała, jaki to będzie bal. Uczestnicy pojedynczo albo w parze z partnerem decydują, kim chcą być na tym przyjęciu i co mają do powiedzenia. Jedna osoba anonsuje każdego wchodzącego lub parę. Przyjęcie rozpoczyna się i trwa przez określony czas (15-25 minut). Potem rozmowa o tym, co się działo w trakcie spotkania, z uwzględnieniem pytań:

- 1) czy cele zostały osiągnięte?
- 2) co w całej tej sytuacji było prawdziwe dla każdej z osób?
- 3) dlaczego odgrywamy dany typ ludzi w taki, a nie inny sposób?

Tytuł gry: Wesołe miasteczko

Cel gry: rozwój grupy, improwizacja

Rekwizyty: niepotrzebne

PRZEBIEG: zespół dzieli się na pół; jedna połówka rozpada się na mniejsze grupy i każda z nich opracowuje osobne przedstawienie - zabawę w wesołym miasteczku. Kiedy grupy są gotowe, druga połówka zespołu wchodzi do wesołego miasteczka jako publiczność. Grupy starają się zachęcić widzów, zaprosić do zabawy u siebie. Wygrywa grupa, która przyciągnie najwięcej widzów. Propozycje zabaw i gier:

- wystawa trofeów myśliwskich
- ściana śmierci
- piosenki

- zawody w rzucaniu
- karuzela
- jednoręki bandyta (maszyna)
- słodycze
- bingo
- na sprzedaż
- zapasy
- gabinet luster
- wróżby

WARIANTY: po pewnym czasie następuje zmiana ról obu podgrup

Tytuł gry: Negocjacje

Cel gry: rozumienie wartości, świadomość społeczna, zaufanie

Rekwizyty: niepotrzebne

PRZEBIEG: w kręgu grupa zaczyna od dyskusji o grupach (formalnych i nieformalnych), jakie mogą tworzyć ludzie, np. rodzina, przyjaciele, szkoła, mieszkańcy osiedli, narody, religie, rasy itp. Następnie uczestnicy dzielą się na grupy 8-osobowe. Niech każda z nich wcieli się w jedną z wyżej wymienionych lub wymyślonych kategorii. Prowadzący doprowadza do wyrażenia interesów poszczególnych grup, a następnie odkrywa antagonizmy między nimi albo stara się być mediatorem. W tym ćwiczeniu często dochodzi do kłótni i narastania emocji, dlatego trzeba dużo czasu poświęcić na omówienie, gdy grupa wróci do kręgu

WARIANTY: można to robić w parach

Tytuł gry: Autobus

Cel gry: Improwizacja, odgrywanie ról, zabawa, interakcje w grupie

Rekwizyty: krzesła ustawione jak w autobusie, wysoki stołek dla "kierowcy"

Przebieg:

Prowadzący przydziela komuś rolę "kierowcy", pozostali stanowią "pasażerów". "Kierowca" niech wprawi się w swoją rolę, ogłaszając przystanki, zakręcając itp. "Pasażerowie" starają się dopasować do kierowcy pochylają się, kiedy "autobus" skręca, "leca" do przodu na przystankach itp. Kiedy już wszyscy opanują swoje role, zaczyna się jazda "autobusem". Pasażerowie wsiadają i wysiadają, rozmawiają z kierowcą, z pasażerem siedzącym naprzeciwko itd. Prowadzący może przyporządkować pasażerom różne role - np. starej kobiety, mężczyzny z wielką paczką śmieci, śpieszącej się paniusi itp.

Może też wymyślić sytuacje, które włączyłyby do akcji wszystkich pasażerów: wypadek, pijany w autobusie itp.

WARIANTY: pasażerowie mogą przedstawiać się w swoich rolach, opowiadać swoje życiorysy. Autobus może być samolotem.

