**HRY**

SEZNAM

1. Odhadovka
2. Novináři, Interview
3. Dobrý den a variace
4. Tlesk
5. Hakis
6. Dostihy
7. Vor
8. Ruce-nohy…
9. Pif PAF
10. Kruh
11. Ponožková honička
12. Vláčkodráha
13. Panťák
14. Praní
15. Vizitka – NASAbook
16. Řazení
17. Náladovka
18. Jmenovka
19. Samuraj
20. Katamarán v bouři
21. Čísla 1,2 bum
22. Krokodýlí řeka
23. Viking, anděl, párek a variace
24. Houpací kruh
25. Sedací kroužek
26. Padání čísel
27. Odhad vzdálenosti místa
28. Chození poslepu v kruhu
29. Ulička důvěry
30. Autíčka
31. Vodní lůžko
32. Déšť
33. Farma
34. Papírová nálada
35. Představování s předmětem
36. Jména a deka
37. Jedna, dvě, tři
38. Zběsilá japonská honička
39. Zrcadlo
40. Fotograf
41. Babylón
42. Telepat
43. Kufr
44. Kelímek a vajíčko
45. Kevin
46. Bom čiki bom
47. Bubnovačka
48. Relaxace s Tibetskou mísou

1. **Odhadovka**

Typ hry: Seznamovací, úvodní

Obsazení: Skupina, lektoři (minimální počet 1, optimální počet 2-3)

Pomůcky: Papír, tužka

Popis hry: Lektor/ři si dopředu vymyslí pár vtipných otázek sami pro sebe. Otázky mohou být otevřené, uzavřené… Ve skupině si každý píše svou vizi odpovědí a snaží se odhadnout správnou odpověď. Na konci hry nejprve odpovídá skupina, pak odhalí pravdu lektoři.

Typ otázek: Co je oblíbený koníček? Oblíbený večerníček (+ nabídka 5 možností), Do čeho by nikdy nešli, Kde byla daná osoba nejdále … atd.

Vlastní poznámky: docela dobré hádat, co dané osoby dělají, co mají rádi. Bylo to zajímavé. Mnohokrát jsem se trefila.

2. **Novináři =** **Interview**

Typ hry**:** prezentační

Obsazení: Skupina do dvojic

Pomůcky: Vytištěný formulář (ale v nouzi stačí tužka, poznámkový blok)

Popis hry: Dvojice si hraje na novináře a vyzpovídá svou celebritu, ve dvojici se vystřídají.

 Na konci hry představuje žurnalista svou celebritu.

Typ otázek: viz formulář

Poznámky: Už zde je dobré mít nastavená pravidla pro skupinu

Vlastní poznámky: Bylo to velmi zajímavé prezentovat svého kolegu. Bylo to velmi zvláštní přemýšlet sama nad sebou, co mám ráda, co je moje silná stránka, slabá. Nad těmito otázkami člověk moc nepřemýšlí.

3. **Dobrý den a variace**

Typ hry**:** Seznamovací, úvodní

Obsazení: Skupina stojí v kruhu, jeden iniciátor

Pomůcky: ------------------

Popis hry: Iniciátor stojící uprostřed kruhu se postaví před jednu osobu, kterou pozdraví „Dobrý den“, oslovená osoba se rozloučí s dvěma sousedy v kruhu „Na shledanou!“ a vymění si místo s iniciátorem uprostřed kruhu, iniciátor se zařadí do kruhu a vítá se s oběma sousedy „Dobrý den“

Variace: Místo pozdravů použít

* křestní jména
* zvuky zvířat

Poznámky: Zábavné

Vlastní poznámky: Je důležité být ve středu. Nenechat se splést. Ovšem dle vlastní zkušenosti jsem se po chvíli popletla

4. **Tlesk do kruhu**

Typ hry**:** pohotová

Obsazení: Skupina v kruhu

Pomůcky: ----------------------

Popis hry: Nejprve nácvik – tlesknutí pravou rukou o nataženou dlaň levé. Iniciátor posílá tlesk po kruhu, snaha o co nejrychlejší oběh tlesknutí. Výsledkem je lavinové tlesknutí

Poznámky: Mírně se natočit a koukat na sousedovu ruku

Vlastní poznámky: Musíme mít dobrý postřeh. Je lepší se dívat na ruce souseda. Bylo to zábavné

5. **Hakis**

Typ hry**:** Seznamovací a postřehová

Obsazení: Skupina v kruhu

Pomůcky: Několik hakisáků nebo měkkých míčků

Popis hry: Iniciátor se podívá na někoho v kruhu, vysloví jeho jméno a dotyčný chytá hozený hakisák. Všichni v kruhu se vystřídají a hakisák končí u iniciátora. Druhé kolo se opakuje stejně (stejná posloupnost hráčů), ale už se nevyslovuje jméno, jen kontakt očima. Třetí kolo se zrychluje. Následující kolo/a – přidává se počet hakisáků, ale pořadí osob se nemění.

Poznámky: Hází se obloučkem, při větším počtu hakisáků nutné sledovat „vše“

Vlastní poznámky: Velmi dobrá hra, velmi zajímavá, zaujala mě velmi. Použila jsem tuto hru v ČJ – vyjmenovaná slova. Dětem se moc líbila, byly nadšené

6. **Dostihy**

Typ hry**:** Uvolňovací, pohodová

Obsazení: Skupina v kruhu, iniciátor

Pomůcky: ----------------------

Popis hry: Iniciátor představí překážky, styl dostihu a okolí dostihu, které bude celá skupina najednou vytvářet, např.:

* Klus: Plácání do stehen
* Malý příkop: menší poskok a zvolání hop
* Velký příkop: větší poskok, ruce napodobují přední nohy koně a zvolání hóóóp
* Vodní příkop: Ruka na nose a zvuk bublání
* Bláto: poplácávání po tvářích (nebo mlaskání)
* Drny: Podupávání
* Zatáčky: vlevo, vpravo - výrazné vysunutí boku do strany
* Předjíždění: Ruce v loky a směrem za záda
* Pánská lóže: zvolání „hůůůůůů“ (hlubokým hlasem)
* Dámská lóže: zvolání „hůůůůůů“ (vysoko, až pištivě)
* Prezident: podle toho, zda je napodobitelný
* Fotografové: imaginární foťák a zvuky cvakání „cvak,cvak“
* Bičík: Plácání rukou po vlastním boku

Celá skupina si to vyzkouší, a pak se jede závod. Iniciátor určuje průběh dostihu – vyklusávání, start, zatáčka vpravo, malý příkop, klus, zatáčka vlevo, vodní příkop…..

