

## **Zabawy z chustą animacyjną KLANZA**

Opracowała: mgr Malwina Śmiałek

Chusta, zwłaszcza przy pierwszym z nią spotkaniu stanowi dla grupy dużą atrakcję (sprawia to jej wygląd). Wskazane jest, aby uczestnicy mieli możliwość zapoznania się z nią (mogli nią pomachać, wejść pod nią), a dopiero potem mogli bawić się według określonych zasad.

Do przeprowadzenia zabaw z chustą potrzebne jest duże, wysokie pomieszczenie. Jeśli warunki atmosferyczne są sprzyjające, dobrze jest organizować zabawy w plenerze. Należy pamiętać o sprawdzeniu podłoża, oraz o tym, że chusta nie jest przeznaczona do podnoszenia i podrzucania ludzi.

Mając określony cel i znając swoją grupę (wiek uczestników, liczbę), prowadzący wybiera odpowiednie przykłady zabaw lub modyfikuje je w zależności od potrzeb.

### **Wyszczególniono następujące grupy zabaw:**

1. Zabawy ułatwiające wzajemne poznanie i integrujące grupę - umożliwiają zapamiętanie imion i wymianę podstawowych informacji o sobie.
2. Zabawy ćwiczące współdziałanie - integrują grupę poprzez dążenie do osiągnięcia wspólnego celu, zachęcają do nawiązania kontaktów i współpracy.
3. Zabawy ćwiczące refleks i spostrzegawczość - wymagają skupienia uwagi, ćwiczą szybkie reakcje na określony sygnał lub znak.
4. Zabawy ćwiczące zwinność i zręczność - rozwijają takie cechy charakteru jak: pewność siebie, wiara we własne siły i odwaga.
5. Zabawy oparte na zaufaniu do grupy - pozwalają doświadczyć bycia grupie.
6. Zabawy wprowadzające odprężenie i relaks - wywołują dobry nastrój i psychiczne odprężenie.
7. Zabawy ćwiczące sprawność manualną - rozwijają precyzję ruchów.
8. Zabawy ćwiczące umiejętność rozpoznawania kolorów.
9. Zabawy w gnianego - wpływają na ogólną motorykę organizmu, ćwiczą szybkość oraz wytrzymałość.
10. Zabawy oparte na zgadywaniu - ćwiczą percepcję wzrokową, pamięć i spostrzegawczość.
11. Gry - uczą zasad i ich przestrzegania.
12. Zabawy wymagające dodatkowych rekwizytów - rozwijają wyobraźnię, modyfikują zabawy już istniejące.
13. Zabawy przy muzyce.

### **Przykłady zabaw**

#### **1. Zabawy ułatwiające wzajemne poznanie i integrujące grupę**

„Kogo brakuje?” - uczestnicy stoją w kręgu z zamkniętymi oczami trzymając chustę na wysokości pasa. Prowadzący wybiera osobę (może być ich więcej), która wchodzi pod chustę. Następnie wszyscy otwierają oczy i odgadują, kto jest pod chustą.

„Kolorowe wycieczki” - wszyscy siedzą na podłodze trzymając chustę na wysokości pasa. Prowadzący podaje nazwę koloru, a osoby trzymające ten kolor zmieniają się miejscami.

„Przebieganie pod chustą” - uczestnicy podnoszą i opuszczają chustę, trzymając ją za uchwyty. Prowadzący mówi, kto ma zmienić miejsce, np. przebiegają ci, którzy mają niebieskie oczy; przebiegają osoby, które mają siostrę itp. Gdy chusta jest maksymalnie w górze, osoby te przebiegają pod nią.

## **2. Zabawy ćwiczące współdziałanie**

„Bilard” - grupa wachluje chustą, na której jest piłeczka. Ma ona wpaść do otworu znajdującego się na środku chusty.

„Sztorm” - na chustę wrzucamy lekkie przedmioty (piłeczki, zabawki). Podczas wachlowania nie mogą one spaść z chusty.

„Kwiat lotosu” - jedna osoba siedzi na środku chusty z nogami pod brodą. Pozostali uczestnicy trzymają chustę za brzeg. Zwracają się w prawą stronę, idąc powoli zawijają siedzącego. Gdy jest on zawinięty do wysokości ramion zatrzymują się i na słowa „trzy, cztery” równocześnie i szybko wycofują się.

