



Terre des hommes

aide à l'enfance | Kinderhilfe  
aiuto all'infanzia | child relief | [www.tdh.ch](http://www.tdh.ch)

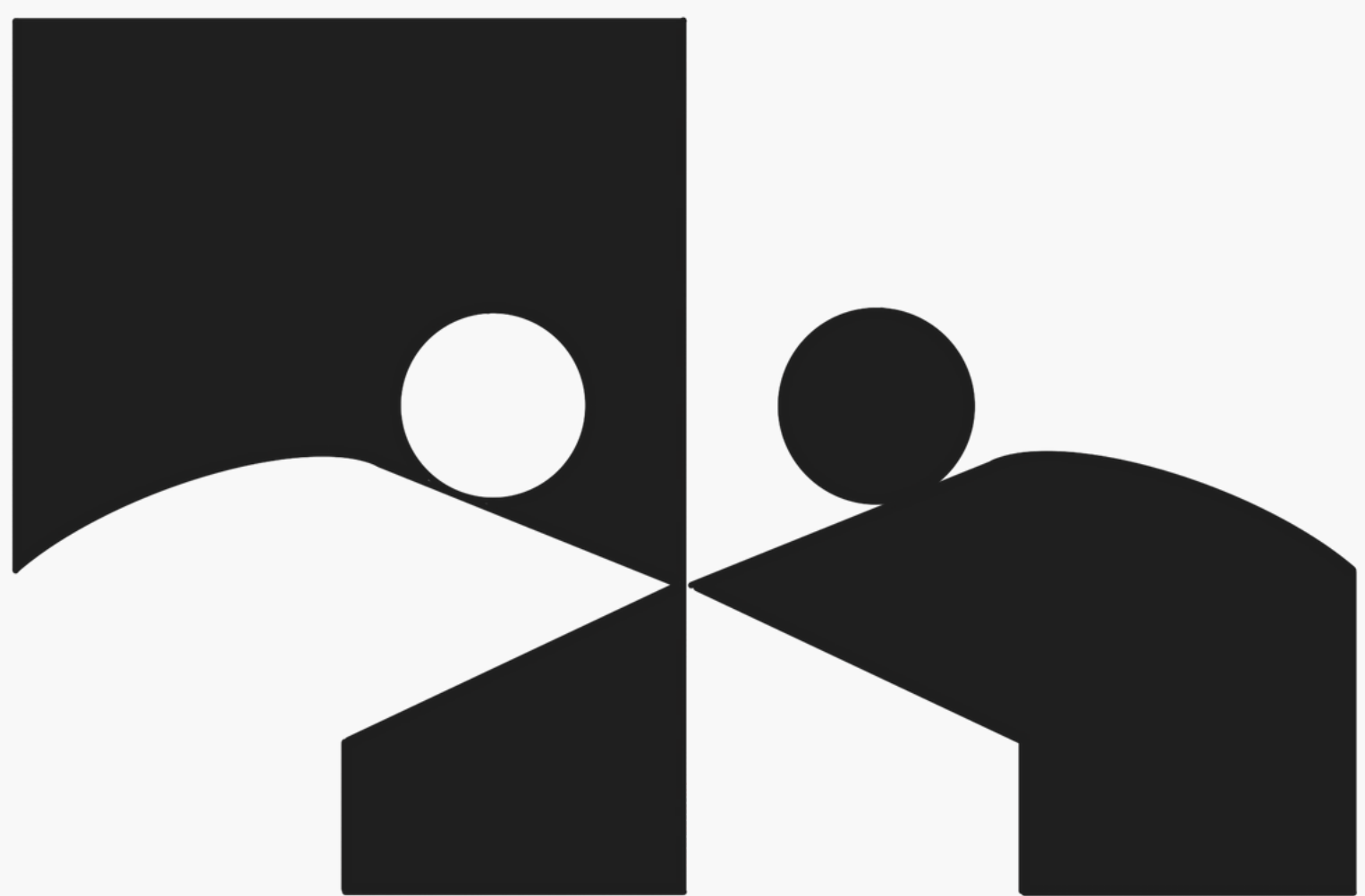
# NEVESS, FUSS ÉS MOZOGJ A KÖZÖS FEJLŐDÉS ÉRDEKÉBEN

PSZICHOSZOCIÁLIS  
CÉLÚ JÁTÉKOK





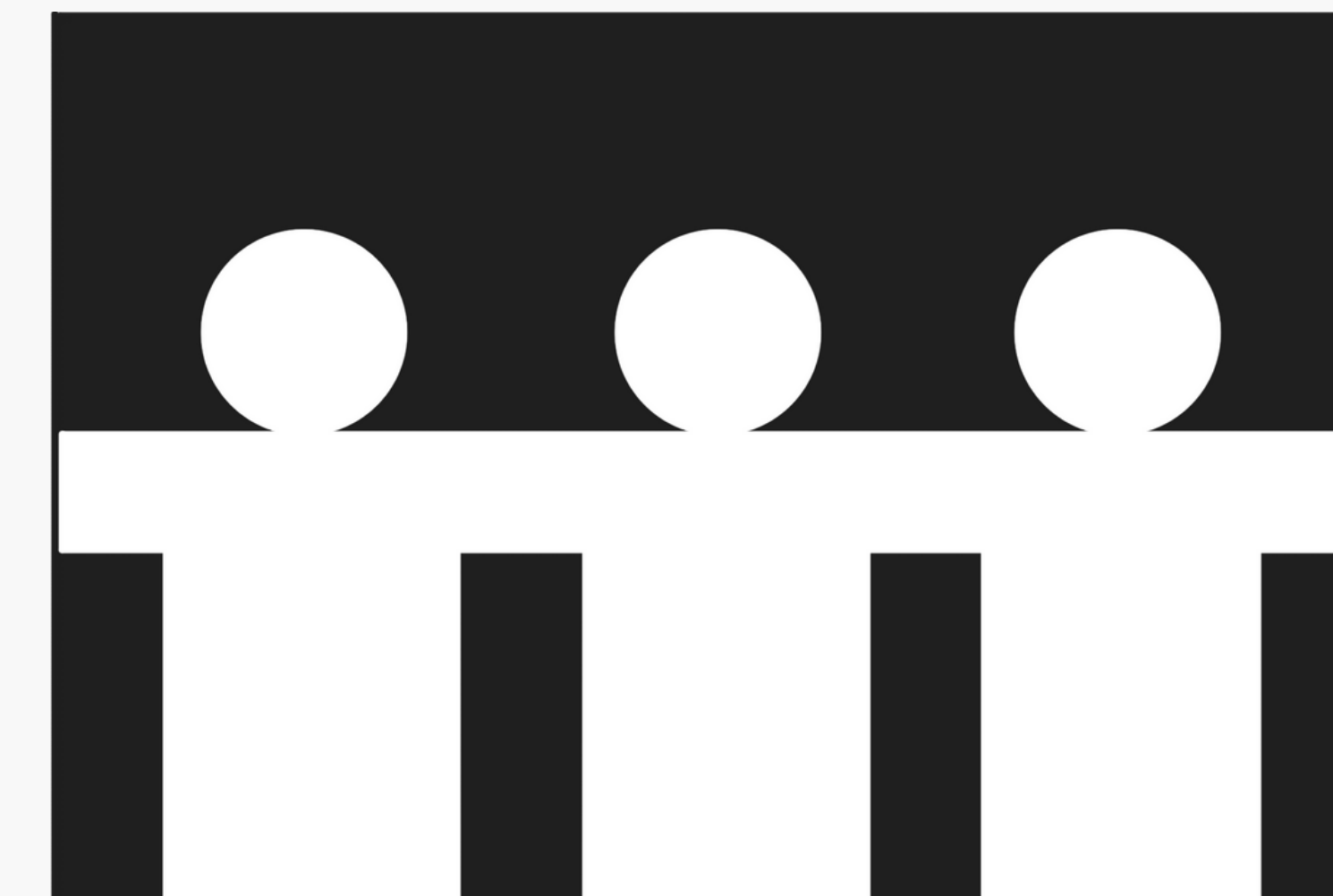
**I. BEMUTATKOZÁS  
ÉS  
KAPCSOLATTEREMTÉS**



**II. BIZALOM ÉS  
KOMMUNIKÁCIÓ**



**III. EGYÜTTMŰKÖDÉS**



**Szerzők: Michele Meuwly – Jean-Pierre Heiniger**  
**Fordította: Katherine Hosking-Quinn Grafikai terv**  
**és kivitelezés: Pascal Fessler**



# 1. BEVEZETÉS

## a) A KÉZIKÖNYV KELETKEZÉSE

Ez a kézikönyv a Terre des hommes 2005-ben indított, „Testmozgás, játék és sport a gyermekek pszichoszociális fejlődéséért” című projektjének eredményeként jött létre. Ez a projekt az ENSZ sportnak és testnevelésnek szentelt évében indult útjára, azzal az elképzeléssel, hogy támogassa a sportot az oktatás, a fejlődés és a béke előmozdításának eszközeként használó kezdeményezéseket.

A Terre des hommes elindított egy kísérleti projektet, amelynek célja a sportoktatók és az animátorok képzése a mozgás, a játék és a sport mint pszichoszociális eszköz témakörében, a témában már létező pszichoszociális projektekre integrálva. Ez két, egyenként három hónapos szakaszban zajlott Iránban és Kolumbiában, először egy vészhelyzet utáni szituációban (természeti katasztrófa), másodsor pedig a kolumbiai fegyveres konfliktus és a lakóhelyét

elhagyni kényszerült lakosság kontextusában.

A kísérleti projekt három fő fázisból állt:

- Egy tréning fázis a közös beavatkozási modell kidolgozására és kipróbálására. Kéthetes képzés, amely a pszichoszociális szempontokat, valamint a sporttevékenységek és játékok módszertanát is magában foglalta. A konkrét témák a következők voltak: az egyén alapvető szükségletei, ellenálló képesség, az érzelmek kezelése, kötődésemélet, a gyász folyamata, érzékelés, kommunikáció és konfliktuskezelés, valamint a sporttevékenységek és a játékok megtervezése és módszertana, versengés és együttműködés, valamint az animátor szerepe:

- Egy coaching és utánkövetés fázis, amely segített a résztvevőknek abban, hogy az újonnan megszerzett készségeiket a gyakorlatba átültessék a gyermekekkel végzett tevékenységek során.

- Egy replikációs fázis, amelynek során erőforráscsoportokat hoztak létre, amelyek segítségével átadták az új ismereteket a többi animátor kollégának.

A kísérleti projekt célja az volt, hogy fejlessze az animátorok személyes, szociális, módszertani és technikai készségeit a gyermekekkel való foglalkozás minőségének javítása érdekében. A képzés során a sportot és a játékokat egyaránt használtuk támogató elemként és eszközként a gyermekek személyes és szociális készségeinek fejlesztésére.

Ez a kézikönyv, amely húsz játékot tartalmaz, nem egy újabb, játékokról szóló kézikönyv kíván lenni, amely a gyermekekkel szabadidős céllal végezhető sporttevékenységeket sorolja fel és írja le. Az alapötlet az, hogy a gyermekekért felelős személyek számára olyan játékeszközt biztosítson, amely integrálja a pszichoszociális megközelítést, és felhasználja a tapasztalatot keresztüli tanulás fázisait.



## **b) PSZICHOSZOCIÁLIS MEGKÖZELÍTÉS**

Pszichoszociális alatt azt a közvetlen kapcsolatot értjük, amely a pszichológiai és a szociális között fennáll, és amelyben mindegyik kölcsönösen és folyamatosan befolyásolja a másikat. Valójában mindkettő kétszintű integráció révén jön létre:

- 1.** pszichológiai összetevők: elme, gondolatok, érzelmek, érzések és viselkedés;
- 2.** társadalmi összetevők: a társadalmi környezet, amelyben élünk, a környezet, a kultúra, a hagyományok, a spiritualitás, a közvetlen és tágabb családdal, a közösséggel, az iskolával fennálló és a szakmai tevékenységekhez kötődő kapcsolatok.

A gyermek pszichoszociális jóllétéhez szükséges alapvető szükségleteket három területre osztottuk, mindhárom összefügg egymással, de mégis különböző módon teljesíthető.

- Egyéni szükségletek: személyes fejlődés, az identitás érvényesítése, személyes elismerés;
- Szociális szükségletek: csoportokhoz való tartozás, társadalmi elismerés;
- Egzisztenciális szükségletek: vallás, hit, az élet értelme;

A gyermek pszichoszociális jóléte úgy fejlődik, hogy a három alapvető szükséglet, vagyis az egyéni, a szociális és az egzisztenciális révén ösztönözzük arra, hogy teljes mértékben kiaknázza a benne rejlő lehetőségeket. Mindkét „láthatatlan” szükségletet, valamint az anyagi szükségleteket, azaz az étel és a hajlék iránti igényt rendszeresen ki kell elégíteni. Fontos, hogy ne feledkezzünk meg róluk, különösen olyan helyzetekben, amelyek néha hosszabb-rövidebb időre akadályozhatják az egyéni fejlődési lehetőségeit (természeti katasztrófa, szegénység, éhínség, háború, trauma stb.).

A pszichoszociális beavatkozás a gyermek fejlődésének elősegítésére törekszik:

- A **létezés** (identitás) iránti vágy az egyéni szükségletek kielégítésével. Ezek a szeretet, az elismerés, a biztonság és a védelem iránti szükségletükhöz kötődnek. Ennek az emocionális tengelynek a (feltétel nélküli) stimulálása segít a gyermek önbizalmának és önbecsülésének építésében.

- A **cselekvés** iránti vágy a szociális szükségletek kielégítésével. Ezek a korlátok, szabályok, követelmények, rend, tekintély stb. iránti igények. Ennek a normatív tengelynek a (feltételes) stimulálása segíti az olyan szociális készségek kialakulását, mint az együttműködés, a tudás fejlesztése, a frusztráció kezelése, a jogszabályok megértése és a szakmai ismeretek elsajátítása.