Poznámky: Další varianty překážek a dostihu: např. VIP lóže = dámy v klobouku, pánové s buřinkou – lze napodobit….

Vlastní poznámky: Hra je hodně hlučná, ne každému vyhovuje

7. **Vor**

Typ hry**:** Skupinová

Obsazení: Skupina v prostoru, iniciátor

Pomůcky: Vhodný nějaký rytmický nástroj: bubínek, ozvučná dřívka, guiro ☺ (ale dá se jen tleskat)

Popis hry: Celá skupina je na velkém voru, který se bude naklánět, pokud nebudou všichni rovnoměrně rozptýlení (všude stejná hustota lidí). Iniciátor zadá rytmus, podle kterého se všichni na voru musí pohybovat (tak aby nikdo nezůstal stát a nikde se nevytvořil chumel lidí), rytmus iniciátor mění. První kolo – voraři se na pozdrav dívají jeden druhému do tváře, druhé kolo – podávání rukou a radostný pozdrav, třetí kolo – podání ruky, ale tu držet v dlaní do té doby, než se druhou rukou pozdraví s dalším vorařem….

Poznámky: Ne každý má rád, podávat mnoha lidem ruce

Vlastní poznámky: Nakonec to může být hezká „skoromazurka“

8. **Ruce nohy**

Typ hry**:** Soutěžní

Obsazení: 2 skupiny, 1 iniciátor, + dobré třeba 2 kontroloři

Pomůcky: Tužka a papír pro iniciátora

Popis hry: Skupina se rozdělí do dvou týmů. Iniciátor hlásí počet částí těla, které se budou dotýkat země – nejprve jednouché verze, pak těžší varianty.

Typ kombinací: Na zemi zůstane: 15 nohou a 13 rukou, Na zemi zůstane 8 nohou, 8 kolen, 12 rukou, 4 lokty, 4 uši…. Pokud kontroloři, pak tým, který má první splněno se hlásí a kontrolor přepočítá správnost počtu. Za každé kolo bod.

Poznámky: Nakonec: Na zemi „nezůstane nic“

Vlastní poznámky: Je důležité najít systém, na základně kterého by celá akce proběhla co nejrychleji – dobrá strategie, podle které by se to dobře pamatovalo. Bohužel naše skupina na to přišla až skoro nakonec. Bylo to velmi zajímavé a moc mě to bavilo.

9. **Pif Paf**

Typ hry**:** Postřehová

Obsazení: Skupina v kruhu, iniciátor

Pomůcky: ----------------------------

Popis hry: Iniciátor uprostřed kruhu (akční), na někoho namíří pomyslný kolt s výkřikem Pif, osoba, na kterou ukáže, namíří na něj a odpovídá Paf, pokud ale iniciátor na někoho namíří se slovy PifPaf, ta osoba si dřepne a její sousedi míří na sebe se slovy Pif. Jde o vyřazovací hru, takže sousedé nejsou v dalších kolech vždy úplně blízko.

Typ vyřazování: Pokud se někdo splete jak v citoslovci, tak v pohybu, pokud je v souboji PipPaf pomalejší. Vyřazený zůstává sedět.

Poznámky: Nutná soustředěnost

Vlastní poznámky: Velmi mě to bavilo. Zábavné. Brzy jsem se popletla, byla u toho sranda.

10. **Kruh - jedinečný**

Typ hry**:** Seznamovací

Obsazení: Skupina v kruhu

Pomůcky: -------------------------------

Popis hry: Kdokoliv může vstoupit do kruhu a říct, v čem si myslí, že je jedinečný (zkušenosti, zážitky, dovednosti, neobvyklé koníčky…): „**Jsem jediný, kdo …….**.“

Poznámky: Pokud je řečena věc, která je jedinečná i pro jiné ze skupiny, tak ti vkročí do kruhu také. Pokud nikdo nesdílí tuto informaci, nikdo k němu nepřistoupí.

Vlastní poznámky: Je nutné si honem promyslet, v čem asi mohu být jedinečná. Někdy je to docela problém, něco vymyslet. Docela zajímavé. Dozvíme se o druhým zajímavé věci, které bychom normálně nevěděli.

11. **Ponožková hoňka**

Typ hry**:** Postřehová

Obsazení: Skupina v prostoru – jeden prosti všem

Pomůcky: ponožky

Popis hry: Každý ze skupiny stáhne z levé nohy ponožku do poloviny chodidla. Úkolem je přišlápnout tuto levou ponožku soupeřům a svou chránit.

Varianta: Nejsou-li ponožky, pak lze použít bílé samolepky, které si každý přilepí na viditelné místo (u teenagerů vymezit oblasti na těle). Nebo šátky uvázané na paži.

Poznámky: Kontaktní = jasně určit pravidla – možno brát pouze samolepku, nedotýkat se jiné části těla soupeře…

Vlastní poznámky: Tato hra mě nebavila. Ponožková – pro děti vhodná, to je bude bavit. Samolepky – hodně kontaktní, bylo mi nemilé sahat na ostatní. Je to dost intimní.

