

## Gry i zabawy integracyjne.

### Bez użycia języka

Gry i zabawy integracyjne są użyteczne na pierwszym etapie poznawania się, gdy do grupy dochodzi nowa osoba, ale także jako przerywnik podczas lekcji lub innych zajęć. Większość ćwiczeń może być stosowana w grupie nie znającej języka polskiego lub dopiero rozpoczynającej naukę.

„Gry i zabawy integracyjne. Bez użycia języka” mogą być łączone z drugą częścią opracowania „Gry i zabawy integracyjne. Pierwsze słowa. Rozumienie”.

#### 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 i chcieli wziąć udział w grze (np. ze względu na stan zdrowia, samopoczucie).
- Daj możliwość wycofania się tym, którzy z jakichkolwiek powodów nie mają ochoty wziąć udziału w grze.
- Wyjaśnij reguły gry. Poświęć na to więcej czasu, szczególnie gdy masz w grupie osoby nie znające języka polskiego.
- Zadbaj o wprowadzenie językowe, wyjaśnij lub zapisz nowe słowa, używaj translatora, rysuj lub przygotuj plansze z obrazkami.
- Otwórz się na uczenie języków obcych. Nowe osoby będą uczyły się polskiego, a wy możecie nauczyć się języka ukraińskiego, rosyjskiego lub innego.
- Jeśli to jest za trudne wybieraj gry opierające się na komunikacji niewerbalnej.
- Szczególną uwagę zwracaj na wprowadzanie gier, które będą wymagały bliskiego kontaktu fizycznego. Daj uczestnikom możliwość zdecydowania, czy chcą w takiej zabawie brać udział.
- Nie przeciągaj. Lepiej skończ zabawę, gdy wszyscy się dobrze bawią i poczują lekki niedosyt z powodu zakończenia.
- Niektóre gry mogą stać się ulubione. Możesz do nich wracać, ale dbaj o różnorodność.

#### 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.

**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

### Piłeczki

**cel:** utrwalenie znajomości imion, poprawa koncentracji

**czas trwania:** ok. 15 minut

**materiały:** piłeczki

**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 piłeczkę, wiedziała, że ta do niej leci. Należy zapamiętać, do kogo rzuca się piłeczkę 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 piłeczek mamy do dyspozycji, tyle można wprowadzić do gry. W pewnym momencie w powietrzu znajduje się wiele piłeczek, a rzucający muszą głośno krzyknąć imiona osób, do których rzucają, tak aby te były zorientowane, że leci do nich kolejna piłeczka.

### 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!

### Zasłona

**cel:** poznanie się członków grupy, utrwalanie znajomości imion

**czas trwania:** ok. 10 minut

**materiały:** zasłona, koc

**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.

### **Wszyscy, którzy...**

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

**czas trwania:** ok. 10 minut

**materiały:** translator w telefonie

**przebieg:** Uczestnicy siedzą w kręgu. Jedna osoba stoi w środku i mówi: „Wszyscy, którzy...” (np. lubią lody waniliowe, znają trzy języki, lubią zwierzęta, nie lubią matematyki itd.). Każde zdanie trzeba przetłumaczyć używając translatora. Dopiero wtedy, 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.

### **Las równikowy**

**cel:** wyciszenie grupy, 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 tosterka 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 głowę 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 zaurczone i mówią słodkim głosem: „Oh, James!”.

**wskazówka:** Warto przy okazji nauczyć się kilku słów w językach obcych 😊 Figur do tej gry jest wiele! Zachęcamy do 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:** zaktywizowanie uczestników, pobudzenie do pracy

**czas trwania:** 10 minut

**przebieg:** Dzielimy grupę na dwie części. Jedną z podgrup to pingwiny, drugą to bociany. Członkowie grupy „pingwiny” usztywniają ręce i układają je wzdłuż ciała, a także chodzą małutkimi kroczkami – naśladując 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”.

### **Rondo**

**cel:** zaktywizowanie uczestników, pobudzanie 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.

**wskazówka:** warto pokazać uczestnikom co i jak mają zrobić.

### **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 dłońią odnaleźć inne dłonie. Uczestnicy łąpią 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 łąpać dłonie z różnych stron, tak by nie utworzyć par. Prowadzący(-ca) może pomóc znaleźć się rękom, 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 puszczać rąk – starają się rozplątać powstały węzeł. Zadanie jest wykonane, kiedy wszyscy stoją znowu razem w kręgu.

**wskazówka:** Po zakończeniu zabawy nie zapomnij podsumować tej gry. Pogratuluj uczestnikom umiejętności współpracy! Powiedz, że jesteście w stanie rozwiązywać wspólnie problemy, nawet bez znajomości języka, tak jak rozwiązaliście ten węzeł gordyjski.

### **Węzeł na linie**

**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. Pogratuluj uczestnikom umiejętności współpracy! Zauważ czy w grupie uwidocznił się jakiś lider – przewodnik. Jak zostały podzielone role? W jaki sposób podzielono obowiązki?

### **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. Ruchy muszą się zmieniać, to wodzirej rozpoczyna nowy ruch, a grupa powtarza. 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.

### **Bitwa na śnieżki z gazet**

**cel:** zaktywizowanie uczestników, integracja grupy

**czas trwania:** ok. 15 minut

**przebieg:** Dwie drużyny stoją naprzeciwko siebie. Sala jest podzielona na dwie części. Każdy gracz dysponuje jedną kulą. Na sygnał prowadzącego drużyny przerzucają kulki na boisko drużyny przeciwnej. Kolejny sygnał przerywa bitwę. Zamiast sygnału można użyć muzyki gdy muzyka rozbrzmiewa można rzucać śnieżkami, gdy zostaje wyłączona, należy przerwać rzucanie. Wygrywa drużyna która ma mniej kul na swojej części sali. Po zabawie uczestnicy wrzucają kulki do trzech foliowych reklamówek i sklejają je taśmą tworząc bałwana.

### **Źródło:**

Gry i zabawy, FRSE [https://issuu.com/frse/docs/gry\\_pdf\\_19070](https://issuu.com/frse/docs/gry_pdf_19070)

Gry i zabawy integracyjne, Stowarzyszenie Elbląg Europa, Klanza [https://kipdf.com/gry-i-zabawy-integracyjne\\_5af1a3657f8b9a11188b456e.html](https://kipdf.com/gry-i-zabawy-integracyjne_5af1a3657f8b9a11188b456e.html)

Zebrała i dostosowała: Izabela Czerniejewska