Tytuł gry: Sklep z zabawkami

Cel gry: improwizacja, ujawnianie talentów, ruch, zabawa

Rekwizyty: zaciemniony pokój, świece lub dyskretne światło, pianino lub inna muzyka

PRZEBIEG:

Grupa zaczyna od "burzy mózgów" na temat: jakie mogą być ruchome zabawki?. Uczestnicy stają się różnymi zabawkami i poruszają się po pokoju. Zatrzymują się, ruszają, zamieniają się rolami. Można odegrać improwizację, gdzie występują takie postacie jak lalkarz, złodziej, ołowiane żołnierzyki, policjant i inne zabawki. Oto historia w skrócie (prowadzący opowiada, uczestnicy odgrywają):

Stary lalkarz wypróbował swoje zabawki, zamyka sklep i idzie do domu. O północy zabawki ożywają i urządzają sobie bal. W pewnej chwili do sklepu włamuje się złodziej i chce okraść kasę. Już prawie ma pieniądze w ręku, kiedy ołowiane żołnierzyki łapią go i wiążą. Rano lalkarz przychodzi do sklepu, znajduje związanego złodzieja i woła policjanta. Nigdy się nie dowie, kto złapał złodzieja

WARIANTY: prowadzący może pozwolić uczestnikom wymyślać nowe zabawki i nowe historie. Inne przykłady tematów do improwizacji:

- muzeum fugur woskowych
- galeria sztuki
- sklep z zegarami
- muzeum historyczne
- dom towarowy o północy

Tytuł gry: Gra kończąca

Cel gry: Samoświadomość, budowanie zaufania

Rekwizyty: kłębek sznurka

Cel: Pożegnanie, zamknięcie grupy

PRZEBIEG: Wszyscy siadają w kręgu. Jedna osoba trzyma w ręku kłębek, rozgląda się, mówi: do widzenia i ewentualnie krótkie podsumowanie. Rzuca kłębek do kogoś, ale trzyma w ręku koniec sznurka. Osoba, która złapała kłębek, powtarza czynność i rzuca do następnej itd. Na końcu zapada głęboka cisza i ktoś przecina wszystkie nitki w kręgu - to symbolizuje koniec grupy

WARIANTY: Wszyscy siedzą w kręgu. Jedna osoba wychodzi za drzwi i zastanawia się, co jeszcze mogłaby powiedzieć ludziom z grupy. Grupa również zastanawia się, jakie informacje mogłaby przekazać danej osobie. Gdy osoba wraca i mówi to, co miała do powiedzenia, słucha też tego, co chciała przekazać jej grupa. Sytuacja się powtarza tyle razy, ilu członków liczy grupa. Osoba prowadząca powinna cały czas czuć, aby atmosfera nie stała się zbyt ciężka i przytłaczająca, żeby nie zrobiło się nudno.

Tytuł gry: barany

Cel gry: ćwiczenie na komunikację, podniesienie nastroju, dobra zabawa

Rekwizyty: coś do zasłonięcia oczu

Przebieg gry:

Uczestnicy wyłaniają spośród siebie jednego chętnego - będzie on pasterzem. Pozostali uczestnicy to owce i barany. Jest również jedna osoba prowadząca (bezstronna).

Zanim rozpocznie się zabawa, prowadzący zbiera owce, pasterza i wyjaśnia jej zasady. Następnie daje pięć minut na to, aby grupa ustaliła sposób komunikacji (ograniczenia wyjaśniam poniżej)

Prowadzący poleca wszystkim zawiązać oczy i rozprowadza po pomieszczeniu (lub najbliższej okolicy, w promieniu kilkunastu - kilkudziesięciu metrów). Następnie ustawia pasterza w jakimś konkretnym miejscu (nie wolno mu się przemieszczać), oraz wskazuje na niewielką przestrzeń w pobliżu pasterza - zagrodkę. Zadaniem pasterza jest naprowadzić wszystkie owce tak, aby weszły do zagrodki. Wolno mu używać jedynie głosu, ale nie wolno używać słów - może więc szczekać, piąć, miauczeć etc. Owce oraz barany mogą jedynie odpowiadać "beeee". Gra kończy się z chwilą gdy wszystkie owce i barany są w zagrodce.