12. **Vláčkodráha**

Typ hry**:** Poklidná, pohodová

Obsazení: Skupina v kruhu v sedě

Pomůcky: --------------------------

Popis hry: Nejprve si skupina vyzkouší 3 základní ukazováčky a zvuky-

Základní pozice – ruce pokrčené v loktech, ukazováčky míří vzhůru. Než projede vlak = signalizace na přejezdu – ukazováčky se sklápí na 3 doby za zvuku cink-cink-cink = ukazováčky směřují vodorovně proti sobě.

Druhá pozice – projíždí vlak, ukazováčku zůstávají ve stejné vodorovné pozici – třikrát vyslovit š-š-š

Třetí pozice – vlak projel, signalizace se vypíná – ukazováčky se na 3 doby zvedají za zvuku cink-cink-cink.

Hra: vyjíždí vlak – první hráč zvedá závory Cink-cink-cink, pokračuje š-š-š – ve stejnou chvíli jeho soused sklápí ukazováčky Cink-cink-cink. První hráč zvedá ukazováčky Cink-cink-cink, druhý hráč š-š-š, třetí hráč současně sklápí ukazováčky Cink-cink-cink. „Vláček“ by měl objet kolo.

Poznámky: Člověk si připadá jako dítě.

Vlastní poznámky: Zkoušet podle počtu účastníků trochu déle. Pro náročné – vláček může mít lokomotivu i s vagóny ☺. Dobrá hra, rádo se to plete. Člověk je brzy zmatený.

13. **Panťák = cizí řeč**

Typ hry**: ,,**Cizojazyčná“

Obsazení: Skupina sedí v kruhu, iniciátor

Pomůcky: -----------------------------

Popis hry: Iniciátor vymyslí řeč: Ho hi hehl? (Co jsi jedl)?Ptá se po skupině a každý hráč odpovídá určenou řečí.

Variace: Co si dáš k jídlu? Co jsi dělal o prázdninách? Co jsi dostal k Vánocům?

Poznámky: Nebát se hovořit jako idiot

Vlastní poznámky: Bylo to pro mě těžké, hovořit jako idiot, přestože tak občas hovořím i bez ,,nářečí“. Nejdříve jsem se hodně ostýchala. Tento druh hry určitě nebudu vyhledávat.

14. **Praní**

Typ hry**:** Zábavná, pohybová

Obsazení: Skupina v kruhu

Pomůcky: přehrávač, notebook, cokoliv, co přehraje reprodukovanou hudbu

Hudba: Píseň „Lawyer - I Wanna MMM“

<https://www.youtube.com/watch?v=RS5boLWIVPM>

Popis hry: Na hudbu do rytmu se pera prádlo, iniciátor první kolo ukáže, po zbytek písně jen hlásí povely

Nejprve: chycení rytmu – pohupování v kolenou, možné přidat další pohyb

* Třídění prádla – rozdělení prádla do kupiček (rukama naznačit pohyb)
* Výběr prádla – bere se z jedné kupičky (pohyb ruky k pomyslné kupičce a k sobě)
* Praní – na „valše“ (před sebe)
* Ždímání – kroucení „prádla“ (zápěstí rotace od sebe, směrem do stran)
* Máchání – třepání (do stran)
* Věšení – „připínání prádla kolíčky na šňůru“ – ruce vzhůru do stran

Vlastní poznámky: Bylo to super. Lze využít songy ze zumby, třeba kumbia „Fuego – Roof is on fire“ nebo „Manu Chao – Me gustas tu“ <https://www.youtube.com/watch?v=nevTujAqSGA>

<https://www.youtube.com/watch?v=x3gw32E-ooE>

15**. Vizitka – NASAbook**

Typ hry**:** kreativní

Obsazení: Vyplnění dotazníku

Pomůcky: pokud jsou fotky – fotky účastníků, vytištěné dotazníky dané organizace (alá Facebook), pastelky, izolepa, lepidlo, fixy, nůžky

Popis hry: Každý vyplní dotazník dle svého mínění – vyplní hlavičku, ale i zájmy, pozitivní a negativní vlastnosti.

Variace: ---------

Poznámky: Po skončení hry se dají dotazníky seřadit např. na velkém stole, nebo přikolíčkovat na napnuté provázky. Dají se hledat podobné zájmy, podobné vlastnosti atd.

Vlastní poznámky: Velmi zábavné, upotřebí se i manuální zručnost, kreativita a nápaditost. Záleží na každém, jak si vizitku vyzdobí. Tato činnost se mi moc líbila.

16. **Řazení beze slov**

Typ hry**:** Seznamovací

Obsazení: Skupina v prostoru

Pomůcky: -----------

Popis hry: Skupina se musí seřadit beze slov podle určitého klíče – podle velikosti postavy, podle počátečního písmene křestního jména, podle data narození, podle velikosti dlaní. Dá se dát minutový limit a měřit čas, za který to skupina stihne.

Poznámky: Velikost dlaně není vhodné.

Vlastní poznámky: Velikost dlaně bych nedoporučovala, bylo velmi obtížné odhadnou dlaň, nejde to udělat zcela přesně. Bavilo mě to, až na tu dlaň.

17. **Ukazovací náladovka**

Typ hry**:** Informativní

Obsazení: skupina v kruhu, sedící

Pomůcky: ------------

Popis hry: Vymezit rozsah pocitů, jak se skupina cítí připravená na aktivity, jak se těší. Na slovo „teď“ každý dlaní ukáže, jak se cítí

Poznámky: Ne každý chce ukázat míru nálady

Vlastní poznámky: Připadala jsem si blbě, když jsem se těšila a ukázala moc a druzí měli nízkou míru. Cítila jsem se trapně a příště jsem raději ukázala málo, abych splynula s davem

18. **Opakování jmen**

Typ hry**:** Seznamovací

Obsazení: Skupina

Pomůcky: ----------

Popis hry: Jeden ze skupiny zkusí vyjmenovat všechny členy skupiny křestními jmény. Když se mu to povede – velký potlesk.