- Az **élet** iránti vágy az egzisztenciális szükségletek kielégítésével. Ezek az életben megvalósítandó projekt felismerésének igényéhez, az élet értelmének megértéséhez, a világban betöltött szerepükhöz kötődnek. Az élet értelme (a hit) ezen tengelyének stimulálása segíti a hovatartozás érzésének kialakulását és az egyetemes értékek közvetítésében való felelősségüket.



Ez a három dimenzió alkotja a gyermek jóllétének fejlődéséhez szükséges alapvető pszichoszociális tápanyagokat. A projekteket ezen igények alapján kell felépíteni. Ha ezeket mihamarabb megszilárdítjuk a bekövetkezett katasztrófa után, az megkönnyíti a gyermek számára a normális fejlődéshez való visszatérést. Arról van szó, hogy visszaadjuk a gyermekeknek az élet, a cselekvés és a létezés iránti vágyukat az őket érő válsághelyzetek ellenére:

A híres humanista, A. Maslow gondolatai alapján, aki minden embert saját élete cselekvő szereplőjének tekint, aki képes döntéseket hozni és kezdeményezni, úgy véljük, hogy a gyermek képes az erőforrásait és ezáltal a saját jóllétét kibontakoztatni, ha olyan felnőttek kísérik, akik tudják, hogyan nyújtsanak megfelelő pszichoszociális támogatást. A gyermekek pszichoszociális jóllétéről való gondoskodás kulcsfontosságú befektetés a humán tőkébe. Megerősíti a társadalmak fejlődését és stabilitását célzó összes többi mechanizmust.

## **e) JÁTÉKOS MEGKÖZELÍTÉS**

A játékok szerves részét képezik a gyermekek univerzumának, és szükségesek a testi-lelki fejlődésükhöz. A játékok lehetnek tisztán szórakoztató jellegűek, de a szociális kapcsolatok elsajátításának értékes eszközei is.

A játékok számos különböző szempont szerint osztályozhatók. Mi egy olyan, kulturális szempontból univerzális osztályozást választottunk, amely a genetikai pszichológiából származik. Az ERM által is használt osztályozás a játékokat négy kategóriába sorolja, mégpedig:

- Mozgásos játékok: amelyek lehetővé teszik a test mozgását és az egyszerű manipulációt (csörgők, hangjátékok stb.).
- Szimbolikus játékok: amelyek lehetővé teszik a képzeletbeli alakítást és az utánzást; szerepjáték, színház (bábuk, játékautók, állatok, orvosok stb.).
- Összeszerelési játékok: amelyek lehetővé teszik a gyermek számára, hogy kombináljon egyes elemeket; építőjátékok (kirakós játék, Lego stb.).

- Szabályjátékok: amelyek a gyermeket a szabályok és az utasítások követésére nevelik (logikus gondolkodás, stratégiák kidolgozása stb.)

E játékok mindegyike lehet kötetlen (azaz a gyermekek maguk választják ki az őket érdeklő játék kategóriáját és azt az időt, ameddig felnőtt jelenléte nélkül játszani akarnak) vagy szervezett (azaz animátor, pedagógus, tanár stb. által irányított). Az ideális megoldás az, ha megtaláljuk az egyensúlyt a kettő között.

Ez a kézikönyv a játékok utóbbi kategóriájára, a szabályokra épülő játékokra összpontosít, amelyek megkövetelik a gyermekektől az utasítások követését, a szabályok betartását és a stratégiák kidolgozását. Valamennyi játék igénybe veszi a testet és az érzékszerveket. Annak érdekében, hogy a gyermek tanulhasson, e játékokhoz egy irányító felnőtt jelenlétére van szükség. A következő oldalak tehát minden olyan személynek szólnak, aki tetszőleges szituációban gyermekekkel foglalkozik. Ezeket a tevékenységeket és játékokat a természeti katasztrófákhoz, családon belüli erőszakhoz és konfliktusokhoz kapcsolódó traumákon átesett gyermekek esetében használjuk, hogy segítsük őket pszichoszociális



szükségeik kielégítésében. Egyértelmű azonban, hogy ezek a játékok tetszőleges szituációban, bármely gyermek számára hasznosak lehetnek, és elősegítik a pszichoszociális készségeik fejlesztését.

Ezek a tevékenységek azért hatékonyak, mert a maga teljességében vonják be a gyermeket:

- a) a **fej** irányít, mert a gyermeknek gondolkodni kell, stratégiákat átgondolni, és gyors döntéseket hozni;
- b) a **test** mozgásban van, az érzékeket pedig ingerek érik;
- c) a **szív** központi szerepet játszik az érzelmek szabályozásában és az alapvető értékek érvényesítésében.

A terepen végzett kísérletezés után húsz játékot és tevékenységet választottunk ki, amelyek mindegyike alkalmas a fenti három elem fejlesztésére: szellemi, testi és érzelmi:

a) Minden egyes feladat vagy játék a gyermek intellektuális képességeinek fejlesztését szolgálja.

Hajlamosak vagyunk úgy tekinteni a testmozgásra és a sporttevékenységekre, mint amelyek középpontjában kizárólag a test áll, és megfeledezünk arról, hogy a mentális képességek is elengedhetetlenek minden testet igénybe vevő tevékenységhez, az egyszerű játékoktól kezdve akár a legösszetettebb csapatjátékokig.

- Koncentrációs képesség, megfigyelőképesség, előrelátás stb.
- Gondolkodóképesség, képesség stratégia kialakítására, döntéshozatalra stb.

b) Mindegyik feladat mozgással jár, ami fejleszti a testi (fizikai) adottságokat<sup>2</sup>:

- Fizikai: rugalmasság / erő / kitartás / ellenállás / gyorsaság
- Koordináció: tájékozódás / reakció / differenciálás / ritmus / egyensúly

Ezeket a kategóriákat mozgással foglalkozó szakemberek javasolták, akik a kutatásokat

követően öt fő koordinációs készséget, valamint öt testi készséget határoztak meg. Testi szempontból a gyermek átfogó, kiegyensúlyozott fejlődése a lehető legváltozatosabb mozgások gyakorlásán, a koordinációs képességek – amely minden sport alapja – és a speciális testi adottságok edzésén múlik, anélkül, hogy az egyiket jobban hangsúlyoznánk, mint a másikat.

c) Mindegyik feladat segíti a pszichoszociális készségek fejlesztését, ami az érzelmek és a társas kapcsolatok jobb kezeléséhez, és ezáltal a gyermekek közötti jobb együttműködéshez vezethet.

- Személyes készségek: önbecsülés, lelkesedés, kreativitás, felelősség, őszinteség, határozottság stb.
- Szociális készségek: bizalom mások iránt, tisztelet, empátia, kommunikáció, elkötelezettség, együttműködés stb.

Ezek a készségek versenyen vagy együttműködésen alapuló játékokon keresztül fejleszthetők. Felesleges őket egymással szembeállítani, mivel az egyik



kiegészíti a másikat. Tudjuk, hogy világunk a versengésre koncentrál, és hogy a gyermekek spontán módon versenyhelyzetbe hozzák magukat, akár egészséges ez, akár nem. Tény azonban, hogy a gyermekek jobban tanulnak együttműködést kívánó helyzetekben, mint egyedül.

Ezzel a kézikönyvvel azt szeretnénk bemutatni, hogy a foglalkozásokért felelős felnőtteknek ösztönözniük kell az olyan helyzeteket, amikor a gyermekek együttműködnek, mert ez megtanítja őket egymás tiszteletére és az együttműködésre. Ezért felnőttként a mi felelősségünk, hogy megtaláljuk az egyensúlyt a versengés és az együttműködés között.

Az együttműködésen alapuló feladat vagy játék a következő elveket követi:

- Mindenki jól érzi magát;
- A foglalkozásnak vagy játéknak motiváló célja van;
- Mindenkinek szüksége van a másokra a cél eléréséhez;
- Mindenkit elfogadnak és értékelnek a képességeiért;

- Nincs semmiféle ítékezés vagy kritika;
- Mindenki aktívan részt vesz a játékban;
- Mindenki átéli a sikert;
- Senki sincs kirekesztve vagy kizárva a játékból;
- Senkit sem akarnak kiemelni;
- Mindenki felelős önmagáért és a csoportért.

Az együttműködés képessége önmagunk és a másik személy szilárd ismeretét, önmagunkba és a másik személybe vetett bizalmat, valamint jó kommunikációt (megfigyelés, meghallgatás és kifejezés) igényel a másik személlyel:

A kapcsolatfelvétel, a bizalom, a kommunikáció és az együttműködés e szempontjai fejezetcímként szerepelnek ebben a kézikönyvben.

*A játékokban való szimpla részvétel még nem eredményez fejlődést a gyermek fent említett készségeiben. Egy animátornak erős személyes és szociális készségekre, valamint jó módszertani támogatásra is szüksége van.*

## 2. ANIMÁTORI KÉSZSÉGEK

### a) SZEMÉLYES KÉSZSÉGEK

- Az érzelmek és azok másokra gyakorolt hatásának felismerése, megértése és kontrollálása.
- Legyen magabiztos, határozott és megbízható.
- Alkalmazkodjon a nehéz vagy változó helyzetekhez, és legyen nyitott, ha a különbözőségekkel kell szembenéznie.
- Végezzen önértékelést, és tanuljon a tapasztalatokból.

### b) SZOCIÁLIS KÉSZSÉGEK

- Vezesse a csoportot egy adott cél felé, legyen lelkes és kommunikatív.
- Motiválja a gyermekeket konstruktív visszajelzéssel.
- Tartson fenn érzelmi kapcsolatot a gyermekekkel, ugyanakkor állítson fel egyértelmű szabályokat és határokat.



# 3. MÓDSZERTAN

- Legyen empátikus, ismerje fel az összes gyermek szükségleteit, és reagáljon rájuk.
- Kezelje a konfliktusokat pozitív módon (kirekesztés vagy nem konstruktív büntetés nélkül), és tegye a gyermeket felelőssé saját problémáinak megoldásáért.

## c) MÓDSZERTANI KÉSZSÉGEK

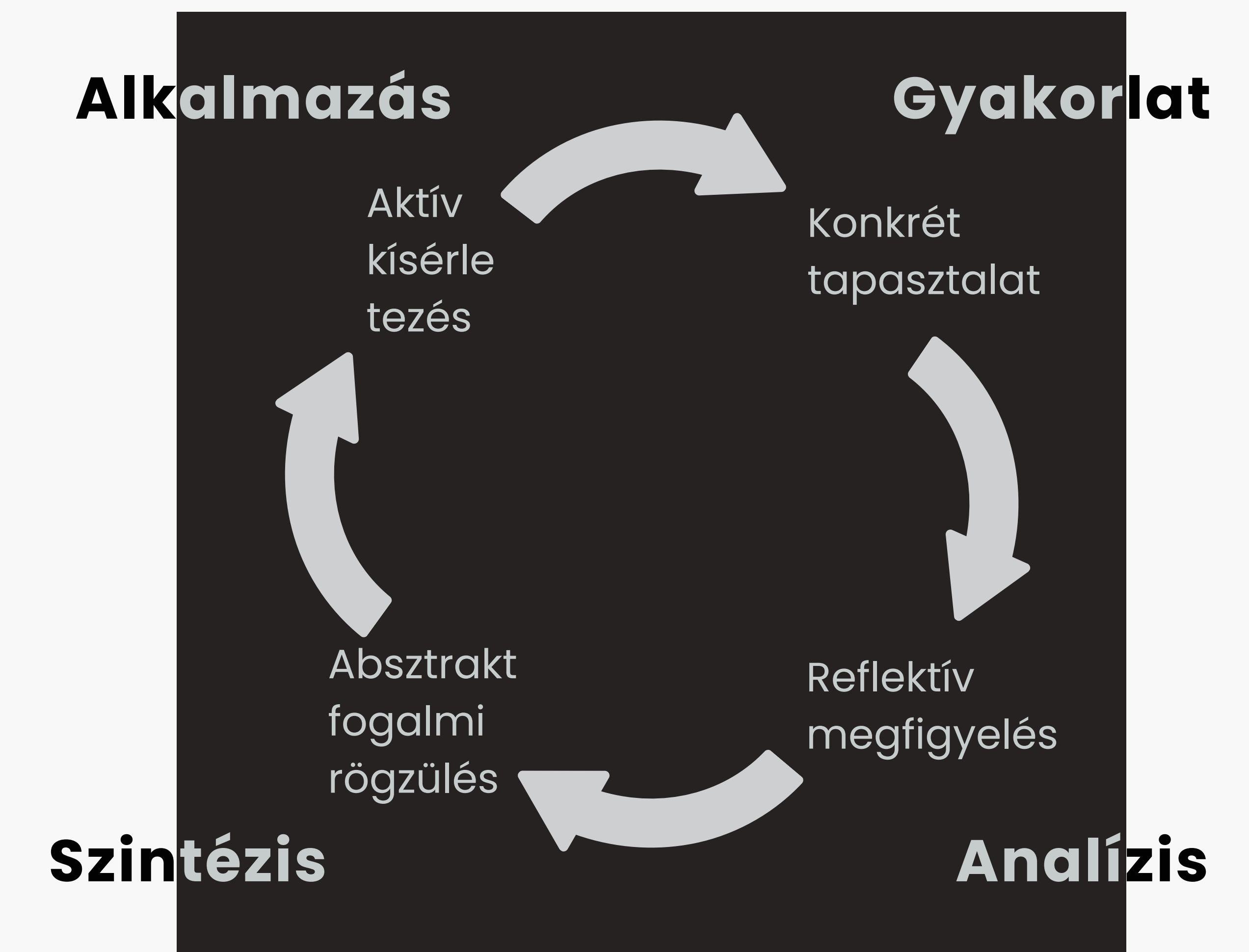
- A feladatokat az intenzitás, az idő és az anyagok figyelembe vételével tervezze meg.
- Határozzon meg egyértelmű célokat a csoporthoz igazodva, amelyek fejlesztik a szellemi, testi és pszichoszociális készségeket.
- Irányítsa a gyermekeket a kitűzött cél (azaz a játék, verseny, futam stb. végső formájának) elérése felé fokozatos lépéseken és strukturált gyakorlatokon keresztül.
- Vegye rá a gyermekeket a részvételre, hogy mindig aktívak legyenek (ne várakozzanak).
- Felváltva kísérletezzenek, beszélgessenek és korigáljanak, hogy ily módon tudjanak tanulni.