Tytuł gry: prezenty

Cel gry: podniesienie nastroju, przełamanie barier, dużo śmiechu

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg gry:

Uczestnicy siadają w kręgu. Na początku każdy z uczestników mówi na ucho swemu sąsiadowi z prawej jaki prezent dostanie, a potem sąsiadowi z lewej co ma zrobić ze swoim prezentem. Później uczestnicy zabawy mówią kolejno jaki prezent dostali i co mają z nim zrobić.

Tytuł gry: czekolada.

Cel gry: podniesienie nastroju, integracja grupy

Rekwizyty: czapka, szalik, rękawiczki, talerz, nóż i widelec, tabliczka czekolady, kostka do gry

Przebieg gry:

uczestnicy siadają w kręgu i rzucają kolejno rzucają kostką, kto wyrzuci szóstkę, musi ubrać szalik, rękawiczki i czapkę i tak ubrany, nożem i widelcem je czekoladę, aż następna osoba wyrzuci szóstkę

Tytuł gry: Książęta i zamki.

Cel gry: Integracja grupy, refleks

Rekwizyty: niepotrzebne

Liczba osób: po podziale na trójki zostaje jedna osoba.

Przebieg gry:

Osoby dzielą się na trójki. Dwie osoby chwytają się za ręce i tworzą zamek, trzecia osoba staje między nimi i jest księciem.

Osoba, która nie ma trójki podaje jeden z trzech możliwych okrzyków:

- "Książę" - osoby tworzące zamek pozostają na miejscu, a będące książętami zmieniają zamek, osoba wolna stara się zająć ich miejsce
- "Zamki" - książęta nie ruszają się, a tworzące zamek nie rozdzielając się starają się znaleźć nowego księcia (może być nim osoba wolna)
- "Trzęsienie ziemi" - osoby tworzące zamki puszcza swoje ręce, i następuje ponowny podział na trójki, przy czym nie jest ważna rola, jaką kto pełnił w poprzedniej turze zabawy.

Tytuł gry: Wirująca butelka II

Rekwizyty: butelka

CEL: otwarcie, budowanie zaufania, werbalizacja potrzeb, samoocena, współuczestnictwo, integracja grupy

PRZEBIEG: uczestnicy siedzą w kręgach po 5-8 osób, w środku każdego znajduje się butelka. Zaczyna osoba pytająca: jaka jest moja osobista potrzeba w tej grupie? Zakręca butelką i na pytanie odpowiada osoba, którą wskaże szyjka butelki. Po odpowiedzi sama zadaje to pytanie i zakręca butelką, itd. Zabawę kontynuuje się według potrzeb

Tytuł gry: Wirująca butelka II

Rekwizyty: butelka

CEL: otwarcie, budowanie zaufania, werbalizacja potrzeb, samoocena, współuczestnictwo, integracja grupy

PRZEBIEG: uczestnicy siedzą w kręgach po 5-8 osób, w środku każdego znajduje się butelka. Zaczyna osoba pytająca: jaka jest moja osobista potrzeba w tej grupie? Zakręca butelką i na pytanie odpowiada osoba, którą wskaże szyjka butelki. Po odpowiedzi sama zadaje to pytanie i zakręca butelką, itd. Zabawę kontynuuje się według potrzeb

Tytuł gry: Wirująca butelka II

Rekwizyty: butelka

CEL: otwarcie, budowanie zaufania, werbalizacja potrzeb, samoocena, współuczestnictwo, integracja grupy

PRZEBIEG: uczestnicy siedzą w kręgach po 5-8 osób, w środku każdego znajduje się butelka. Zaczyna osoba pytająca: jaka jest moja osobista potrzeba w tej grupie? Zakręca butelką i na pytanie odpowiada osoba, którą wskaże szyjka butelki. Po odpowiedzi sama zadaje to pytanie i zakręca butelką, itd. Zabawę kontynuuje się według potrzeb

Tytuł gry: Wirująca butelka (klasyczna)

Rekwizyty: butelka

CEL: zabawa, przełamanie lodów, dotyk

PRZEBIEG: ktoś zakręca butelką, a osoba, na którą wskaże szyjka po zatrzymaniu, ma pocałować, uściskać (przytulić) lub powiedzieć komplement osobie, która zakręciła butelką

WARIANTY: butelka wskazuje partnera do innych gier

Tytuł gry: Co się dzieje?