Typ otázek: Může se dát obměňovat, můžeme zkusit říci Příjmení, záliba. To ale při důkladnějším poznání.

Poznámky: Zařadit v době, kdy se skupina ještě dokonale nezná.

Vlastní poznámky: Byla to výzva, zkusit pojmenovat všechny, využila jsem možnosti a zkusila to. Povedlo se mi to. Se zapamatováním jmen nemám problém

19. **Samuraj v kruhu**

Typ hry**:** Postřehová

Obsazení: Skupina v kruhu

Pomůcky: ------------

Popis hry: Aktivita pro trojice. Iniciátor samuraj se zakloní a s rukama nad hlavou vyhodí imaginární kyj směrem k někomu v kruhu s výkřikem „ÚÚÚ“. Osoba, na kterou mířil, imaginární kyj chytá nad hlavou (opravdu se po kyji vytáhne směrem vzhůru) s výkřikem „ÚÚÚÚ“, v tu chvíli jeho 2 sousedé pokleknou a opět imaginárním kyjem naznačí švih do výše trupu prostřední postavy (s kyjem vzhůru) s výkřikem „u“ (nebo „undo“ nebo jiný znějící krátký výkřik).

Poznámky: --------

Vlastní poznámky: Tato hra byla nemastná, neslaná – nevadila mi. Vyhledávat ji ovšem určitě nebudu.

20. **Katamarán v bouři**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina v prostoru

Pomůcky: polštáře, desky, archy tvrdého papíru, novinového papíru, podložky….

Popis hry: každý si vezme jednu podložku, skupina do řady, každý na své podložce. Na pokyn iniciátora se k sobě více semknou a odeberou se 2 podložky. Do prostoru se umístí překážky – židle, stojan, batoh… Pokud zvukové projevy, smích, atp. může organizátor odebírat podložky (adrenalin ☺)

Je bouře, úkolem skupiny je beze slov se přemístit po katamaránu (podložkách) do cíle.

Poznámky: Hra velmi intimní

Vlastní poznámky: Tato hra je velmi intimní a je velmi nutné uvážit, kde ji použít. Mě nevadila. Ale osobně bych ji nevyhledávala

21. **Čísla 1, 2, Bum**

Typ hry**:** Kolektivní, skupinová

Obsazení: Skupina sedí v kruhu

Pomůcky: --------------

Popis hry: Na začátku se definuje číslice, která nesmí být vyřčena, např. 3. Místo čísla 3, jeho násobkům a víceciferným číslům, které trojku obsahují, se bude říkat: „Bum“.

Hru začíná hráč jedna a hráči po řadě říkají čísla po číselné řadě.

Hra potom vypadá 1, 2, Bum, 4, 5, Bum, 7, 8, Bum, 10, 11, Bum, Bum, 14, Bum…

Kdo se splete, ten usne… (je potom důležité soustředit se, kdo hraje přede mnou).

Variace: Jiná čísla – 4, 6, 7, 8, 9 ☺

Poznámky: Velmi vhodné na procvičování násobilky

Vlastní poznámky: Pokud je malá násobilka, je to dobré. Horší je větší číslování – je nutná soustředěnost.

22. **Krokodýlí řeka**

Typ hry**:** Komunikační

Obsazení: Skupiny

Pomůcky: Papír a tužka

Popis hry: Načrtne se schéma příběhu a přečte se příběh, ve kterém vystupuje 5 postav, které řešili v příběhu různé problémy s různými postoji. Viz legenda níže.

Nejprve si každý sám vytvoří žebříček postav, kdo se zachoval nejlépe a kdo nejhůře.

Skupina se rozdělí do dvojic – každá dvojice se dohodne na svém žebříčku postav, kdo se zachoval „nejmorálněji“ a kdo porušil nejvíce morální stanovisko.

Poté se rozdělí skupina jen na 2 týmy (podle počtu – čtveřice, osmice, poloviny skupiny) a každý tým vytvoří svůj žebříček.

Pak týmy sdělí své žebříčky a konfrontují své stanovisko proti druhému týmu (za každý tým jednotlivec – sedí proti sobě a argumentují pro svůj žebříček).

Poznámky:

*Abigail – krokodýlí řeka*

**Legenda:** *Na opačných březích krokodýlí řeky žijí dva milenci – Honza a Abigail. Zatím žijí tak, že se spravedlivě střídají v přecházení mostu přes řeku, která rozděluje jejich domovy, aby mohli společně trávit noci. Události, které se jednoho dne seběhly lze shrnout do*

*následujících bodů:*

*• Bouře strhla most – jiné cesty na druhý břeh není, protože žádný plavec by neunikl krokodýlům v řece.*

*• Abigail by se ráda dostala na druhou stranu, neboť – kromě toho, že je na ní řada, trpí obavou, jak je to po bouři s Honzou, protože např. jeho stavení nebylo takové, aby silné bouři mohlo dlouho odolávat.*

*• Na druhou stranu se však sama nedostane, a proto odchází za převozníkem, který jediný vlastní loď.*

*• Převozník není v zásadě proti, ale cesta po bouři bude náročná, nebude to zadarmo… Nakonec požádá Abigail, aby se s ním vyspala.*

*• Abigail to striktně odmítne.*

*• Jde za svou matkou a žádá ji o radu a pomoc. Matka se zachmuří, ale nakonec řekne: „Jsi dospělá, musíš se rozhodnout sama“.*

*• Abigail je neklidná, má starost a velmi se jí stýská.*

*• Nakonec jde tedy za převozníkem, vyhoví jeho přání a tak se dostane na druhý břeh.*

*• Honza s Abigail prožijí vroucí setkání, Abigail má však po čase potřebu svěřit se Honzovi s tím, jakou cestou se k němu dostala a také to učiní.*

*• Honza se velice rozlítí a Abigail vyhodí.*

*• Abigailzná na druhém břehu Jirku. Vylíčí mu celý příběh a Jirka se naštve na Honzu a zmlátí ho.*

Každý člen skupiny se pokusí následně udělat pořadí postav podle toho, která se (dle jeho mínění) zachovala nejlépe – „nejetičtěji“ a která nejméně mravně. Následuje diskuse ve dvojicích, každá dvojice by se měla shodnout na společném pořadí.