- Készítsen változatos gyakorlatokat, hogy a gyermekek motiváltak maradjanak (ne legyenek se túl hosszúak, se túl rövidek).
- Szorgalmazza a kooperatív helyzeteket, amelyek a gyermekek közötti kapcsolatokat építik.
- Minden körülmények között gondoskodjon biztonságos körülményekről a balesetek és az erőszak elkerülése érdekében.

## d) TECHNIKAI KÉSZSÉGEK

- Jó fizikai kondícióval rendelkezzen, és ismerje saját erősségeit és korlátait.
- Ismerje a játékok szabályait, és tanítsa meg őket a gyermekeknek, hogy ők is lehessenek játékvezetők.
- Sajátítsa el elegendő számú, a célcsoporthoz igazított játékot és sportágat.

A javasolt módszertan a „tapasztalati úton történő tanulás” megközelítést követi. Néhány tudós és gyakorlati szakember foglalkozott a tanulás folyamatával, és Kolb a következő, négy lépésből álló koncepcióval állt elő:



Úgy véljük, hogy a tanulás csak tapasztalatszerzéssel, majd ezt követő reflexióval történhet. Ha az animátor célja az, hogy a játék szabadidős jellegét hangsúlyozza, akkor



klasszikus módon irányítja a játékot: utasításokat ad, majd hagyja játszani a gyermekeket, hogy jól érezzék magukat, és kiereszék a gőzt. Ha azonban az animátor célja egy adott tanulási forma hangsúlyozása, akkor más módszert fog alkalmazni, amely integrálja és kiemeli a három szintet: a mentális (fej), a fizikai (test) és az érzelmi (szív) területet.

A tanuláshoz konkrét élményre van szükség, amelyet szóbeli reflexió követ, amely a megbeszélés vagy a korrekció pillanatában történik. A gyakorlatban a játék négy kulcsfontosságú fázisra oszlik, amelyek a fent ismertetett koncepciót követik egy folyamatos ciklusban:

- a.** Első kísérlet a játékra (gyakorlati);
- b.** Megállás megbeszélés és korrekció céljából (a történetek elemzése és a végrehajtandó továbbfejlesztések összegzése);

**c.** Második kísérlet a játékra (alkalmazás és továbbfejlesztés);

**d.** Megállás a visszajelzés érdekében (a továbbfejlesztések nyugtázása).

a) Első kísérlet: az instrukciók (egyértelmű és tömör) megadása után a gyermekek felfedezik és kipróbálják a játékot.

b) Megbeszélés és korrekció: elegendő ideig tartó játék után az animátor leállítja a játékot, kört alkot a gyermekekkel, és megkérdezi tőlük, hogy mit találtak nehéznek, és hogyan tudnának javítani a játék minőségén. Javaslatok hangzanak el a pontos korrekciókra és továbbfejlesztésekre. Az animátor kiemeli a célkitűzéseknek megfelelő fontos pontokat (pl. őszinteség, jobb kommunikáció stb.), és újra elindítja a játékot.

c) Második kísérlet: a gyermekek másodszor is kipróbálják a játékot, ezúttal már tudatosabban, mert bizonyos fontos elemekre már felhívták a figyelmüket. Ekkor történik a

d) Visszajelzés: a gyermekek megbeszélnek a második élményt, és a tanultak a helyükre kerülnek. Az animátor odafigyel arra, hogy mi történt a játék során a kapcsolatok szempontjából, és kérdések és válaszok segítségével megosztja, amit tapasztalt.

Visszajelzésre szolgáló szüneteket olyan gyakran lehet tartani, amilyen gyakran csak szükséges, vagy akár több napon keresztül, amíg a kitűzött célt el nem érjük, és a kívánt viselkedést meg nem valósítjuk. Ugyanannak a feladatnak vagy játéknak az ismétlése soha nem unalmas a gyermekek számára, hanem valójában a tanulási folyamat kulcsfontosságú részét képezi. A célnak pontosnak kell lennie, és a játékot a gyermekek szintjéhez kell igazítani (a játék előrehaladása és változatossága).

Ez a módszer azt kívánja meg, hogy az animátor a játékon kívül maradjon. A távolságtartás, a játék menetének megfigyelése és a viselkedésformák azonosítása lehetővé teszi az animátor számára, hogy releváns és koncentrált visszajelzést adjon.



# 4. A KÉZIKÖNYV HASZNÁLATA

## a) A JÁTÉKOK OSZTÁLYOZÁSA

A húsz feladat és játék három fő fejezetre oszlik. Az egyes fejezeteken belüli sorrend véletlenszerű, és nem képvisel semmilyen ideális sorrendet, amelyet egy foglalkozás során követni kellene. A legmozgalmasabb játékok az I. fejezetben találhatók.

### I. Bemutatkozás és kapcsolatteremtés

1. Nevek és gesztusok
2. Névfeldobás (és változatai)
3. Postás (és változatai)
4. Boszorkányok
5. Kígyó
6. Láncos fogócska
7. Két ember társaság, három már tömeg

### II. Bizalom és kommunikáció

8. Vak ember és vakvezető kutya
9. Fadeszka

10. Kis vak vonat
11. Személycsere
12. Tükör (és változatai)
13. Megállok – és már indulok is

### III. Együttműködés

14. Ülő/álló kör
15. Bűvös karika
16. Sorakozó
17. Állati pantomim
18. Örült gépezet
19. Cápasziget
20. Ötpasszos labda (és változatai)

## b) A JÁTÉKLEÍRÁSOK MAGYARÁZATA

### Általános információk

Úgy döntöttünk, hogy nem jelezzük a játékosok számát, a játék időtartamát vagy az egyes játékokhoz szükséges eszközöket, mivel ezek játékonként nagyon csekély mértékben változnak. Valójában a résztvevők ideális száma mindegyik feladat esetében körülbelül 20 fő (minimum 6, maximum 30). Az animátor feladata, hogy

előre gondolkodjon, kipróbálja a környezetet, és alkalmazkodjon hozzá. Például bizonyos helyzetekben, különösen a testi érintkezéssel járó játékok esetében, az animátor dönthet úgy, hogy a lányokat és a fiúkat különválasztja.

A legtöbb játékhoz – egy jól behatárolt területet leszámítva – semmilyen eszközre nincs szükség. Ha a játékhoz valamilyen eszközre van szükség, azt a játék menetének leírásában megemlítjük.

A játékok időtartama általában 10 és 20-30 perc (vagy több) között van, beleértve a négy fázist, azaz az ismertetést, magát a játékot, a megbeszéléseket és a visszajelzést.

Az egyetlen adat, amit megadunk, a játékosok életkora. Ezt három kategóriába soroltuk: 6 éves kortól, 9 éves kortól, illetve 12 éves kortól. Itt is az animátor dolga, hogy felmérje a csoport képességeit.



## Játék

A játék egyszerűen van leírva, és mindenféle gyakorlat nélkül is játszható kell, hogy legyen. Mindazonáltal hasznos lehet kipróbálni egy kis csoporttal, mielőtt nagyobb csoportban játszanák. Minél jobban ismeri az animátor a játékokat, annál jobban tudja majd élvezetesen és hatékonyan irányítani őket.

## Célok

A célkitűzéseknek mindig két szempontja van, amelyek a pszichoszociális és a testi kompetenciákra összpontosítanak. Ezek azért vannak feltüntetve, hogy segítsék az animátort abban, hogy az adott pillanatban elérje a csoporttal a célját.

## Javaslatok

Az adott játékra vonatkozó gyakorlati tanácsokkal is szolgálunk. A tanácsok a terepen és különböző helyzetekben végzett tesztek nyomán fogalmazódtak meg.

## Megbeszélés

Minden korrekcióhoz és visszajelzéshez – akár a játék során, akár a játék végén – fontos, hogy a gyerekek egy körben, viszonylag közel, lehetőleg árnyékban és zavaró tényezőktől távol gyűljenek össze. Még ha a gyerekek eleinte tartózkodónak is tűnnek, ez a pillanat gyorsan rituálévá válik, és a beszélgetés és az érzelmek kifejezésének kiváltságos helyévé alakul.

Néhány alapvető kérdés, amelyet az animátor feltehet:

- Voltak nehéz pillanatok a játék során? Meg tudod magyarázni az okát?
- Mi segített abban, hogy elérd a célokat? Mi volt az, ami nem segített?
- Milyen magatartások segítették vagy akadályozták a játék zavartalan lebonyolítását? Ezt fejtse ki, kérlek.
- Mit tanultál önmagadról vagy másokról? Ezt fejtse ki, kérlek.
- Hogy érezted magad a játék alatt? Meg tudod magyarázni az okát?

A játékra speciálisan jellemző egyéb kérdésekre az egyes feladatok végén adunk ötleteket. Mindig lesznek váratlan helyzetek, amelyeket az animátornak tapintattal és megfelelő módon kell kezelnie.

---

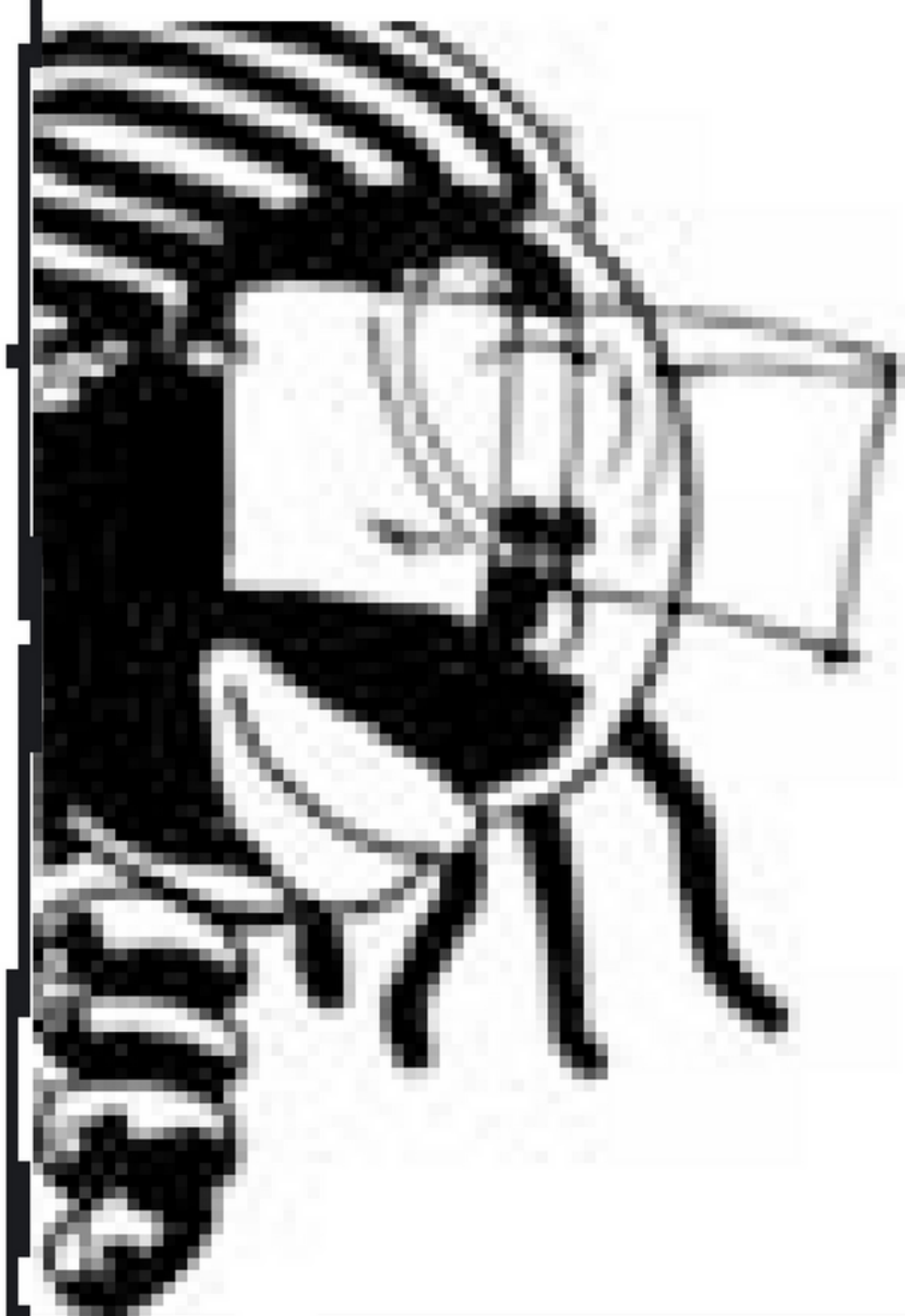
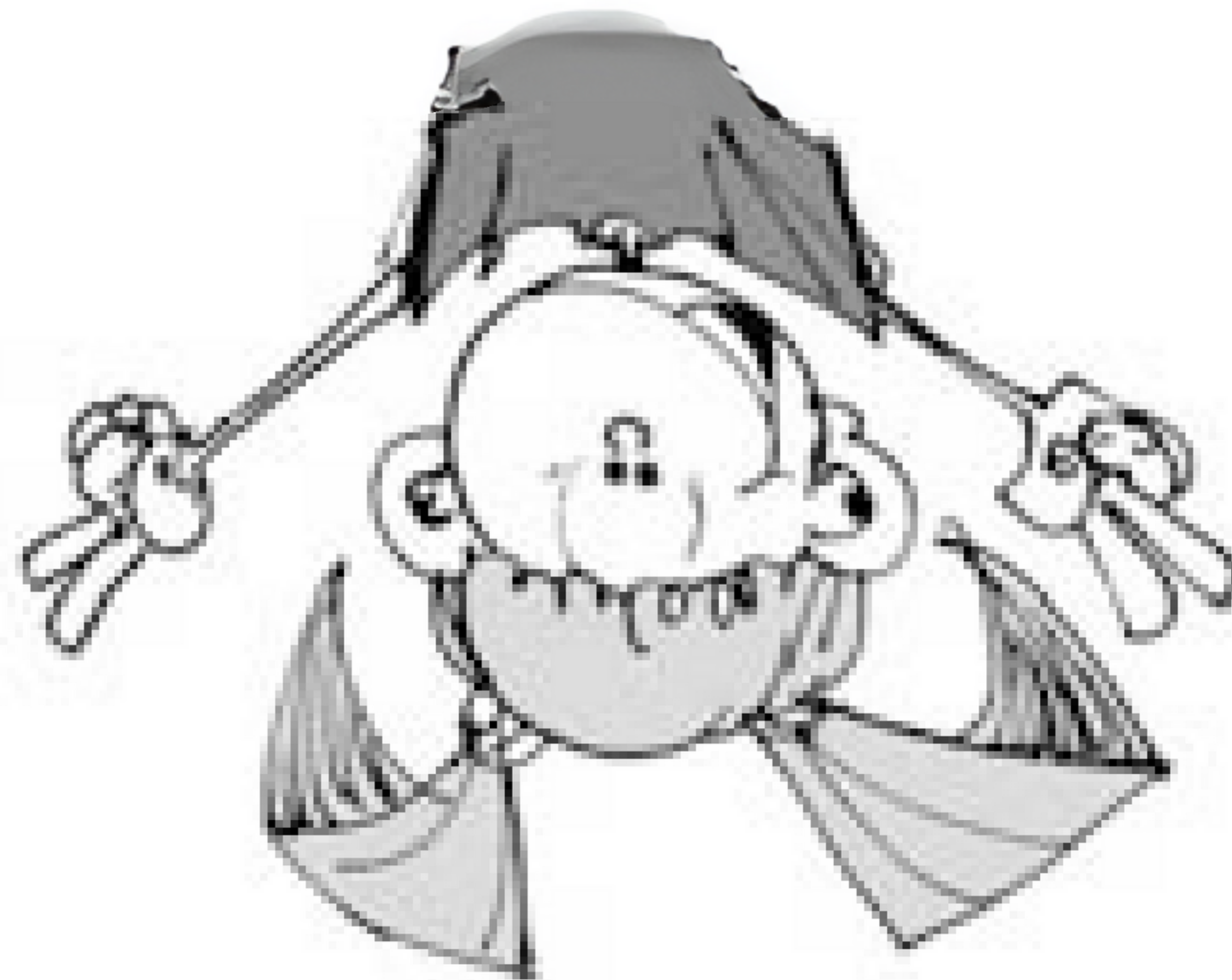