Rekwizyty: niepotrzebne

CEL: zabawa, podnoszenie nastroju, myślenie twórcze

PRZEBIEG: jedna osoba wychodzi z pokoju. Pozostałe osoby aranżują jakąś scenę lub sytuację (grają ją). Kiedy osoba wraca, ma zgadnąć, co się dzieje w tej chwili, co reszta przedstawia, np. wszyscy umierają na jakąś zarazę. Osoba może zadawać pytania, aż sytuacja będzie jasna (aż odgadnie, co się dzieje)

WARIANTY: pytania mogą być tak konstruowane, żeby można było na nie odpowiedzieć tak lub nie. Odpowiedzi mogą być udzielane tylko w postaci mimicznej

Tytuł gry: Nagle

Rekwizyty: niepotrzebne

CEL: myślenie twórcze, przełamanie lodów, słuchanie

PRZEBIEG: wszyscy siedzą w kręgu. Ktoś mówi zdanie, przysłowie lub krótki cytat. Kiedy skończy, osoba siedząca obok woła: nagle... i albo coś dodaje, albo używając ostatniego słowa i kilku innych zmienia sens poprzednich treści, np.: świat jest piękny. ...Nagle zobaczyłem ducha. Zabawa jest kontynuowana, aż obejdzie cały krąg

WARIANTY: każdy dostaje karteczkę ze słowem, którego musi użyć w zdaniu

Tytuł gry: Autobiografia

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel gry: podniesienie nastroju, porozumienie współuczestników samoświadomość, zabawa

Przebieg: wszyscy dobierają się w pary, najlepiej z osobami które dobrze znają. W parach określają, kto będzie osobą A, a kto B. W czasie trzech minut (można dłużej) osoba A opowiada B o swoim życiu, zaczynają możliwie od najwcześniejszego momentu i kontynuują chronologicznie do dnia dzisiejszego. B

słucha. Potem następuje zamiana. Po kolejnej rundzie zmiana partnerów. Trwa to tak długo, aż wszyscy opowiedzą swoje życie wszystkim. Jeśli grupa ma na to ochotę, można też opowiadać o swojej przyszłości lub mówić o jednym wybranym aspekcie życia, np. o nauce, hobby, tradycjach itp.

Tytuł gry: Wehikuł czasu

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel gry: rozwijanie wyobraźni, relaks, samoświadomość

Przebieg:

Prowadzący grupę informuje, że chce ich poprowadzić w świat fantazji. Pomyśl, gdzie chciałbyś się przenieść, w przeszłość czy przyszłość. Wybierz czas i miejsce i gdy będziesz już gotowy, przenieś się tam w wyobraźni. Gdzie jesteś? Dostrzeż wszystkie szczegóły dookoła ciebie, krajobraz, budynki. Czy są tam jacyś ludzie? Kim są ludzie, z którymi tam jesteś? Jak się czujesz? Ten czas i miejsce, te przeżycia są najbardziej idealne, jak tylko możesz sobie wyobrazić. Kiedy będziesz już gotowy, możesz wrócić do teraźniejszości. Dyskusja o wyobrażeniach. Co było w twoim fantastycznym świecie, czego nie masz teraz i tutaj? W jaki sposób świat fantastyczny mógłby uczynić cię szczęśliwszym? Jak mógłbyś niektóre elementy świata fantastycznego włączyć do swojego dzisiejszego życia?

Tytuł gry: Kapsuła czasu

Rekwizyty: czasopisma, nożyczki, klej, magnetofon i taśma magnetofonowa

Cel gry: rozpoznawanie wartości, samoświadomość

Przebieg:

Prowadzący proponuje grupie, by wybrała materiał, który zostanie zamknięty w kapsule czasu, otworzonej za dwa tysiące lat. Mogą to być tytuły artykułów, zdjęcia i 5 minut zapisu na taśmie magnetofonowej. Dyskusja: co można wyrazić tytułem lub zdjęciem, co można nagrać? co może pomyśleć ktoś, kto znajdzie to w roku 4000?