To se poté opakuje i ve čtveřicích (případně osmicích, pokud je skupina velká).

Podle toho, jaký je cíl aktivity, můžeme klást důraz buď **na etickou stránku věci** a porovnání postojů a hodnot, nicméně hra je prioritně **o komunikaci** a „pořadí dle mravnosti“ je tu použito jako prostředek k uvědomění si procesu komunikace (atmosféra, moderátor, efektivita, kompromis, argumentace...).

V reflexi je možné zodpovědět si otázky:

* Co urychlovalo a co brzdilo komunikaci?
* Co by se dalo příště zlepšit?
* Byl někdo, kdo debatu řídil?
* Někdo, kdo se nezapojil?
* Byli jste ochotni přijímat cizí argumenty? ¨
* Byli jste ochotni dělat kompromisy? Atd.

**Pozn. 1.** Neexistuje žádné správné pořadí.

**Pozn. 2**. Stačí říct příběh malinko jinak a pořadí se může u jednotlivců rapidně měnit (ale o to při zaměření na komunikaci nejde).

**Pozn. 3.** Pokud je hra více zaměřená na etickou stránku věci, jde na začátku skupiny rozdělit a každé říct stejný příběh, ovšem postavy v něm mají „prohozená pohlaví“. Pořadí pak bude u obou skupin vypadat jinak.

Vlastní poznámky:

Jména lze počeštit – Adélka (Amálka, Albína).

Při prohození pohlaví postav – Adam, Hedvika, otec, převoznice, Jana…

Hra se mi líbila, když se komunikovalo ve dvojicích a ve skupince. Následná diskuse dva zástupci za skupinu se mi již nelíbilo, protože diskuse byla taková velmi rozčarovaná a emotivní - takovou komunikaci nemám ráda.

23. **Viking, Anděl, Párek**

Typ hry**:** Postřehová

Obsazení: Skupina stojí v kruhu, iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Iniciátor ukazuje na členy v kruhu a vyslovuje určitá hesla, ke kterým se vztahuje aktivita vždy trojice skupiny.

**Viking** – na koho je ukázáno, pokleká, v pravé ruce drží pomyslné žezlo (?), jeho sousedi pádlují (z vnější strany od Vikinga).

**Anděl** – na koho je ukázáno, sepne ruce k modlitbě a zanotuje Áleluja. Jeho sousedi mu dotvoří křídla – ruka blíže k anděli vzpaží, ruka dále od anděla upaží směrem dolů a máváním zápěstí napodobují mávání křídel.

**Párek** – na koho je ukázáno, stává se párkem s hořčicí – podřepává a zase se napřimuje a do toho dělá „čertíka“ blblbl (= hořčice). Jeho sousedi se natočí směrem k párku a spojí se rukama okolo párku („jako rohlík okolo“)

Variace:

**Palma** – na koho je ukázáno = palma – ruce vzhůru rozevřít prsty jako palmové listy. Jeho sousedi – orientální tanečnice.

**Paša** – na koho je ukázáno = paša – sedne do tureckého sedu. Jeho sousedí – otroci – ovívají rukama jako vějíři pašu.

Poznámky: Důležitá soustředěnost

Vlastní poznámky: Dobrá hra. Moc se mi líbilo

24. **Houpací kruh – kolébání v kruhu**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina stojící těsně u sebe v kruhu

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Nejprve zkontrolovat, že kruh je kruh. Těsné spojení u sebe nutné – postupně vyjde impuls pro naklonění na jednu nebo druhou stranu a celý kruh se pohupuje, kolébá

Poznámky: Velice intimní

Vlastní poznámky: Tato hra je velice osobní. Není vhodná do každého kolektivu. Nicméně mě tato hra nevadila

25. **Sedací kruh**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina stojí v kruhu

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Stejný začátek jako v předchozí hře: Nejprve zkontrolovat, že kruh je kruh. Těsné spojení u sebe opět nutné. Pomalu a opatrně si každý sedá na kolena člověka za sebou.

Poznámky: Velmi intimní

Vlastní poznámky: Důležité soustředění a důvěra. Tato hra je velmi kontaktní, ale kupodivu, mi nevadila. Byla jsem velmi překvapena, že všichni sedí a nepadají. Bylo to super.

26. **Padání čísel**

Typ hry**:** Skupinková, kolektivní

Obsazení: Skupina v kruhu, iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina v kruhu se na začátku rozpočítá na jednotlivá čísla. Dále se skupina pohybuje na vymezeném prostoru (podobně jako u hry Vor). Iniciátor vyvolává nahodilá čísla. Ten, komu číslo patří, padá k zemi – úkolem ostatních je ho zachytit, aby nespadl. Rychlost vyslovených čísel se nejlépe zvyšuje.

Variace: ----------

Poznámky: Pomoc druhým

Vlastní poznámky: Je to velmi zábavné. Tato hra mě bavila, protože jsem měla pocit, že chci všechny zachránit. Super hra

27. **Odhad vzdálenosti od místa**

Typ hry**:** Hra procvičující odhad

Obsazení: Skupina, iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Iniciátor si stoupne do určité vzdálenosti od skupiny. Jednotlivci ze skupiny zavřou oči a poslepu se snaží dojít do vzdálenosti natažených paží k iniciátorovi.