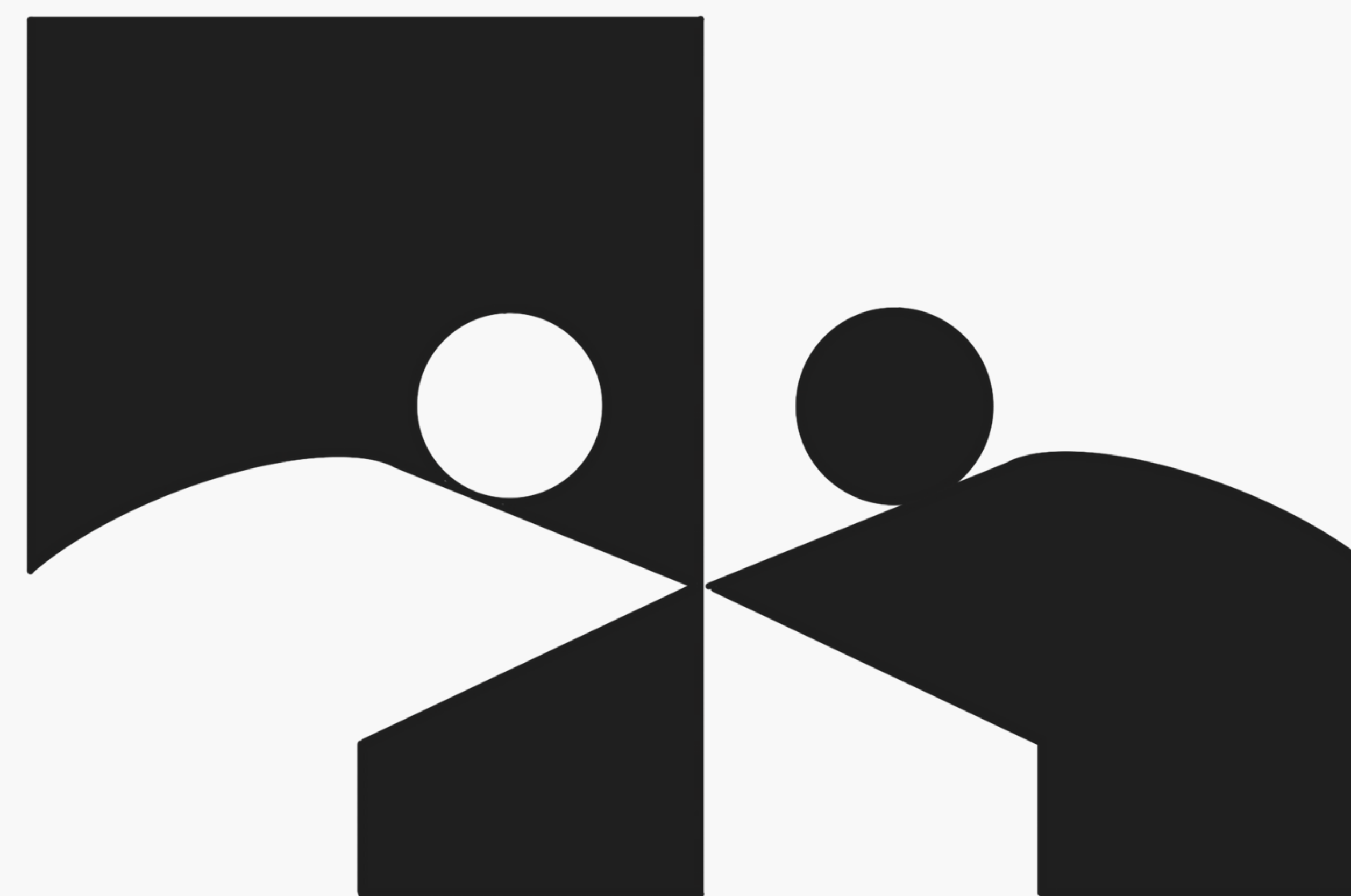


**JÓ SZÓRAKOZÁST ÉS KELLEMES TANULÁST  
KIVÁNUNK EZZEL A 20 JÁTÉKKAL!**





# I. BEMUTATKOZÁS ÉS KAPCSOLATTEREMTÉS (1-7)





# 1. NEVEK ÉS GESZTUSOK

## A JÁTÉK MENETE

A csoport körben áll, az egyes játékosok között üres hely van. Az animátor kimondja a saját keresztnevét, miközben egy gesztussal azonosítja magát. A többiek figyelmesen nézik, és amikor befejezte, megismétlik a gesztust, mindannyian egyszerre, miközben a nevet ugyanazzal az intonációval ismételtetik. A következő személy az elsőtől különböző gesztussal mondja ki a saját nevét, és a többiek megismétlik azt. És ez így megy tovább, amíg mindenki ki nem mondja a nevét egy adott gesztussal.

## CÉLOK

Pszichoszociális: az önkifejezés fejlesztése a mozgáson és a kreativitáson keresztül, hogy az egyén kifejezze identitását egy adott gesztuson keresztül. Minden személyiség érvényesülhet, és elkülöníthető a másiktól. Az önbizalom is fejlődik ebben a játékban,

**Kreatív tevékenység az egymást nem ismerő csoportban a nevek megtanulására, vagy „rituálé” a foglalkozás megkezdésére, hogy a neveken és gesztusokon keresztül**

**szórakoztató és kreatív módon megszilárduljanak a kapcsolatok.**

mert mindenki csak önmagát fedi fel. A feladat másik fókuszja a csoport megfigyelő és utánzó képessége.

Fizikai: semmi különös, a pontos mozdulatokon kívül.

## JAVASLATOK

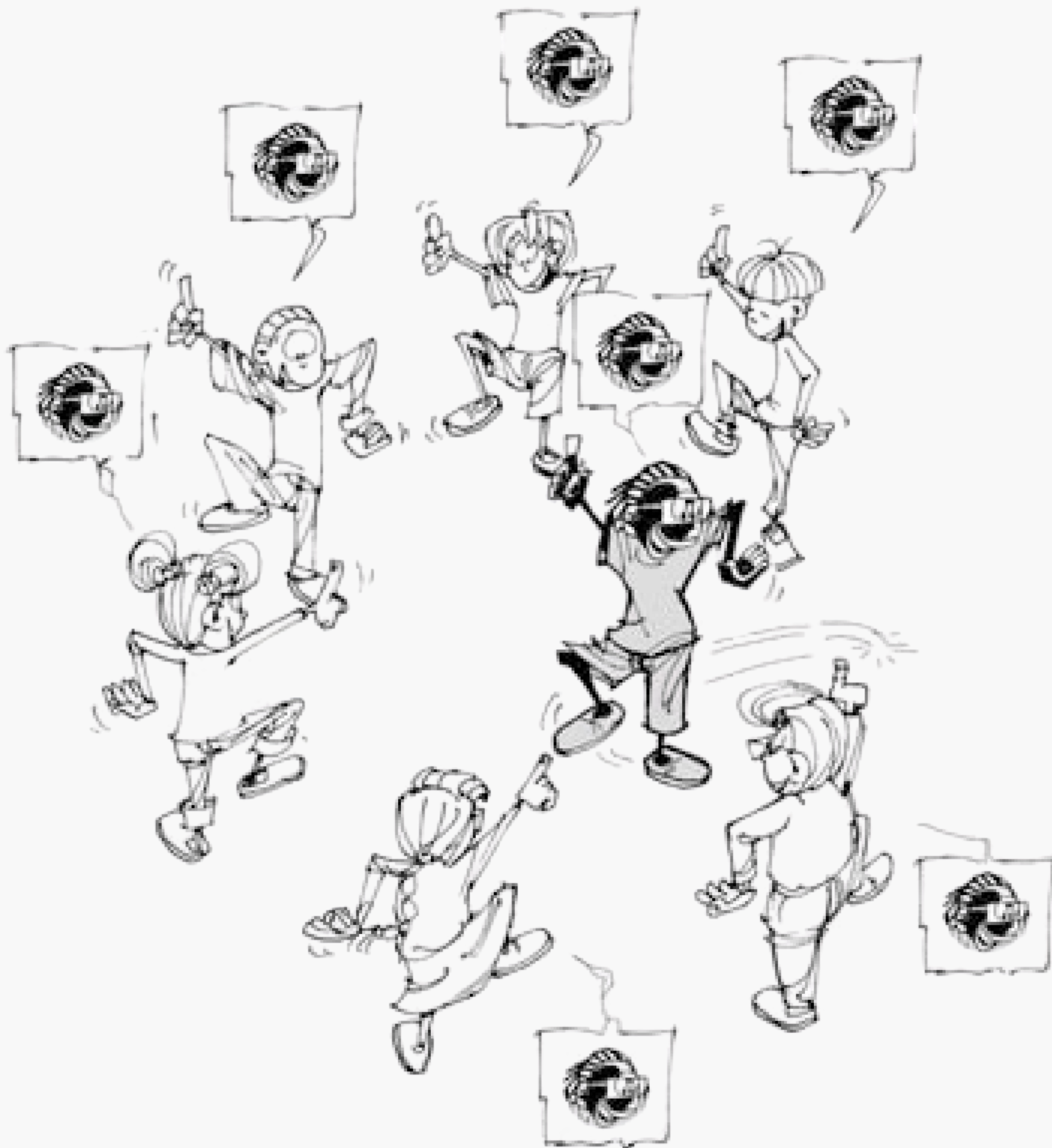
A játékot először játszó gyerekek valószínűleg kellemetlenül érzik majd magukat, ha a testükkel fejezik ki önmagukat, miközben hangosan kimondják a nevüket. Az animátor feladata, hogy bátorítsa őket, hogy leküzdjék féltékenységüket. Ezen kívül a gyerekek hajlamosak lemásolni az előző játékos gesztusát. Hangsúlyozza a személyiség egyedi jellegét, és ragaszkodjon hozzá, hogy emiatt minden gesztusnak egyedinek kell lennie.

Gyakran szükség van egy második fordulóra is, amelyben ragaszkodunk ahhoz, hogy minden játékos használja a kreativitását, és tegyen egyértelmű gesztusokat.