„Składanie” - zadanie grupy polega na złożeniu chusty w określony kształt (np. w kostkę, trójkąt, prostokąt) lub w inny wymyślony sposób, np. tak, by był widoczny tylko jeden klin materiału, by widoczne były dwa, trzy, a nawet cztery kliny w danym kolorze.

## **3. Zabawy ćwiczące refleks i spostrzegawczość**

„Rybak i rybka” - uczestnicy stoją w kręgu trzymając brzeg chusty. Wybieramy dwie osoby, które przyjmują rolę „rybaka” i „rybki”. Rybak wchodzi na chustę i stara się złapać pływającą w wodzie rybkę. Bawiący się falują chustą, utrudniając w ten sposób zadanie rybakowi. Gdy ten złapie rybkę, następuje zmiana par.

„Sałatka owocowa” - uczestnicy trzymają chustę za uchwyty. Podzieleni są na cztery, pięć rodzajów owoców np. gruszki, banany, cytryny, truskawki, kiwi itp. Grupa wachluje chustą. Gdy jest ona wysoko prowadzący wymienia nazwy owoców, a osoby należące do tych rodzajów przebiegają pod nią zmieniając się miejscami i łapią inne uchwyty. Na hasło „sałatka owocowa” - wszyscy zmieniają miejsce. Zamiast owoców mogą być kolory.

## **4. Zabawy ćwiczące zwinność i zręczność**

„Pająk” - uczestnicy stają wokół chusty. Jedna osoba dwukrotnie rzuca kostkę z kolorami. Pierwszy rzut - wskazuje kolor pola, na którym staje, drugi rzut - pole, na którym kładzie ręce.

„Naleśnik” - osobę leżącą na brzegu chusty zawijamy (głowa musi pozostać poza chustą). Ta próbuje sama się rozwinąć.

„Skoki naleśnika” - uczestnicy tworzą rząd. Pierwsza osoba w rzędzie jest zawinięta w chustę tak, że może jedynie skakać obunóż. Na sygnał prowadzącego skacze do linii mety (20 kroków od linii startu), a następnie uwalnia się i biegiem wraca na start, przynosząc chustę ze sobą. Grupa zawija w nią kolejną osobę.

## **5. Zabawy oparte na zaufaniu do grupy**

„Na karuzeli” - chętna osoba siada na środku chusty, a reszta kręci nią, idąc coraz szybciej w jedną stronę. Osoba na środku stara się utrzymać równowagę.

„Potwór z Loch Ness” - uczestnicy siedzą dookoła chusty trzymając ją na wysokości brody. Pod nią znajduje się jedna osoba - potwór. Gdy wszyscy zamkną oczy, potwór wciąga kogoś pod chustę. Grupa otwiera oczy i zgaduje, kto zniknął. Kto zgadnie, wchodzi w rolę potwora.

## **6. Zabawy wprowadzające odprężenie i relaks**

„Muzyczna chusta” - uczestnicy trzymają rozciągniętą chustę. Grupa porusza się w takt melodii, falując chustą. Prowadzący przygotowuje różne fragmenty muzyczne.

## **7. Zabawy ćwiczące sprawność manualną**

„Karuzela” - uczestnicy trzymają za uchwyty naprężoną chustę na wysokości pasa. Śpiewając: „Hej, ho, hej, ho, do pracy by się szło...” - rytmicznie przekazują sobie chustę w prawą stronę. Zaczynają od bardzo powolnego śpiewania, stopniowo zwiększając tempo. Po pewnym czasie następuje zmiana i chusta wędruje w lewą stronę.

## **8. Zabawy ćwiczące umiejętność rozpoznawania kolorów:**

„Stań na kolorze” - uczestnicy tańczą w rytm muzyki wokół chusty. Gdy muzyka umilknie, stają na kolorze podanym przez prowadzącego.