Tytuł gry: Freud

Rekwizyty: kartki z wypisanymi imionami członków rodziny w ilości wystarczającej dla całej grupy

Cel gry: improwizacja, podniesienie nastroju, zabawa

Przebieg gry:

- 1) osoba prowadząca przygotowuje kartki z wypisanymi imionami członków rodziny: "mama Kowalska", "tata Kowalski", "młodszy Kowalski" i "dziecko Kowalski" (podobnie z innymi nazwiskami, tak żeby każdy uczestnik mógł dostać jedną karteczkę)
- 2) kartki zostają potasowane i szybko rozdane (po jednej dla każdego). Wszyscy rozchodzą się po pokoju
- 3) na znak dany przez osobę prowadzącą każdy głośno krzyczy nazwisko swojej rodziny. Rodziny zbierają się i ustawiają w następujący sposób: "tata" kładzie się na ziemi, na nim siada "mama" i "młody", a na ich ramionach siada "dziecko"
- 4) grupa, która wykona to jako ostatnia, musi odegrać jakąś scenę rodzinną

Tytuł gry: Prawo Murphy'ego

REKWIZYTY: papier i ołówki

CEL GRY: improwizacja, zabawa, twórczość

PRZEBIEG:

Zespół dzieli się na grupy 3-4-osobowe. Każda grupa wybiera sobie dowolną rzecz do przedstawienia, np.: obręcz koła do roweru, nóż do masła, pędzelek do malowania. Grupa, która jest gotowa, przedstawia jako3 pierwsza, reszta uważnie obserwuje. Członkowie pozostałych grup piszą na papierze jeden sposób, w. jaki można by tę rzecz zepsuć i dają kartki osobom prezentującym. Grupa ze wszystkich propozycji wybiera jedną i powtórnie prezentuje daną rzecz i sposób jej zepsucia. Zabawa trwa, dopóki wszystkie grupy nie zaprezentują swoich pomysłów

Tytuł gry: Sherlock Holmes

REKWIZYTY: pióro i papier

CEL GRY: zabawa, myślenie twórcze, dedukcja, samopoznanie

PRZEBIEG:

Uczestnicy przypominają sobie jakąś postać historyczną lub słynną fikcyjną osobę. Na kartce papieru zapisują 6 rzeczy, które ta osoba mogłaby mieć w kieszeni lub w torbie. Odczytują głośno to co napisali. Zadaniem reszty grupy jest odgadnięcie, do kogo mogłyby te rzeczy należeć

WARIANTY: - osobami, których nazwiska są zgadywane, mogą być znajomi, koledzy, nauczyciele

- przedmioty mogą być rysowane
- przedmioty mogą być przedstawiane pantomimicznie

Tytuł gry: Angielskie zagadki

REKWIZYTY: papier i ołówek

CEL GRY: integracja grupy, zabawa, twórczość

PRZEBIEG: pracuje się w małych grupach, osoba prowadząca daje każdej grupie kartkę z napisanym słowem, np. pobożność, rozpaczać. Grupa planuje, jak zaprezentować, zagrać to słowo, inne grupy odgadują.

- WARIANTY: słowa mogą być przymiotnikami, czasownikami

Tytuł gry: Poczta Główna

REKWIZYTY: papierowe plakaty

CEL GRY: integracja grupy, zabawa

PRZEBIEG:

Zabawa jest przeznaczona dla większej liczby uczestników. Uczestnicy dzielą się na pary i nazywają nazwami miast, np. Kraków, Łódź, Londyn, Paryż itp. Powtarzają te nazwy w kręgu (dla lepszego zapamiętania). Pokój zostaje podzielony na 4 sektory odpowiadające poszczególnym miastom (tereny zostają w dowolny sposób oznakowane i ewentualnie podpisane). Osoba prowadząca mówi: list (pocztówka, telegram) z miasta... do miasta... Wtedy uczestnicy reprezentujący te dwa miasta zamieniają się miejscami. Jeśli przesyłką jest list, gracze idą, jeśli pocztówka, przemierzają przestrzeń skokami, jeśli telegram, biegną

Tytuł gry: Krąg uczuć

REKWIZYTY: niepotrzebne

CEL GRY: zaufanie, otwarcie

PRZEBIEG:

Grupa siada w kręgu. Jedna osoba wchodzi do środka i pokazuje mimicznie jakieś uczucie, np. złość, radość. Wyolbrzymia to uczucie, prezentuje wszystkim w kręgu. Następnie wskazuje na kogoś z kręgu. Osoba ta wchodzi do środka koła i prezentuje uczucie przeciwne do pokazywanego przed chwilą, potem prezentuje jakieś inne i wskazuje na kolejną osobę z kręgu, która będzie powtarzała cały cykl (tzn. prezentuje uczucie przeciwne do widzianego ostatnio i pokazuje swoje). Zabawa powtarza się, aż wszyscy wezmą w niej udział

Tytuł gry: Stara bryczka rodzinna

REKWIZYTY: niepotrzebne

CEL GRY: integracja grupy, zabawa, szybkość kojarzenia

PRZEBIEG: wszyscy siedzą w kręgu, osoba prowadząca w środku. Osoba prowadząca opowiada historię o starej bryczce rodzinnej. Jeden z uczestników wymyśla imiona dla ojca, matki, córki i przyporządkowuje role poszczególnym członkom grupy. Osoba prowadząca zaczyna opowiadanie. Kiedy mówi o którejś postaci, reprezentujący ją uczestnik wstaje i obraca się w kółko. Później siada. Gdy jest mowa o starej bryczce rodzinnej, wstają wszyscy i kręcą się w kółko.

Tytuł gry: nazwij sześć II

REKWIZYTY: tabliczki ze znakami i z zapisem, co one oznaczają, poniżej

CEL GRY: koncentracja uwagi, szybkość kojarzenia, myślenie twórcze, zabawa

PRZEBIEG: taki sam jak w Nazwij sześć. Różnica polega na tym, że "Ono" zamiast litery pokazuje znak, który wskazuje znaczenie słów. Słowa mają dotyczyć:

- miejsc, które widziałeś - ról, które grałeś
- prac, które wykonywałeś
- rzeczy, w których jesteś dobry - rzeczy, które lubisz
- rzeczy, których nie lubisz
- rzeczy, których nienawidzisz

Tytuł gry: Nazwij sześć I

Rekwizyty: mały przedmiot

Cel gry: koncentracja uwagi, szybkość kojarzenia, zabawa, myślenie twórcze.

Przebieg:

Uczestnicy siedzą w kręgu. Jedna osoba - "Ono" siedzi w środku z zamkniętymi oczami. Uczestnicy podają sobie w koło drobny przedmiot, dopóki "Ono" nie powie: STOP. Osoba, u której w tym momencie znajduje się przedmiot, dostaje miano "Ono-2" i dowolną literę, np. P. Przedmiot zaczyna znowu krążyć tak szybko, jak to jest możliwe, a "Ono-2" musi w czasie, dopóki nie wróci do niego, wymienić 6 rzeczy, które zaczynają się na literę P (mogą to być też np. imiona). Jeśli mu się to nie uda, wchodzi do środka i zajmuje miejsce "Ono". Jeśli zdąży, zabawę kontynuuje osoba, która jest w środku

Tytuł gry: Kłamca

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel gry: uczestnictwo grupowe, zabawa

Przebieg:

Uczestnicy siedzą w kręgu. Osoba A przedstawia pantomimicznie np. zapalanie ogniska. Osoba siedząca obok niej pyta: co robisz?, a A odpowiada nieprawdę, np.: puszczam latawca. Następna osoba pyta: co robisz?, na co B odpowiada niezgodnie z prawdą i zabawa toczy się w ten sposób dalej, dopóki wszyscy nie wezmą w niej udziału

Tytuł gry: Do punktu

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel gry: koncentracja uwagi, rozwój wyobraźni

Przebieg:

Każdy uczestnik wybiera sobie dowolny punkt pokoju. Wszyscy chodzą po pokoju, dopóki nie usłyszą STOP; na ten znak każdy biegnie do swojego wybranego punktu. Są możliwe różne instrukcje, w jaki sposób można się do tego punktu dostać, np.:

- powiedz: cześć każdej osobie, którą spotkasz po drodze
- patrz w dół, gdy idziesz
- biegnij, kręcąc się w kółko - skacz, kręcąc się w kółko - idź tyłem
- idź z zamkniętymi oczami - idź powoli
- idź prosto do celu
- idź w sposób możliwie najbardziej skomplikowany (wybierz najdłuższą drogę)

Tytuł gry: Tajemniczy gość

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel: nauczenie dzieci (i dorosłych), czym są przysłowki i przymiotniki

Przebieg:

Jedna osoba wychodzi z pokoju, a reszta wybiera spośród siebie Tajemniczego Gościa. Osoba wracająca zza drzwi pyta: kto was odwiedził? Grupa odpowiada: nie możemy powiedzieć. Wtedy osoba zgadująca zadaje poszczególnym członkom grupy pytania, np. jak Tajemniczy Gość chodzi, jak pije herbatę, jak siada; pyta dotąd, dopóki nie domyśli się, kto jest Tajemniczym Gościem

Tytuł: Chińskie posągi

Rekwizyty: niepotrzebne

Cel: podniesienie nastroju, budowanie zaufania

Przebieg:

Jedna osoba staje pośrodku w dowolnej postawie. Druga podchodzi i zmienia pozycję ręki, nogi itp.

Następne robią to samo. Osoba prowadząca w dowolnym momencie mówi: mróz i wtedy każdy zastyga nieruchomo tam, gdzie się aktualnie znajduje w identycznej pozycji, jak osoba ze środka. Po chwili osoba prowadząca mówi: ciepło i zabawa trwa dalej (tak długo, jak sobie tego życzą uczestnicy)

Tytuł: Zabójca

Rekwizyty: talia kart

Cel: koncentracja uwagi, zabawa

Przebieg:

Uczestnicy siadają w dwóch kręgach (jeden w drugim). W wewnętrznym kręgu zostają rozdane karty. Osoby siedzące w nim umawiają się, która z kart będzie "zabójcą" (np. Królowa Pik). Osoba, która otrzymała tę kartę, po kilku sekundach kładzie swoje karty w środku tak, aby wszyscy mogli je widzieć i mówi: nie żyję. Nie mówi natomiast, co ją "zabiło". Następuje kolejne rozdanie kart, w którym ta osoba już nie uczestniczy. I znowu osoba, która dostanie tę kartę, zostaje "zabita". Jeśli ktoś z kręgu zewnętrznego domyśli się, która karta jest "zabójcą", mówi: sądzę, że to... Jeśli nie miał racji, oznacza to, że "popelniał samobójstwo". Wypada z gry. Gra toczy się, dopóki ktoś nie zgadnie, która karta "zabija"

lub wszyscy nie zostaną "zabici". Potem następuje zmiana - krąg zewnętrzny wchodzi do środka, a wewnętrzny siada na zewnątrz i zabawa zaczyna się od nowa

Tytuł gry: Dwuminutowa autobiografia

Cel gry: Samoświadomość, budowanie zaufania

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Każdy członek grupy znajduje partnera, najlepiej takiego, którego słabiej zna. W ciągu dwóch minut opowiada mu to, co chciałby, żeby partner wiedział o nim i jego życiu: o przeszłości, teraźniejszości, planach, marzeniach. Po zmianie ról dołączają do innej pary i pierwsza osoba przedstawia swojego partnera, mówiąc wszystko, co zapamiętała z jego autobiografii. Po prezentacji w obrębie czwórki należy dołączyć do całej grupy i przedstawić swoich partnerów wszystkim. Można zrobić to w formie rundki, zaczynającej się od słów: dowiedziałem się, że...

WARIANTY: można zatrzymać się na parze lub czwórce i pozwolić na zadawanie pytań, tak aby autobiografia była głębsza

Tytuł gry: Co nowego i dobrego

Cel gry: Rozgrzewka, budowanie zaufania

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Siedząc w kręgu, każdy z uczestników wypowiada zdanie: "Najmilszą rzeczą jaka mi się przytrafiła w tym tygodniu było...". Mogą to być rzeczy poważne ale też drobne przyjemności - na przykład uśmiech od kogoś miłego.