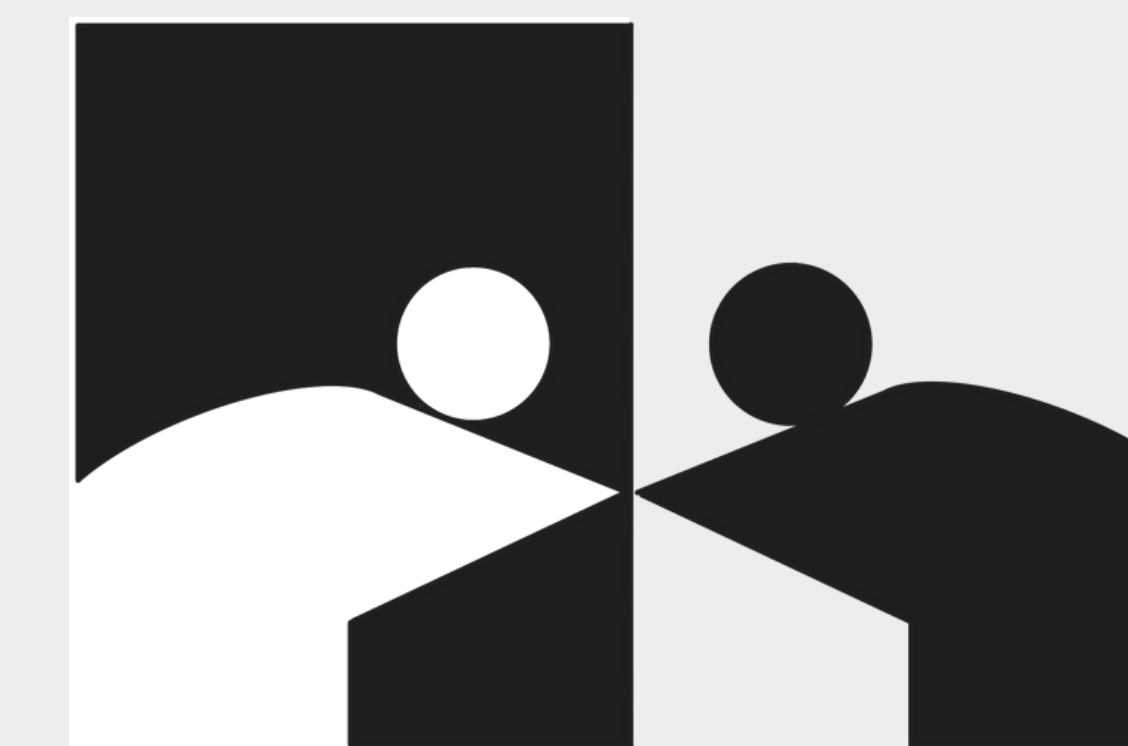
több foglalkozáson, ugyanazzal a gyermekcsoporttal. Lehetőség van a gesztusok fajtájának variálására is: állatok, szakmák stb.

Az idősebb, legalább 9 éves gyerekeknél szigorúbban vehetjük a gesztus bemutatását és utánzását.





# 6 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Nehéz volt olyan gesztust kitalálni saját magadnak, ami különbözik a többitől? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mit éreztél, amikor mindenki utánozta a gesztusodat, miközben kórusban kimondták a nevedet?
- Nehéz pontosan lemásolni, amit a többiek csinálnak? Ki tudnád ezt fejteni?
- Megtudhatsz-e új dolgokat a barátaidról ezzel a játékkal? Hogyan?
- Ki tudsz-e a személyiségen kívül más gesztusokat, más kritériumokat is találni? Melyek azok?
- Stb.



# 2. NÉV

# FELDOBÁS

## A JÁTÉK MENETE

Ehhez a játékhoz több labdára lesz szükség. Egy legalább 6-12 fős csoport körbe áll oly módon, hogy az egyes játékosok között legalább 1 méter távolság legyen. Az A játékos a kezében tartja a labdát, majd a B játékos nevét mondja, és odadobja neki a labdát. A B játékos valaki mást szólít, és odadobja a labdát, és így tovább.

Mihelyt mindenki megértette az alapelvet, és ismeri a neveket, a csoport méretétől függően egy vagy két labdát is lehet használni.

Továbbfejlesztés: szaladgálás hozzáadásával a játék nehezebbé, de egyben motiválóbbá is válik. Miután megszólította a B játékos, és odadobta neki a labdát, az A játékos „követi” a labdát, és B helyére fut. B ugyanezt teszi, miután megszólította C-t, és odadobta neki a labdát stb.

A kör nagyobbá tételével, illetve a játékosok számának növelésével a játék egyre nagyobb kihívást jelent.

**Ideális játék arra, hogy a neveket a mozgás segítségével tanuljuk meg. Hasznos rituálé lehet a foglalkozás megkezdéséhez, a csoporton belüli kötődések újrateremtéséhez és a**

**fizikailag megterhelőbb gyakorlatok előtti bemelegítéshez is.**

## CÉLOK

Pszichoszociális: a koncentráció, valamint a jó kommunikáció (megfigyelés, odafigyelés) és a csoportban való együttműködés fejlesztése.

Fizikai: a reakciók, a differenciálás (különböző műveletek: hívás, dobás, elkapás, futás) és a pontos passzolás fejlesztése. Minél nagyobb a kör, annál nagyobb kihívást és fejlődést jelent a fizikai adottságokra nézve.

## JAVASLATOK

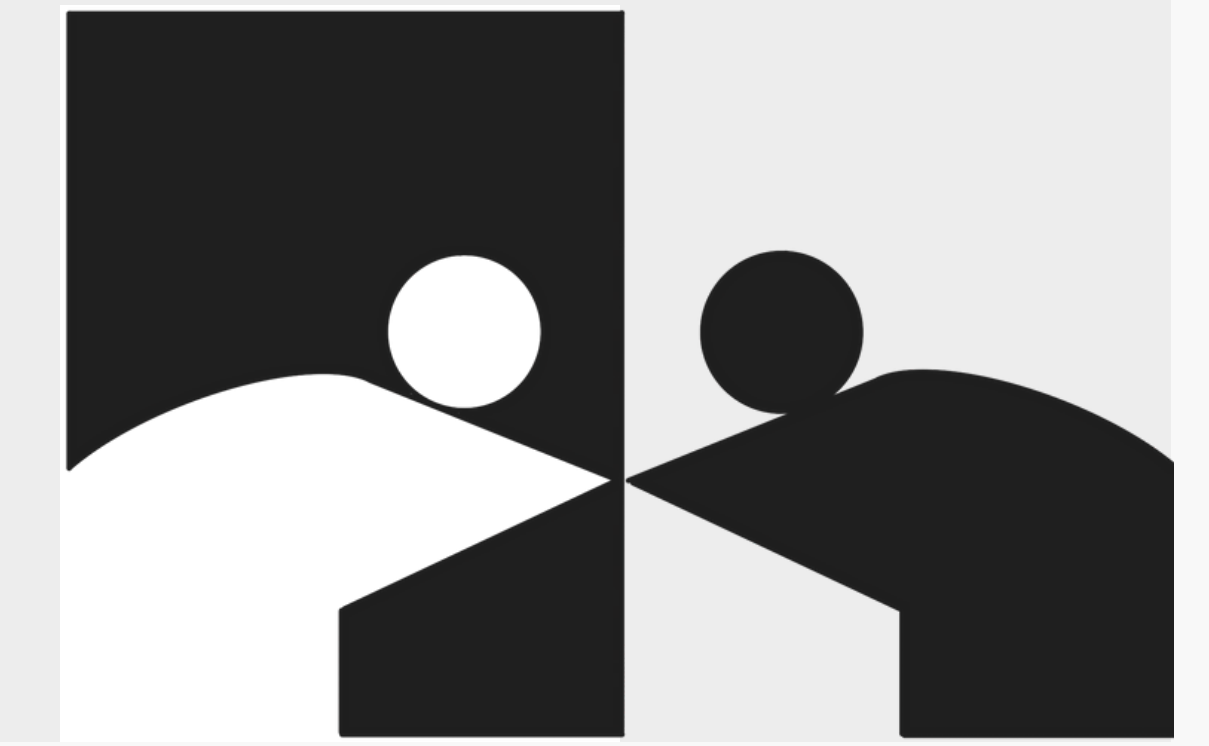
A játék egyszerre több készséget is segít fejleszteni, és az animátornak ezek közül néhányra kell összpontosítania. Először is a cselekvések sorrendjére: hajlamosak vagyunk először eldobni a labdát, és csak utána mondani a megfelelő nevet. Az animátornak ragaszkodnia kell a három fázis (hívás, dobás és elkapás) sorrendjéhez, mielőtt több labdát vagy további futást iktatna be.

Utána hasznos lehet a kommunikációnkon való dolgozás, emlékeztetve a játékosokat a jó kommunikáció fontosságára és nehézségére, amely mindkét ember részéről hajlandóságot és felelős viselkedést igényel. Ha leesik a labda, azért mindketten 50%-ban felelősek, tehát az a játékos is, aki esetleg rosszul dobta, és az is, aki esetleg rosszul kapta el. A gyerekek könnyen hajlamosak a másikat hibáztatni, megfélelvezve saját felelősségükről. Ha A szólítja B-t, aki ezután a labda elkapására koncentrál, majd A jól dobja oda a labdát, akkor a feltételek adottak ahhoz, hogy minden jól működjön.

Gyakran előfordul, hogy egyes gyerekeket nem vagy csak ritkán szólítanak, ezért nem jutnak labdához. Az animátor ekkor adhat a csoportnak egy feladatot: a játék akkor ér véget, ha minden játékos X-szer megérintette a labdát. Ez a szabály az együttműködés szempontját csempészi bele a játékba, mivel arra kötelezi a játékosokat, hogy legyen egy stratégiájuk, hogy mindannyiukat bevonják.



# 9 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Mire van szükségünk ahhoz, hogy a játék lendületes legyen, és jól működjön?
- Segít-e, ha párhuzamosan csináljuk a kommunikációval? Ki tudnád ezt fejteni?
- Könnyű volt-e megjegyezni, hogy kinél volt már a labda? Hogy sikerült neked a játék?
- Nehéz volt megtalálni a stratégiát a kooperatív feladathoz? Ki tudnád ezt fejteni?
- Kisebb vagy nagyobb csoportban szerettél-e jobban játszani? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.



# Változat: Névre szóló labda/seprű

## 9 éves kortól

Ez a játék nagyon hasonlít az előzőhöz, hiszen szintén a nevekkel foglalkozik, fejleszti a reakciókat, a gyorsaságot és az együttműködést.

A játékosok körben állnak. Az A játékos középen áll a labdával. A B játékost a nevére szólítja, feldobja a labdát a levegőbe, és elindul B helyére. B-nek középre kell futnia, hogy elkapja a labdát, mielőtt az X-szer pattan. A játékot lehet nehezebbé vagy könnyebbé tenni azáltal, hogy nem engedjük a labdát pattogni, vagy növeljük a pattogások számát.

Ugyanezt játszhatjuk egy hosszú bottal, seprűvel vagy bármi hasonlóval is. Az A játékos a kör közepén tartja a seprűt, szólítja a B játékost, elengedi a seprűt, és félreáll az útból, míg B odafut, hogy elkapja, mielőtt az földet érne.

Tanács: A játékosok a labdadobás módjával szabályozhatják a játék nehézségét: minél magasabbra dobják a labdát, annál könnyebb; Hasonlóképpen, minél nagyobb a kör, annál nehezebb a játék.

Az animátornak figyelmeztetnie kell a csoportot, hogy ez a játék csoportos és nem egyéni játék. A cél az, hogy megtaláljuk az egyensúlyt az elkaphatatlan dobások és a túl könnyű dobások között, amelyek megfosztják a játékot minden érdekességtől és motivációtól. Lehetőség van egy csoportos feladat kitűzésére is: a játéknak akkor van vége, ha a csoportnak X-szer sikerült elkapnia a labdát/seprűt anélkül, hogy az leesett volna.







# 3. POSTÁS

**Ideális játék olyan csoport számára, amelynek tagjai energikus és játékos módon ismerkednek egymással.**

## A JÁTÉK MENETE

Ehhez a játékhoz mindenkinek (a postás kivételével) ki kell jelölni egy kis helyet, például egy széket (vagy valamit, amire rá lehet ülni), egy karikát, kötelet vagy krétával a földre rajzolt kört stb.

A játékosok körben ülnek a széükön (vagy állnak a saját karikájukban, krétakörükben stb.). Az egyik játékos, a postás, középen áll. Érhetően azt mondja: „Megérkezett a posta.” A többi játékos megkérdezi: „Kinek?” A postás így válaszol: „Mindenkinek, aki...” és kitalál valamit: „...van egy fiútestvére, mindenkinek, aki volt már Párizsban, mindenkinek, aki szemüveges, mindenkinek, aki szeret focizni stb.” Mindenkinek, aki „levelet kap”, fel kell állnia, és a lehető leggyorsabban helyet kell cserélnie. Ugyanakkor a postásnak meg kell próbálnia helyet találni saját magának. Aki ülőhely nélkül marad, az lesz az új postás, és hozza a következő levelet, "mindenkinek, aki".

### Szabályok:

- Nem cserélhetsz helyet a szomszédoddal;
- A helyváltoztatáshoz futnod kell (gyorsaság-reakció);
- Nem maradhatsz ülve, ha a „levél” neked szól (őszinteség);
- Nem szabad megérinteni más játékosokat (összeütközni velük) (tisztelet - erőszakmentesség);
- Nem hozhatod kétszer ugyanazt a levelet (koncentráció és kreatív gondolkodás).

Továbbfejlesztés: a játék megnehezítéséhez (székek nélkül) használjon ötletesen kialakított kiinduló helyzetet. A játékosok állhatnak (vagy leguggolhatnak) a karikában, háttal a középpontnak. Ez növeli a koncentrációt és a reakcióképességet.

## CÉLOK

Pszichoszociális: koncentráció (odafigyelés), kreatív gondolkodás, tisztelet

(erőszakmentesség) és őszinteség fejlesztése.

Fizikai: a reakcióképesség, a futási sebesség és a mozgékonyág fejlesztése.

## JAVASLATOK

Az első alkalommal az animátor játszhatja a postás szerepét, hogy segítsen a gyerekeknek megérteni a játékot. A leveleket a gyerekek életkorához kell alakítani. A levelek kisebb gyerekek esetében fókuszálhatnak olyan felszínesebb kritériumokra, mint pl. a külső megjelenés, nagyobb gyermekek esetében pedig olyan személyesebb szempontokra, mint pl. a nézetek, a személyiség, az ízlés stb.