„Złap przesyłkę” - grupa tworzy koło, trzymając chustę, na której położona jest piłka. Wyznaczona osoba zajmuje miejsce pod chustą, wyciągając ręce przez otwór. Zadaniem bawiących jest tak prowadzić piłkę, by trafiła ona do osoby pod chustą. Zabawa może być prowadzona na czas (kto więcej razy w czasie jednej minuty chwyci i odrzuci piłkę na chustę).

## **9. Zabawy w ganianego**

„Deszczowa chmura” - w oznaczonym rogu sali stoi sześć osób trzymających chustę – „deszczową chmurę”. Reszta grupy zajmuje miejsca po przeciwnej stronie. Na sygnał prowadzącego osoby z „deszczową chmurą” biegną w kierunku uciekających kolegów, próbując ich nakryć. Osoby schwytane powiększą „deszczową chmurę”.

„Zabawa z numerami” - uczestnicy zabawy trzymają chustę za uchwyty. Odliczają do czterech (każdy zapamiętuje swój numer). Na sygnał prowadzącego grupa porusza się krokiem dostawnym w lewo. Następnie prowadzący wywołuje numerki: od 1 do 4. Osoby nim oznaczone puszczają chustę i obiegają krążących w kierunku przeciwnym w prawo, próbując jak najszybciej stanąć na swoje miejsce. Wygrywa ten, kto zrobi to pierwszy.

## **10. Zabawy oparte na zgadywaniu**

„Kto gdzie jest?” - kilka leżących osób przykrywamy chustą. Zmieniają się one miejscami. Grupa dotykając ich przez chustę odgaduje, gdzie kto leży.

„Pomnik” - trzysobowa grupa chętnych wchodzi pod chustę i tworzy „pomnik”. W tym czasie pozostali odwracają się. Na znak prowadzącego kilka osób – „rzeźbiarzy” bada pomnik dotykiem, a następnie stara się w trzysobowej grupie odtworzyć go. Prowadzący odsłania pomnik, wszyscy sprawdzają podobieństwo kopii do oryginału.

## **11. Gry**

„Tarcza strzelecka” - rozłożoną chustę kładziemy na podłodze. Jest ona tarczą strzelecką, na której określone kolory oznaczają daną liczbę punktów: np. czerwony - 10, zielony - 8, niebieski - 6, pomarańczowy - 4, żółty - 2. Uczestnicy stoją w odległości 10 m od chusty i rzucają w jej kierunku (można rzucać tyłem do chusty w odległości 5 m).

## **12. Zabawy wymagające dodatkowych rekwizytów:**

„Zanieś miskę na drugą stronę” - uczestnicy trzymają naprężoną chustę, na niej stoi miska z wodą. Zadaniem grupy jest przeniesienie chusty na wcześniej wyznaczone miejsce.

„Przerzucić piłkę” - uczestnicy trzymają chustę. Na niej znajduje się piłka. Zadaniem bawiących się jest przerzucenie jej na stronę przeciwną, aby spadła poza chustę.

## **13. Zabawy przy muzyce**

„Worek ze skarbami” - uczestnicy siedzą wokół chusty lub na niej. W worku znajdują się rekwizyty w kolorach odpowiadających kolorom chusty. Uczestnicy podają go sobie w rytm muzyki. Gdy muzyka milknie, zadaniem osoby, która trzyma worek, jest wyciągnięcie rekwizytu, podanie jego nazwy, koloru, zastosowania i położenie go na polu chusty w tym kolorze.

## **Inne możliwości wykorzystania chusty**

1. Zabawy z chustą uatrakcyjniają zajęcia i pozwalają realizować różne cele edukacyjne.
2. Chusta zawieszona na ścianie może być wykorzystana jako rekwizyt (np. kula ziemiska).

3. Przy pomocy chusty można wywołać podczas zajęć odpowiedni nastrój np. zimą dzieci mogą przeżyć zamieć śnieżną (duża ilość gazet podartych na kawałeczki). Dzieci rzucają kawałki gazet na chustę i ruszają nią.
4. Chusta może się stać dowolnym środkiem lokomocji np. balonem.
5. Wykorzystując chustę, możemy po zajęciach uzyskać od grupy informację zwrotną. Chustę rozkładamy na podłodze. Uczestnicy tyłem rzucają woreczek, by upadł na chustę. Następnie odpowiadają na pytanie umieszczone na polu (tym, na które upadł worek).
6. Na balu można wykorzystać ją do „tęczowego deszczu” (w chuście podwieszanej do sufitu umieszczone są balony. Na sygnał, sznurki podtrzymujące chustę zostają odcięte - na dzieci spada tęczy deszcz).
7. Chusta - element scenografii (obrus, scena do występów itp.)
8. Wykorzystanie chusty do zabaw fabularyzowanych np. „Na morzu”, „Kopciuszek”.