Variace: ----------

Poznámky: Jednotlivci by neměli počítat kroky

Vlastní poznámky: Nemastné, neslané – pro mě. Nijak mě tato hra nenadchla. Pro děti myslím, že bude dobrá.

28. **Chození poslepu v kruhu**

Typ hry**:** Skupinová

Obsazení: Skupina stojí v kruhu

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Kdo se odhodlá, stoupne si dovnitř kruhu a zavře oči. Jde poslepu. Když dojde k okraji kruhu, spoluhráči ho zachytí za ramena a natočí jiným směrem, kterým se poslepu vydá. Hru může kdykoliv ukončit a zařadit se zpět do kruhu.

Poznámky: Nedoporučuji pro osoby, kterým se točí hlava

Vlastní poznámky: Tuto hru jsem nezkusila, netroufla jsem si, neboť se mi točila hlava. Ale pokud bych byla OK, určitě bych zkusila. Velice zajímavé

29. **Ulička důvěry**

Typ hry**:** Orientační, skupinová

Obsazení: Skupina se rozdělí ve dvojřad

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: 2 řady stojí proti sobě na vzdálenost natažených předpažených rukou. Nejprve se vyzkouší systém – v uličce jednotlivé dvojce proti sobě vzpažují („mexická vlna“). Pak se jeden hráč postaví před uličku rukou a rozběhne se (buď má otevřené oči, nebo poslepu). Úkolem je pro „uličku“ co nejrychleji vzpažit, aby mohl hráč proběhnout bez kontaktu.

Poznámky: Velmi důležitá důvěra

Vlastní poznámky: Věřila jsem, že ostatní ruce zvednou, tudíž jsem se nebála. Bylo to super.

30. **Autíčka**

Typ hry**:** Orientační ve dvojicích

Obsazení: Skupina se rozdělí do dvojic

Pomůcky: židle, batohy, polštáře….

Popis hry: Jeden z dvojice je auto (poslepu), druhý je řidič – mezi rozestavěnými překážkami navádí auto před sebou stiskem ramenou, může se jízda zrychlovat, zpomalovat. Po určité době výměna a opakuje se.

Variace: motorkář, nákladní auto, cyklista

Poznámky: Velmi důležitá důvěra

Vlastní poznámky: Velmi dobré. Neměla jsem strach se svěřit do rukou jiné osoby. Bavilo mě to

31. **Vodní lůžko**

Typ hry**:** Skupinková

Obsazení: Pětice

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: 4 osoby si kleknou na čtyři, je možné proplést ruce (sousedící osoby mají dlaně blíže k vám). Pátá osoba si na ně může opatrně lehnout (na záda nebo na břicho). Klečící čtveřice se pohybuje dopředu a dozadu, nebo do stran, případně může opatrně kroužit celým tělem.

Variace: -------

Poznámky: Důvěra ostatních, nestydět se

Vlastní poznámky: Pokud nestejnoměrně vysoká záda klečící čtveřice, tak dorovnat svetry, polštářky… Může být dobré. Vzhledem ke své váze jsem se neodvážila ulehnout na své kamarády

32. **Déšť**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina sedí v kruhu, iniciátor/ři

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina sedí v kruhu na zemi po tmě. Hlava do kolenou (nebo sklopená), ruce volné.

Iniciátor/ři chodí potichu mezi sedící skupinou, dotykem ramen je aktivují.

První dotek – poklepávání prstu o prst.

Druhý dotek – poklepávání dvou prstů jedné ruky o dlaň druhé.

Třetí dotek – normální tleskání dlaněmi.

Čtvrtý dotek – opět dva prsty jedné ruky o dlaň.

Pátý dotek – poklepávání prstu o prst.

Šestý dotek – dva prsty jedné ruky o dlaň druhé…

Zvuky se mísí, postupně zesilují a zeslabují. Může se hrát i delší dobu.

Variace: --------

Poznámky: Nedoporučuji sklopenou hlavu – za chvíli začne hlava bolet za krkem. Dětem to ale vadit nebude

Vlastní poznámky: Z této hry mě velmi bolela hlava. Z důvodu delšího sklopení hlavy. Nic mi to nepřineslo, spíše unavilo.

33. **Farma**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina, iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina ležící potmě v kruhu – nohama dovnitř kruhu, iniciátor musí mít možnost pohybovat se uprostřed kruhu. Úvodní slovo iniciátora o farmě, každý si představí typický zvuk z farmy – zvuky zvířat, hlášky lidí, strojů… Po zatahání za palec u nohy tento zvuk hráč vydá.

Variace: ---------

Poznámky: Uvědomit si, jaké zvuky můžeme na farmě slyšet

Vlastní poznámky: Velmi zábavné. Moc mě bavila a líbila se mi

34. **Papírová nálada**

Typ hry**:** Výtvarná, kreativní

Obsazení: Skupina sedí v kruhu

Pomůcky: Kus papíru pro každého člena

Popis hry: Přeměnit papír tak, aby vyjadřoval očekávání jednotlivců nebo pocity toho dne.

Poté se každý vyjádří, co má jeho papír znázorňovat.

Variace: -------

Poznámky: ---------

Vlastní poznámky: Velmi kreativní, dá se velmi dobře vyjádřit své ,,já“. Docela těžké si uvědomit, jaké pocity máme a jak je chceme – jakým tvarem znázornit

35. **Představování s předmětem**

Typ hry**:**

Obsazení: Skupina sedí v kruhu

Pomůcky: ---------------------

Popis hry: Hráči po jednom vkládají doprostřed kruhu předmět (buď co najdou po kapsách, v pouzdře, doplňky oděvů) a říkají k němu příběh. Až tak učiní všichni, po jednom se předměty vrací – hráč vybere předmět a vrací ho osobě, která jej tam vložila, i s příběhem, který byl k předmětu řečen.