Az animátornak ragaszkodnia kell a játék élénk tempójához, és gondoskodnia kell a szabályok betartásáról. Figyelemmel kell lennie arra, hogy a postás ne mindig ugyanaz a személy legyen (ha szükséges, hozzáadva például a következő szabályt: legfeljebb 3x lehet valaki postás



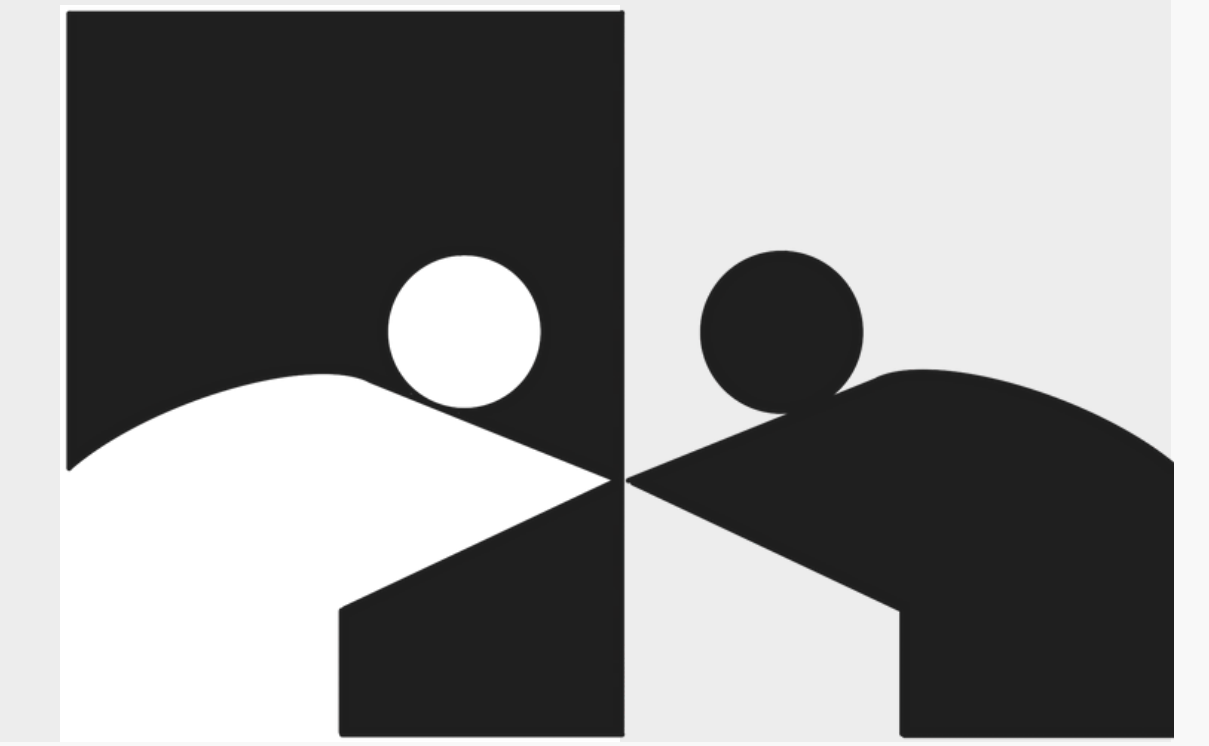
), és hogy minden gyerek legalább egyszer legyen postás.

Hívja fel a figyelmet a biztonsági szempontokra: a játékosok általában nagyon lelkesek, és úgy „vetik rá magukat” a

székekre, hogy nem figyelnek másokra... Figyeljen az ütközés és az elesés veszélyére.



## 9 éves kortól



### MEGBESZÉLÉS

- Megtudtál-e valami újat bármelyik társadról? Mi volt az?
- Szívesen voltál-e postás? Ki tudnád ezt fejteni?
- Nehéz volt ötleteket kitalálni a levelekhez?
- Voltak-e olyan kérdések, amelyek zavartak téged? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mindig őszinte voltál, vagy néha úgy tettél, mintha nem kellene helyet cserélned? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.



# Változat: Gyümölcskosár

6 éves kortól

A „gyümölcskosár” ugyanazon az elven működik, mint a „postás” játék, de a kisebb gyerekek számára könnyebb változatban. A játék úgy kezdődik, hogy ugyanannyi szék van, mint játékos, és az animátor középen áll.

Mindegyik játékos megkapja egy gyümölcs nevét, amelyet titokban tart. Az animátor ismeri a gyümölcsök nevét – legalább négyét, a játékosok számától függően. Ő középen áll, a piacon, és a következőt mondja: „Kérek egy kiló... almát / narancsot / mangót / stb.”, és ezeknek a „gyümölcsöknek” a lehető leggyorsabban helyet kell cserélniük. Az animátor kérhet gyümölcssalátát is, és akkor minden játékosnak helyet kell cserélnie!

Gyümölcs helyett a gyerekek bármilyen ismérvet kitalálhatnak: állatok, színek, természet stb.







# 4. BOSZORKÁNYOK

**Kiváló játék a könnyed kezdéshez. Különleges üldözős játék, csendben, szaladgálás helyett sétával, és a játékosok közötti bizalmat igénylő**

**fizikai érintkezések bevezetésével.**

## A JÁTÉK MENETE

Ehhez a játékhoz viszonylag nagy területre van szükség, amelyet a játékosok világosan behatárolnak és ismernek.

Az elején a játékosok (legalább nyolcan) körbe állnak, és az animátor a következő utasításokat adja:

A játékban boszorkányok és becsületes polgárok vesznek részt. A boszorkányok célja, hogy az összes polgárt elvarázsolják úgy, hogy egyszerűen megérintik őket. Az elvarázsolt polgároknak ezután mozdulatlanul kell állniuk. A polgárok célja, hogy elmeneküljenek a boszorkányok elől, és ölelésükkel kiszabadítsák az elvarázsolt polgárokat. A játék akkor ér véget, ha az összes polgárt elvarázsolták. Szabályok: nincs szaladgálás és nincs beszélgetés, minden csendben zajlik.

Az animátor körbejárja a csoportot, amely körben áll, csukott szemmel, és kiválasztja a boszorkányokat (kb. minden öt játékosra jut egy), úgy, hogy diszkrétan megérinti őket

a hátukon. Mindenki kinyitja a szemét, és kezdődhet a játék.

## CÉLOK

Pszichoszociális: tisztelet és bizalom kialakítása a fizikai érintkezésen keresztül, valamint az őszinteség és a felelősségvállalás. Az együttműködés és a stratégiai gondolkodás fokozása két szinten: a boszorkányok és a polgárok között.

Fizikai: minden gyors sétatempóban történik, ami gyors reakciókat és irányváltásokat igényel.

## JAVASLATOK

Az animátornak gondoskodnia kell arról, hogy a játékteret tiszteletben tartsák, és a játékosok a behatárolt területen belül maradjanak. Emlékeztetnie kell őket a szabályokra is: nincs szaladgálás, nincs beszélgetés.

A gyerekek hajlamosak másokat gyanúsítani azzal, hogy szaladgáltak vagy beszélgettek, ahelyett, hogy felelősséget vállalnának a becsületes játékért.

Az animátor azért van, hogy emlékeztesse őket, mindenki személyesen felelős a szabályok betartásáért. Például: bárki, akit megérintettek, köteles mozdulatlanul állni, aki a határokat átlépi vagy futni kezd, automatikusan elvarázsolják, és anélkül, hogy szólnának neki, mozdulatlanul áll.

A gyerekeknek nem könnyű elkerülni a szaladgálást, de ez másfajta energiát ad a játéknak, mint a normál fogócskázás: az, hogy sétálgatnak, több időt ad nekik a megfigyelésre és a csoportos stratégiák (boszorkányok vagy polgárok) kigondolására, miközben nonverbálisan kommunikálnak.

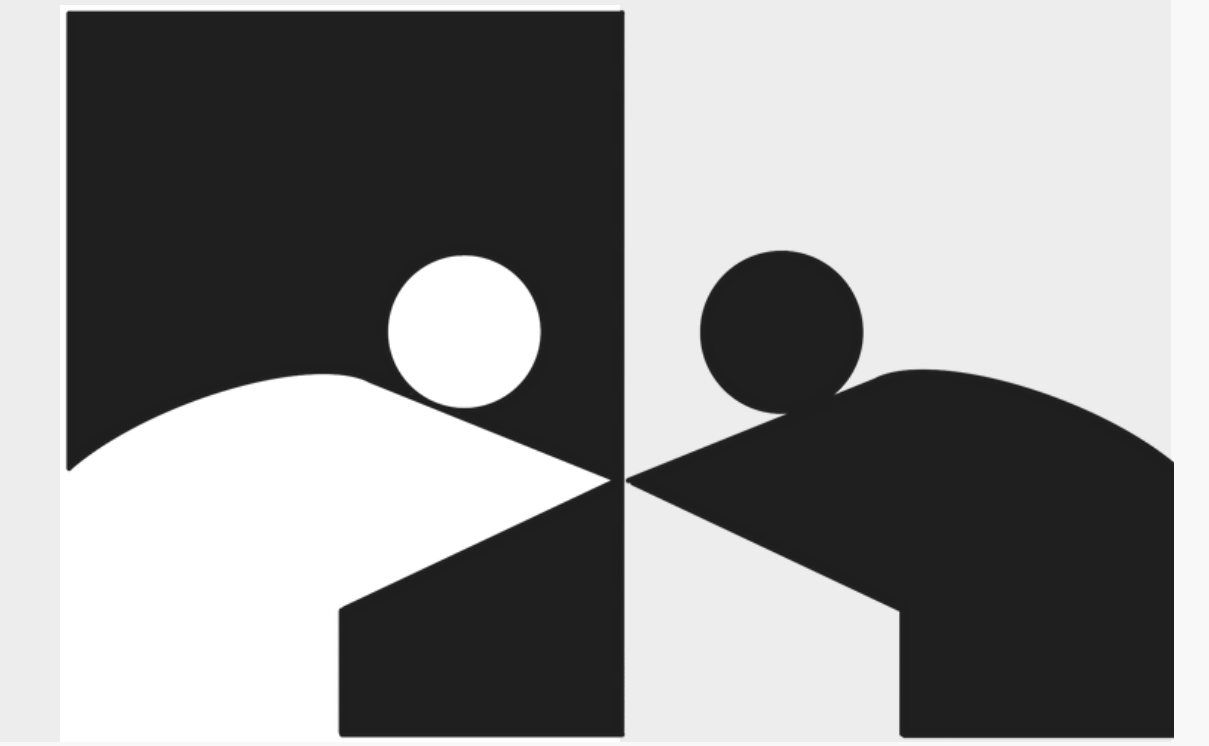
Célszerű viszonylag gyorsan leállítani a játékot, és megkérdezni a gyerekeket, hogy milyen stratégiákat alkalmaznak; hogy egyénileg játszanak-e (vagyis próbálják elkerülni, hogy elkapják őket) vagy csoportosan (barátok kiszabadítása). Az együttműködés hangsúlyozása elengedhetetlen a játék gördülékeny lebonyolításához.



A fizikai érintkezés bizonyos gyermekek számára nehéz lehet (az ölelés nem könnyű, különösen a kiskamaszok számára). Ebben az esetben kérjük meg a gyerekeket, hogy

találjanak más módot (kreatívan) az elvarázsolt polgárok kiszabadítására (pl. átkúszva a terpeszben álló társak lába között). Ugyanakkor ne feledje, hogy az ölelés a kapcsolatépítés és a

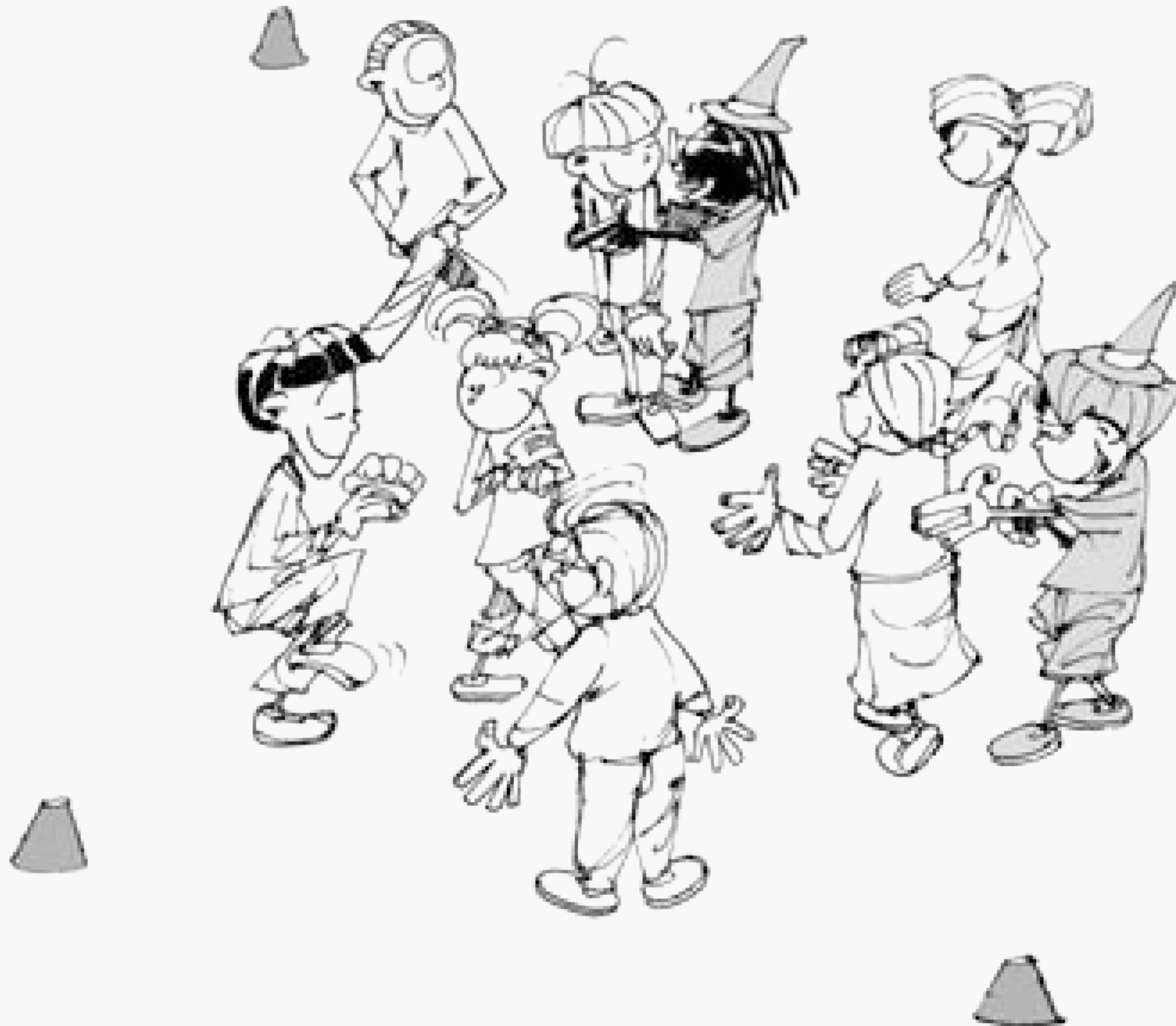
## 9 éves kortól



bizalomépítés része. A kiszabadult polgár meg is köszönheti az őt megölelőnek, hogy visszakerült a játékba.