#### Zabawy z tunelem

Tunel to wykonany z miękkiego materiału długi kolorowy rękaw. Może być wejściem np. do „krajny wróżb i czarów”, może być elementem scenografii. Wejście do tunelu i wyjście zeń nie jest usztywnione, dlatego osoba, która jest w środku nie wie, gdzie jest jego koniec. Tunel jest wąski, dlatego dobrze jest przechodzić pojedynczo.

„Przechodzenie” - uczestnicy zabawy przechodzą przez tunel w określony sposób, np. na czworaka, czołgając się, przodem lub tyłem, jak krab, opierając się na rękach itp. Prowadzący trzyma koniec tunelu, co umożliwia jego manewrowanie.

„Turlanie piłki” - uczestnik zabawy wchodzi do tunelu. Przechodzi przezeń turlając przed sobą piłkę - popychając przed sobą piłkę rękami lub głową. I znów bawią się wszyscy, ale do tunelu wchodzi pojedynczo.

### Gry ruchowe

Gry ruchowe - rozluźniające zostały pomyślane jako ważna część programu dla każdego rodzaju grupy. Muzyka stanowi tło i zachęca do ruchu. Wypełnia przestrzeń, koncentruje uwagę i przełamuje początkowe zahamowania.

Gry podzielono w następujący sposób:

#### A. Ruch świadomy:

„Gumoludki i roboty” (Muzyka „Impulsy”) - uczestnicy poruszają się po pomieszczeniu swobodnie i reagują na muzykę wykonując określone ruchy przypominające sposób poruszania się człowieka z gumą - swobodny i sprężysty, albo robota - sztywny i urywany.

#### B. Ruch mocny - szybki - taktyczny:

„Słup soli” - osoba „łapacz” goni innych. Po dotknięciu osoba złapana zamienia się w „słup soli”, stojąc w bezruchu z szeroko rozstawionymi nogami, czekając na uwolnienie. Następuje ono, gdy inny uczestnik gry przejdzie mu pod nogami.

#### C. Ruch rozluźniający:

„Od dziadka do dziecka” - dziecko naśladuje ruchy osoby: 85-letniej, 50-letniej, 30-letniej (pewni siebie), 16-latka (bardzo pewni siebie), 8-latka (rozrabiaki), 2-latka (ciekawscy), 3 miesiące (niemowlaki).

#### D. Poruszanie - dotykanie - spotkanie:

1. „Naśladowanie mimiki” - partnerzy naprzeciwko siebie, jeden robi miny, a drugi stara się je naśladować.
2. „Idący cień” - jedna osoba idzie do przodu. Cień podąża za nim, naśladowując jego ruchy.

#### E. Rozluźnienie - odczuwanie:

„Niewidomy rzeźbiarz” - w zabawie uczestniczy albo dwóch partnerów albo dwie pary. Jedna osoba zamyka oczy - w tym czasie druga osoba tworzy z siebie figurę. Następnie „niewidomy” partner próbuje dotykiem ustalić kształt figury i ustawić się w tej samej pozycji co jego partner.

#### F. Przedstawienie - wyrażenie:

„Garncarze” - grupa dzieli się na dwie podgrupy: glinę i garncarzy. Kawałki gliny leżą na ziemi, a garncarze formują ją. Po zakończeniu gry uczestnicy zmieniają się rolami. Kawałki gliny stają się garncarzami.

„Wystawa” - kilka osób albo pojedyncze osoby tworzą z małych podgrup wystawy poświęcone różnym tematom.

#### Bibliografia:

- *A. Wasilak, „Zabawa z chustą”, wydawnictwo KLANZA*
- *„Tańce i zabawy dla grupy”, wydawnictwo KLANZA*