Variace: -------

Poznámky: --------

Vlastní poznámky: Velmi zajímavé. Je nutné pozorně naslouchat. Hra mě velmi bavila.

36. **Opona = deka se jmény**

Typ hry**:** Postřehová

Obsazení: 2 týmy, 2 iniciátoři

Pomůcky: Deka, velký neprůhledný šátek….

Popis hry: Oba týmy sedí proti sobě, předěl tvoří natažená deka. Před deku si sedne jeden hráč z každého týmu.

Iniciátoři nechají deku spadnout, v tu chvíli se mají protihráči pojmenovat křestními jmény. Kdo řekne rychleji, získává prohraného do svého týmu. Pokud se splete ve jménu, také prohrává. Na konci se spočítají členové každého týmu, kdo má víc hráčů, vyhrává.

Variace: ------

Poznámky: ------

Vlastní poznámky: Velmi postřehové. Je nutné v nejkratší době vyslovit jméno druhé osoby. Nutná rychlost. Velmi mě bavila. Super hra

37. **Raz, dva, tři**

Typ hry**:**

Obsazení: Skupina rozdělená do dvojic proti sobě, Iniciátor (kontrola)

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Dvojice proti sobě říká na střídačku čísla. Nejprve jen:

Jedna Dvě Tři Jedna Dvě Tři

Poté se za určitá čísla dává pohyb.

1 – tlesknutí, 2 – plácnutí do stehen, 3 – výskok

Varianta 1

**Tlesk** – Dva

Tři – **Tlesk**

Dva – Tři

Varianta 2

Tlesk – **Plác**

Tři – Tlesk

**Plác** – Tři

Varianta 3

Tlesk - Plác

**Výskok** - Tlesk

Plác - **Výskok**

Variace: ------

Poznámky: Nutná soustředěnost

Vlastní poznámky: Dobrá hra. Velmi mě bavila

38. **Zběsilá japonská honička**

Typ hry**:** Skupinová

Obsazení: Skupina, iniciátor

Pomůcky: Papíry rozměru A4, jeden odlišné barvy; papír přeložený na poloviny do stříšky

Popis hry: Hráč – Lovec s odlišným papírem na hlavě se bude snažit chytit ostatní hráče. Lovci může papír z hlavy třikrát spadnout. Ostatní hráči se mu snaží vyhnout, ale nesmí jim spadnout jejich papír z hlavy. Nesmí si jej přidržovat, maximálně vyrovnávat pohyby hlavy. Koho lovec chytne, nebo komu papír spadne, jde si sednout.

Variace: Možný malý polštářek na hlavu nebo jiný předmět

Poznámky: Nutná koordinace těla

Vlastní poznámky: Tahle hra mě velmi bavila, protože mi šla

39. **Zrcadla**

Typ hry**:** Mimická hra

Obsazení: Dvojice

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Ve dvojici je jeden vzor a druhý obraz v zrcadle = obraz se snaží napodobovat veškerou mimiku i pohyby vzoru. Po určitém časovém úseku si vymění role.

Variace: --------

Poznámky: ---------

Vlastní poznámky: Zábavné, komické. Pokud děláme různá směšná mimická gesta. Hra mě bavila.

40. **Fotograf**

Typ hry**:** Hra do dvojic

Obsazení: Dvojice

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Jeden z dvojice je fotograf, druhý foťák (tedy předmět). Fotograf převede foťák před objekt, který chce vyfotit. Používá k tomu opět navigování přes stisk ramen.

Když dojde k danému objektu, foťák aktivuje = foťák otevírá oči, fotograf ho nasměřuje na předmět – může mu dotykem naznačit výšku pohledu, natočit hlavu, dlaní stočenou do ruličky naznačit detail (=zoom). Při vyslovení „cvak“ si foťák předmět zapamatuje a zavírá oči – fotograf jej opět nasměruje na původní místo, kde mu foťák co nejpřesněji popíše fotografovaný předmět.

Variace: -------

Poznámky: Vzájemná důvěra

Vlastní poznámky: Tato hra nebavila mě ani moji kolegyni. Děti bude určitě bavit.

41. **Babylón**

Typ hry**:** Text v koloběhu

Obsazení: Skupina

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina se bude pohybovat v prostoru a navzájem se představovat, tentokráte ale kombinací – křestní jméno, oblíbená barva a oblíbené jídlo. Při představení se ale mění identita, tedy hráč si vezme za svou tu identitu, kterou mu předal druhý hráč. Např. Jitka – červená – smažák s hranolky × Jirka – zelená – špenát. Jirka se bude představovat jako Jitka a Jitka jako Jirka. Při dalším setkání zase nová identita – Adéla – oranžová – rajská omáčka….

Po určité (krátké) době se hra zastaví, skupina se snaží říct poslední identitu, kterou se kdo představoval a najít původní identitu.

Variace: Mohou se dle libosti navrhnout jakákoli sdělení

Poznámky: Dobré na procvičení ,,pamatováka“

Vlastní poznámky: Mazec ☺, snadno se dá splést

42. **Telepat**
Typ hry**:** Společenská

Obsazení: Hra pro celou skupinu, jeden organizátor
Pomůcky: Papír, tužka (kalkulačka ☺
Popis hry: Organizátor dává jednoduché tipovací otázky z různých oborů: Nejoblíbenější sport, Nejoblíbenější barva, Den v týdnu, Město - každý za sebe píše nejpravděpodobnější odpověď. Pak se sečítají shodné odpovědi za každou otázku a vyhrává ten, který se nejvíc shodl se všemi soutěžícími.