### MEGBESZÉLÉS

- Nehéz volt-e megállni a szaladgálást és a beszélgetést? Ki tudnád ezt fejteni?
- Könnyű volt-e mindig őszintének lenni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Milyen stratégiákat használtak a boszorkányok? És a polgárok?
- Nehéz volt-e megölelni a barátokat, hogy megszabaduljanak? Kellemes vagy kellemetlen volt ez a testi érintkezés? Ki tudnád ezt fejteni?
- Kiválasztottad-e azokat az embereket, akiket meg akartál szabadítani? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.





# 5. KÍGYÓ

**Egyszerű és rövid játék, amely ideális arra, hogy kieresszük a gózt és szórakozzunk, miközben egy csoportban vagyunk.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok ötfős csoportokra oszlanak, egymás mögött állnak, és az előttük álló személyt a vállánál vagy a csípőjénél fogva megfogják, hogy kígyót alkossanak. A legelől lévő játékos a fej, a leghátul lévő pedig a fark. A cél az, hogy a fej futás közben elkapja a farkat, anélkül, hogy bármelyik játékos elengedné az előtte lévőket. A kígyó soha nem szakadhat szét. Amint a fejnek sikerült megérintenie a farkat, helyzetet változtat, és hátramegy a kígyó farkához. És így tovább, amíg a csoport minden tagja nem volt minden pozícióban.

## CÉLOK

Pszichoszociális: harmónia kialakítása a csoportban. A játékosoknak együtt kell működniük, hogy fizikailag és lelkileg is összekapcsolódjanak, miközben gyorsan kell mozogniuk.

A testi érintkezés arra ösztönzi őket, hogy tiszteljék egymás testét.

Fizikai: a mozgások koordinálása a sebesség és a reakcióidő (irányváltások) növelése mellett.

## JAVASLATOK

A gyerekek nagyon kedvelik ezt a játékot, de gyorsan elfajulhat, ha az animátor nem gondoskodik az erőszakmentes környezetről. Sietségükben a gyerekek durván foghatják egymást, hajlamosak nagyon gyorsan elengedni a másikat, és könnyen eleshetnek. Ez nem szolgálja a játék célját. Az animátor azért van, hogy emlékeztesse a játékosokat a célra: a harmóniára és a csoporton belüli együttműködésre. A biztonság kedvéért mondja meg nekik, hogy ne egymás ruhájába kapaszkodjanak, hanem egymás vállába vagy csípőjébe, és lassan induljanak el.

A kígyó feje felel azért, hogy ne veszítse el a testét, és lehet, hogy a többiekhez kell igazítania a mozgását.

A farknak el kell kerülnie a fejet anélkül, hogy elengedné a testet. A középen állóknak olyan szerepük van, amely megköveteli, hogy bízzanak a barátaikban.

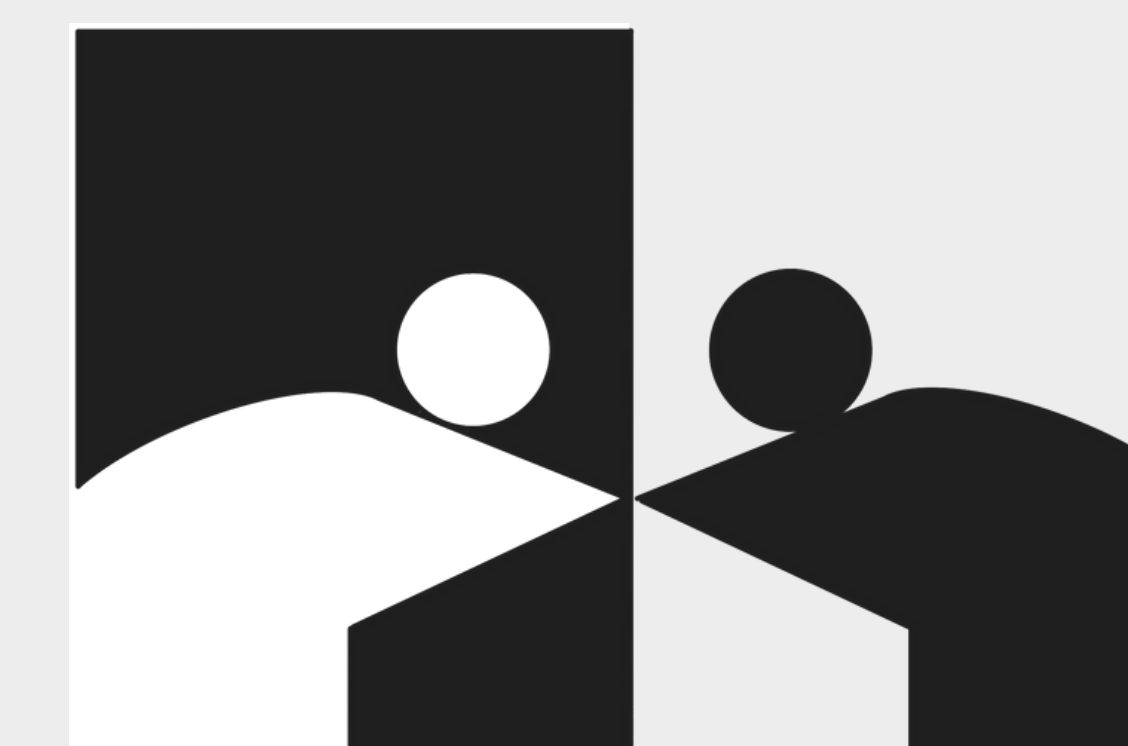
Nagyon fontos a pozíciók váltogatása, hogy mindenki átélhesse a különböző feladatköröket.

Nincs értelme nagy csoportokkal (ötnél több játékosal) kezdeni a játékot, mert túl nehéz lesz. De ha a gyerekek már belejöttek a játékba, minél hosszabb a kígyó, annál motiválóbb a játék.





# 6 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Melyik pozíciót tetszett neked a legjobban? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mi segített abban, hogy sikerrel járj? Mi az, ami nem segített?
- Nehéz volt-e a fizikai érintkezés? Erőszakos volt-e? Kellemes volt-e?
- Könnyebb-e hosszú kígyónak lenni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.



# 6. LÁNCOS FOGÓCSKA

**Klasszikus fogócska játék kooperatív elemmel. Ideális a csoport gondolkodásmódjának megváltoztatására és a gőz kieresztésére.**

## A JÁTÉK MENETE

Egy vagy több játékost fogónak jelölnek ki (kb. minden öt játékosra jusson egy). Nekik az a céljuk, hogy egy pontosan meghatározott területen belül a lehető leggyorsabban elkapják a többi játékost. Amint egy játékost megérintettek, ő is fogóvá válik. Az új fogópár egymásba kapaszkodik, és nem engedhetik el egymást. Amikor elkapnak egy harmadik játékost, az üldözés hármásban folytatódik, és továbbra sem engedik el egymást. Amikor elkapnak egy negyedik játékost, a két pár szétválik, és folytatják az üldözést.

Miután a fogók kitalálták az üldözési stratégiájukat, az együtt maradó fogók száma hat játékosra növelhető, akik ezután két hármásra, vagy nyolcan két négyesre választhatók szét: A nehézség addig fokozható, amíg az összes játékos egy hosszú láncba nem áll össze. Ha a fogók elengedik egymást, az

animátor büntetést vezethet be, például 30 másodpercig ugrálni kell futás helyett, vagy bármi mást, de kizárás nélkül.

## CÉLOK

Pszichoszociális: kooperatív stratégiák kidolgozása és egymás tiszteletének elsajátítása óvatos fizikai érintkezés révén. Fizikai: a mozgások koordinációjának, valamint a reakciók (irányváltások) és a gyorsaság fejlesztése.

## JAVASLATOK

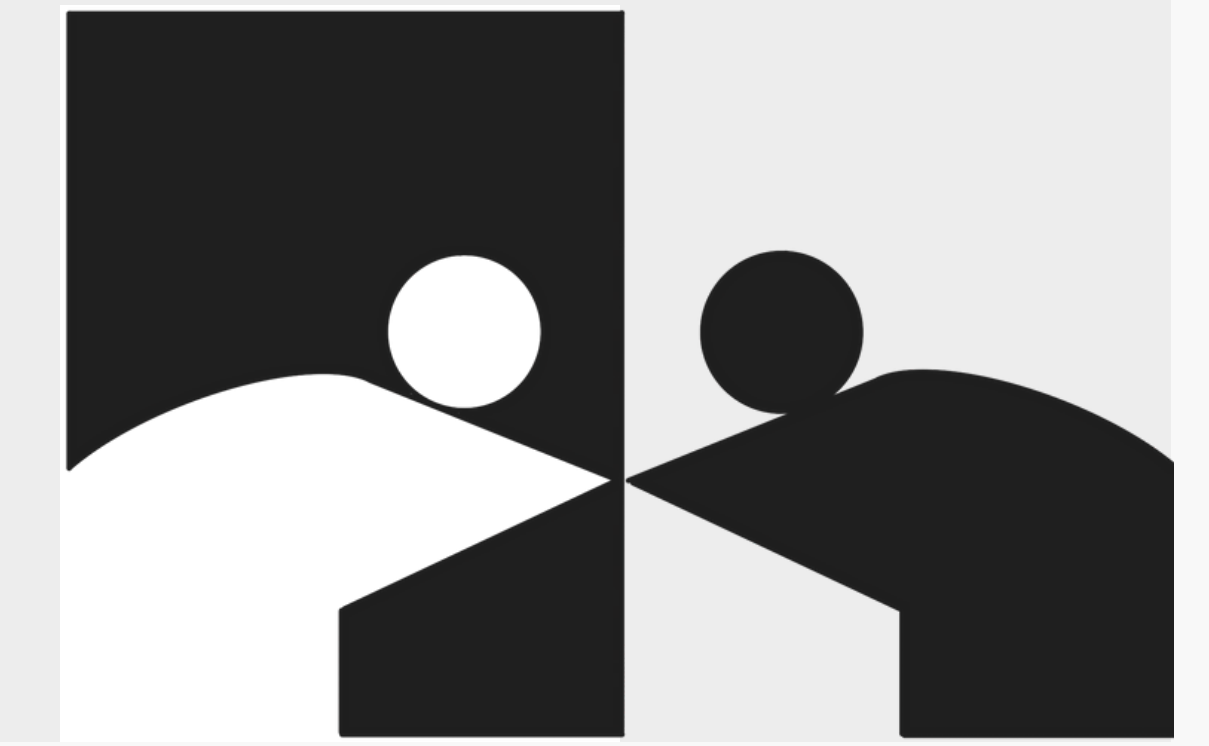
Ez a játék nagyon könnyű és dinamikus, és egyszerű módon mutatja be az együttműködés fogalmát. A párban vagy hármásban való futás arra készíti a gyerekeket, hogy egyéni játék helyett csoportban működjenek. A siker érdekében a fogóknak meg kell állapodniuk egy stratégiában, és ennek megfelelően kommunikálniuk kell egymással.

Az azonos csoportba tartozó fogók hajlamosak különböző áldozatokra vadászni, miközben társaikat ellentétes irányba húzzák. Elkerülhetetlenül elengedik egymást. Az animátornak emlékeztetnie kell a gyerekeket a játék céljára, amely a többiekre való odafigyelés és a folyamatos összekapcsolódás. Adhat nekik egy kis időt, hogy megtalálják az egymáshoz való kapaszkodás új módját (kézen fogás, karok összekulcsolása, egymás derekának átkarolása).

A gyerekeket arra is emlékeztetni kell, hogy legyenek őszinték, és fogadják el, hogy csatlakozniuk kell a fogók láncához, ha megérintik őket.



# 6 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Jó volt együtt futni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Könnyű volt vagy nehéz? Ki tudnád ezt fejteni?
- Milyen stratégiákat alkalmaztatok az együttműködésre? Együttműködtetek-e más láncokkal is?
- Volt-e valamilyen stratégiájuk az áldozatoknak, hogy elmeneküljenek a fogók elől?
- Stb.





# 7. KÉT EMBER TÁRSASÁG, HÁROM MÁR TÖMEG

**Lendületes és motiváló kergetőzés játék, amelyet különböző nehézségi fokozatokkal, valamint egyéni vagy stratégiai szempontból is lehet játszani.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok párban, egymás mellett, egy kijelölt területen szétszóródva állnak. Két játékost kijelölnek macskának és egérnek. A macska az egér után fut, aki, hogy el ne kapják, az egyik pár egyik oldalára áll. Az ellenkező oldalon lévő játékos most az egér lesz, és elszalad, amíg egy másik pár mellett nem talál menedéket, és átadja a szerepét egy másik játékosnak, és így tovább.

Ha a csoport nagy, és az összes játékos részvételét biztosítani szeretnénk, jobb, ha a csoportot két részre osztjuk, és két különböző területet jelölünk ki, ahelyett, hogy egy újabb macska-egér párost adnánk hozzá, ami nagyon zavarossá teheti a játékot.