Tytuł gry: Tik-tak

Cel gry: Koncentracja, przełamywanie lodów

Rekwizyty: Dwa małe przedmioty, np. czerwona i niebieska kredka

Przebieg: Rozpoczynający podaje jeden z przedmiotów na prawo mówiąc: "to jest TIK". Gracz pierwszy pyta: "co?", rozpoczynający powtarza: "TIK". Gracz pierwszy podaje dalej mówiąc: "to jest TIK", gracz drugi pyta pierwszego: "co?" i pierwszy pyta rozpoczynającego: "co?". Za każdym razem pytanie to musi powrócić do rozpoczynającego, a odpowiedź musi po kolei powrócić do osoby trzymającej przedmiot, zanim zostanie podany dalej. Kiedy to zostanie przećwiczone, można zacząć równocześnie posyłać w lewo drugi przedmiot mówiąc: to jest TAK. Należy pozwolić grupie próbować tak długo, aż oba przedmioty powrócą do rozpoczynającego bez przeszkód.

Tytuł gry: Spotkanie sławnych osobistości

Cel gry: Poznanie się, nawiązywanie kontaktu, przełamywanie lodów

Rekwizyty: Szpilki, kartki z wpisanymi imionami sławnych ludzi (mogą być prawdziwi, np. Joanna d'Arc, lub zmyśleni, np. Superman, itp.)

Przebieg: Wchodzącym do pokoju prowadzący przypina na plecach kartki z imionami sławnych osób. Każdy chodzi po pokoju i próbuje zgadnąć kim jest, zadając pytania pozostałym osobom. Kiedy odgadnie kim jest, przypina sobie kartkę z przodu i chodzi dalej pomagając innym.

WARIANTY: można próbować zrobić to bez użycia słów

Tytuł gry: Spotkanie sławnych osobistości

Cel gry: Poznanie się, nawiązywanie kontaktu, przełamywanie lodów

Rekwizyty: Szpilki, kartki z wpisanymi imionami sławnych ludzi (mogą być prawdziwi, np. Joanna d'Arc, lub zmyśleni, np. Superman, itp.)

Przebieg: Wchodzącym do pokoju prowadzący przypina na plecach kartki z imionami sławnych osób. Każdy chodzi po pokoju i próbuje zgadnąć kim jest, zadając pytania pozostałym osobom. Kiedy odgadnie kim jest, przypina sobie kartkę z przodu i chodzi dalej pomagając innym.

WARIANTY: można próbować zrobić to bez użycia słów

Tytuł gry: Nie rozśmieszaj mnie

Cel gry: Rozwój osobisty, zabawa, koncentracja

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: Dobieranie się dwójkami. Jedna osoba usiłuje być poważna i nawet nie uśmiechać się. Partner ma za zadanie ją rozśmieszyć. Kiedy to mu się uda, partnerzy zamieniają się rolami

WARIANTY: można próbować rozłościć partnera, ale bez osobistych komentarzy czy fizycznej przemocy. Należy to potem omówić.

Tytuł gry: Krewni

Cel gry: Przełamanie lodów, zabawa, budowanie zaufania (zabawa wskazana na pierwsze spotkanie z grupą)

Rekwizyty: niepotrzebne

Przebieg: 1) uczestnicy krążą po sali, osoba prowadząca mówi: "znajdź kogoś, kto ma podobne oczekiwania w stosunku do tego warsztatu, jak ty

2) osoba prowadząca mówi: usiądź z tą osobą i ustalcie, kto będzie osobą A, a kto B

3) A mówi, B słucha. A mówi o rzeczach, które chce, aby osoba B wiedziała o niej. Po 5 minutach następuje zmiana (rozmowa trwa w sumie 10 minut)

4) A i B mają 5 minut na porozumienie się w sprawach, które są dla nich wspólne

5) osoba prowadząca mówi: teraz niech każdy znajdzie innego towarzysza i porozmawia z nim na tematy, które są wam wspólne. Powtarzajcie to tak długo, aż zbiorą się dwie duże grupy "krewnych", których członkowie mają coś ze sobą wspólnego

6) dowolna zabawa wykorzystująca podział na dwie drużyny