Variace: Otázky mohou být libovolné

Poznámky: Je nutné dávat odpovědi – ne, co si myslíme my, ale to, co si ,,asi“ myslí ostatní. To je důležité si uvědomit

Vlastní poznámky: Hra mě velmi bavila. Opravdu jsem si uvědomila, že jsem často chtěla odpovědět svoji odpověď, ale musela jsem si uvědomit, že mnoho lidí by odpovědělo jinak

43. **Kufr**

Typ hry: Hádací – mimická, slovní
Obsazení: 2 skupiny, 1 organizátor
Pomůcky: předtištěná slova na papírcích, případně tabule a křídy, flipchart s fixami...

Popis hry: každá skupina vybere zástupce, který sedí zády k organizátorovi a čelem ke své skupině. Úkolem je, aby zástupce skupiny co nejrychleji přišel na slovo napsané na papírku. Organizátor před otočením slova určuje, jestli nápověda od skupiny bude jen **slovně** (bez gest), nebo **pantomimou** (bez jakýchkoliv slov či zvuků). Na konci hry se sečtou uhodnutá slova každé skupiny.
Regulace hry: Pokud dojde k porušení pravidel, hádané slovo se "nepočítá" anebo automaticky případně soupeři. V hádání se mohou střídat buď po dohodě ve své skupině, nebo po každém slově.
Slova, která padla: Popel, pláštěnka, volby, panda, rodina, školník, modřina, longboard, mlha ... ☺

Variace: Slova mohou být libovolná

Poznámky: Nutná sebekontrola

Vlastní poznámky: Bylo velmi těžké držet své emoce na uzdě. Většinou jsem při slovní nápovědě používala slova – což bylo špatně. Tato hra mě velmi bavila

44. **Kelímek a vajíčko**

Typ hry**:** Společenská – pro více lidí

Obsazení: Skupina stojící v kruhu

Pomůcky: velká igelitová plachta na zem, tucet vajíček, plastové kelímky (tolik, kolik je hráčů), vata na vystlání kelímku

Popis hry: Hráči stojí v kruhu a úkolem je přepravit vajíčko po obvodu kruhu zpět ke slepičce.

1. kolo – jen se překlápí.

2. kolo – zrychlí se.

3. kolo – zkusí se méně zručná ruka (praváci levou, leváci pravou)

4. kolo – vajíčko se přehazuje (musí „letět“ vzduchem), opatrně vyhazovat vzhůru.

Variace: místo vajíček pro ekology nebo menší děti = menší míčky, možná by šly vodní balónky

Poznámky: Škoda vajec

Vlastní poznámky: Velká odpovědnost, snažila jsem se, aby mi nespadlo vajíčko. Bylo mi těch vajíček líto. Byla to velká odpovědnost. Dětem bych vejce nesvěřila

45. **Kevin**

Typ hry**:** Kolektivní

Obsazení: Skupina stojící v kruhu, všichni na sebe musí vidět, iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina v kruhu, pohled upřený před sebe do země. Na pokyn = iniciátor tleskne = se rychle každý hráč podívá na někoho jiného v kruhu. Pokud se dva hráči v kruhu potkají pohledem, oba zařvou a poklepávají si tváře (Sám doma, Kevin a tatínkova kolínská, když tak video v čase 1:11 <https://www.youtube.com/watch?v=AIY5bewIlnI>

 Kevinové „vypadávají“ a kruh se zmenšuje, dokud nezůstanou 2 hráči.

Variace: --------

Poznámky: --------

Vlastní poznámky: Bylo velmi zajímavé očekávat, zda se na mě někdo podívá nebo ne. Tato hra mě bavila. Ovšem nedoporučila bych v kolektivu, kde někteří nemají rádi oční kontakt.

46. **Bom Čiki Bom**

Typ hry**:** Skupinová, zábavná

Obsazení: Skupina v kruhu, Iniciátor

Pomůcky: ------------------------------

Popis hry: Skupina klečí (sedí na patách), aby mohla tleskat a plácati o stehna. Iniciátor nejprve ukáže skupině základní motiv. Pravidelně se střídá tleskání s plácáním o stehna, do rytmu: Bom Čiki Bom

 Bom Čiki Raka Čiki Raka Čiki Bom

Iniciátor určuje hlasitost i rytmus vyslovovaného motivu, zrychluje a zesiluje, zpomaluje a zeslabuje.

Variace: Lze použít jakákoli spojení

Poznámky: Velmi hlasité

Vlastní poznámky: Nedoporučuji těm, které bolí hlava. V některých chvílích to bylo opravdu moc hlasité. Zábavná hra. Bavila mě.

 47. **Bubnovačka**

Typ hry**:** Skupinová

Obsazení: Skupina v kruhu, Iniciátor

Pomůcky: Různé druhy hudebních nástrojů

Popis hry: nejdříve se seznámíme s nástroji, iniciátor začne hrát a ostatní se na pokyn postupně přidávají, hra skupina skupině a závěrečná jam session

Variace: --------

Poznámky: Velmi hlasité

Vlastní poznámky: Nedoporučuji těm, které bolí hlava. V některých chvílích to bylo opravdu moc hlasité. Přestože jsem nebubnovala, tak mě to velmi bavilo, měla jsem jiný nástroj. Opravdu super.

48. **Relaxace s Tibetskou mísou a krátkou imaginací**

Typ hry**:** Skupinová, odpočinková

Obsazení: Skupina, Iniciátor

Pomůcky: Tibetská mísa

Popis hry: Všichni účastníci si lehnou na zem a zavřou oči. Iniciátor začne rozeznívat Tibetskou mísu provázenou meditačním slovním projevem

Variace:----------

Poznámky: Uklidňující

Vlastní poznámky: Hra se mi líbila. Bylo to velmi uvolňující, odpočinkové. Mohlo být i delší.