Továbbfejlesztés: ha mindenki megértette a játékot, akkor a várakozó játékospárok pozíciójának változtatásával lehet nehezíteni:

ülve, háton fekvé, hason fekvé stb.

A szabályok is megváltoztathatók: amikor az egér egy pár mellett búvóhelyre vonul, a szerepek kicserélődnek, és a szemben álló játékos lesz a macska, a macska pedig az egér.

Egy második macska-egér páros is hozzáadható, ügyelve arra, hogy mindig ugyanaz a macska kergetse ugyanazt az egeret, hogy elkerülhető legyen a kavarodás.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a stratégiai megfigyelés, az előrelátás és a döntéshozatal, valamint az együttműködés képességének fejlesztése.

Fizikai: a koordináció, valamint a reakciók (irányváltások) és a gyorsaság javítása.

## JAVASLATOK

Ez a játék nagyon lendületes és motiváló, amennyiben az animátor emlékezteti a játékosokat, hogy mindenki számára lehetővé kell tenni az aktív részvételt... Lehet, hogy az egér önző, és szeretne egér maradni és a lehető legtávolabb futni, esetleg elfelejtve, hogy a többi játékos is várakozik.

Ezen játék fő célja az az energia, amellyel mindenki éber maradhat. Ezért az együttműködés akkor a lehető legteljesebb, ha az egerek gyorsan továbbadják a szerepüket.

Azokban az esetekben, amikor a macska lassabb, mint az egér, az animátor javasolhat más szabályt: például az egérnek fél lábon kell ugrálnia, így a macska előnyhöz jut, vagy épp fordítva.

Az animátornak ragaszkodnia kell a játék kooperatív jellegéhez, gondoskodva arról, hogy az egerek csoportosan lépjenek fel a macska „ellen”. Ezért lényeges, hogy egy pár mellett



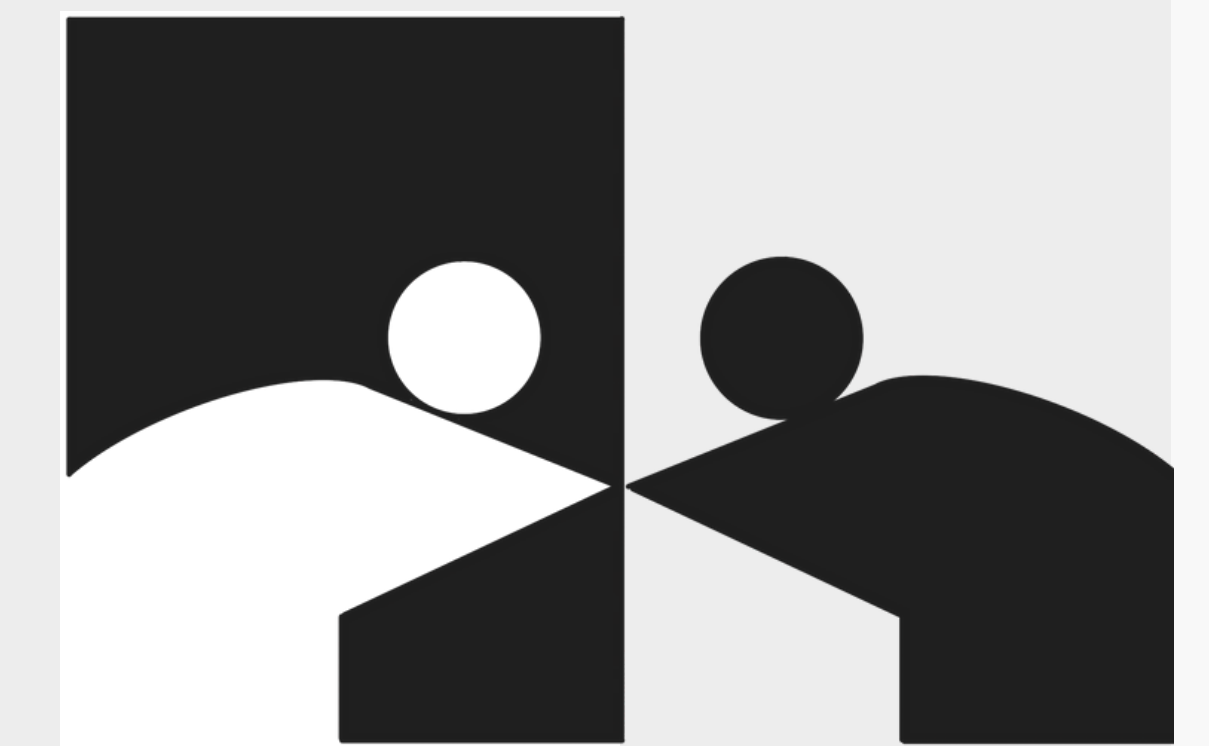
menedéket kereső egér ne csak saját maga megmentésére gondoljon, hanem lehetőséget adjon a következő egérnek a menekülésre.

Végül fontos emlékeztetni a gyerekeket a csoport fontosságára, hogy ne mindig

ugyanazon párok mellett álljanak meg. A megfigyelés azért fontos, hogy mindenki egyenlő eséllyel vehessen részt a játékban.



## 9 éves kortól



### MEGBESZÉLÉS

- Hányszor voltál macska vagy egér?
- Melyik szerep tetszett jobban? Ki tudnád ezt fejteni?
- Magadért játszottál, vagy a csoportért?
- Milyen stratégiát találtatok, hogy egérként segítsetek egymásnak?
- Stb.







## II. BIZALOM ÉS KOMMUNIKÁCIÓ (8 - 13)





## 8. VAK EMBER ÉS VAKVEZETŐ KUTYA

**Nyugalmas játék, amely ideális egy olyan csoport számára, amelyik most ismerkedik egymással és építi a kapcsolatokat, vagy amelyben hiányzik az összetartás és a tisztelet.**

### A JÁTÉK MENETE

Az animátor meghatároz egy területet (amely lehet kisebb vagy nagyobb a nehézség növelése vagy csökkentése érdekében), és gondoskodik arról, hogy a játékosok ismerjék a területet. A játék csendben zajlik. A játékosok társat választanak, hogy párokat alkossanak (A és B). A cél az, hogy magabiztosan és felelősségteljesen közlekedjenek.

A becsukja a szemét, ő játssza a „vak embert”, míg B nyitott szemmel a „vakvezető kutyát” alakítja. A vakvezető kutya feladata, hogy megtalálja a legjobb módját annak, hogy vak gazdáját a meghatározott területen belül vezesse, beszéd nélkül, a többi játékospárt és az akadályokat elkerülve. Szerepcsere.

Továbbfejlesztés: amint egy pár megbízik egymásban; az animátornak különböző lehetőségei vannak, így például kikerülendő akadályok hozzáadása, a rendelkezésre álló hely csökkentése, párcsere stb.

### CÉLOK

Pszichoszociális: kötődések, bizalom és felelősségvállalás kialakítása két ember között és egy csoporton belül. A tisztelet és a koncentráció elősegítése.

Fizikai: a vak személy a látás helyett más érzékszerveit fejleszti, miközben többé-kevésbé lassan jár.

### JAVASLATOK

Gondoskodjon arról, hogy a játékosok tudják, hogy a játék csendben zajlik, és hogy a biztonság nagyon fontos. A párok nem ütközhetnek egymásnak. A cél az, hogy ne hozzuk őket olyan helyzetbe, hogy kudarcot valljanak (ha túl sok az akadály vagy kevés a hely).

A gyermekek esetében gyakran nagy az izgalom és az összeütközések száma, amikor először játszanak. Emlékeztesse őket, hogy a „vak” személy számára az a cél, hogy elengedje magát és bízson a partnerében, a vakvezető

kutya számára pedig az, hogy felelősséget vállaljon a partneréért, miközben önbizalmat ad neki.

Hasznos, ha ezt a tevékenységet többször, különböző foglalkozásokon végezzük, mert a bizalom fokozatosan alakul ki.



# 9 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- A vakvezető kutya hogyan nyerte el a vak ember bizalmát?
- Melyik volt a legkönnyebb szerep? És a legnehezebb? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mi a legjobb módja a vak ember vezetésének (megtartásának)? Ki tudnád ezt fejteni?
- Nehéz volt-e a partneredre és a csoport többi tagjára koncentrálni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.



# 9. FADESZKA

**Nyugalmas játék, amely ideális a bizalom és a kölcsönös tisztelet megszilárdítására a "Vak ember és vakvezető kutya" után.**

## A JÁTÉK MENETE

Ez a feladat több időbeli szakaszban zajlik. Összesen kb. 30-45 percet vesz igénybe, a csoport létszámától függően. Az utolsó fázis egy későbbi foglalkozásra is tartogatható.

Ideális esetben a talajnak puhának kell lennie, hogy kényelmes legyen ráfeküdni (homok, szőnyeg, fű stb.).

Kendőkkel (vagy más ruhadarabokkal) lehet bekötni a vakok szemét.

**1.** (a) A játékosok párokat alkotnak. Az A játékos a földön fekszik, mereven, mint egy deszka, míg B ellenőrzi a teste merevségét az egyik karja, egyik lába, mindkét lába stb. felemelésével. Ha A igazán merev, az egész testet fel lehet emelni, mint egy deszkát. Szerepcsere. (b) Még mindig párban, de ezúttal A legyen teljesen ellazulva. B az egyes testrészek gyengéd megrázásával ellenőrzi ezt. Szerepcsere. Fontos, hogy átérezzük a különbséget az ellazult test és a nyugalmi állapotban lévő test között.

**2.** (a) A résztvevők háromfős csoportokat alkotnak. A B játékos feláll, megmerevíti a testét, karjait keresztbe fekteti a mellkasán, és ha úgy gondolja, lehunyja a szemét. Ezután előredől anélkül, hogy megmozdítaná a lábát, az A játékos felé, majd hátra a C játékos felé, akik nagyon óvatosan elkapják a vállánál fogva. Szerepcsere.

(b) Ugyanez a gyakorlat hatos csoportokban. Körben állnak, az egyik játékos közepén áll. Ez bonyolultabb, mert az oldalra esés is egy újabb lehetőség, és a felelősség kettő helyett öt ember között oszlik meg. Szerepcsere. Mindig szabadon lehet választani, hogy közepén vagy ne közepén legyen valaki.

**3.** Nehezítés nyolcfős csoportokban: „a deszka cipelése”. Választható kihívás. Az egyik személy önként jelentkezik, hogy a csoport többi tagja cipelje; hárman mindegyik oldalon, és egy személy a vezető, aki parancsokat ad a

csoportnak: emelés, előrehaladás<sup>OBJ</sup>, a „deszka” balra fordítása, a lábak letétele stb. A koordináció, a kölcsönös bizalom és a biztonság kiemelkedően fontos. Továbbfejlesztés: ha a csoportban kialakult a bizalom, lehetőség van arra, hogy egy másik foglalkozás során felcseréljük a résztvevőket, hogy mindannyian megismerjék egymást, és bízzanak egymásban:

## CÉLOK

Pszichoszociális: bizalom, tisztelet és felelősségtudat kialakítása. Alapja a kapcsolatok, az érzelmek kifejezése és a kommunikáció.

Fizikai: a testkontroll fejlesztése.

## JAVASLATOK

Mivel e gyakorlatok célja a bizalom kialakítása, az animátornak gondoskodnia kell arról, hogy a feladat minden szakaszában a tisztelet légköre érvényesüljön. Előfordulhat, hogy nagyon szigorúnak kell lennie.



Normális és nagyon valószínű, hogy az első alkalommal a gyerekek izgatottak lesznek, és nem tudnak koncentrálni. Ezért tanácsos ezt a tevékenységet többször is kipróbálni különböző foglalkozásokon, hogy a gyerekek valóban megtanulják, mit jelent bizalomra méltónak lenni (felelősségteljesnek lenni) és másokban bízni (elengedni magukat).

Fontos időt szánni arra, hogy megmutassa nekik, miként tartsák meg egymást (a válluknál fogva), és milyen tartást vegyenek fel (a mellkason keresztbe tett karokkal) a maximális tisztelet és biztonság érdekében. Ha egy játékos egyszer elesik, többé valószínűleg nem fog megbízni a többiekben... Emlékeztesse őket arra, hogy közös a felelősség, és hogy aki középen van, az elmondhatja, sőt el is kell mondania, mit érez, tetszik-e neki, ahogy a társai hozzá érnek, nem túl gyors-e, nem fél-e stb. A többieknek is kommunikálniuk kell, például meg kell kérdezniük, hogy érzi magát stb.



# 12 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Könnyű volt-e megkülönböztetni az ellazult és a merev testet? Ki tudnád ezt fejteni?
- Hogyan élted meg a gyakorlat különböző fázisait?
- Mi az, ami bizalommal tölt el, és mi az, ami miatt nehezen bízol meg az emberekben?
- Melyik a nehezebb: felelősséget vállalni a másikért vagy bízni a másikban?
- Nehéz volt elmondani, hogy érzed magad, amikor te voltál a deszka?
- Ki tudnád ezt fejteni?
- Mi volt a különbség a háromfős és a hatfős csoportban való részvétel között?
- Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.



# 10. KIS VAK VONAT

**Csendes játék, amely ideális egy foglalkozás nyugodt elkezdésére vagy befejezésére, vagy egy szétszórt csoport újbóli összefogására.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok 4-5 fős csoportokban sorakoznak fel egymás mögött, kezüket az előttük álló vállára téve. A hátul lévő mozdonynak nyitva van a szeme, a többieknek, a kocsiknak, csukva van (vagy akár be is van kötve).

Az utolsó játékos úgy vezeti a vonatot, hogy érintés útján nonverbális utasításokat ad:

- az egyenes továbbhaladáshoz mindkét kezével egyszerre nyomja meg az előtte lévő játékos vállát, aki addig ismétli a kapott üzenetet, amíg az elől lévő meg nem kapja az üzenetet, és el nem indul;
- ha jobbra akar menni, a jobb vállát nyomja meg;
- ha pedig balra, akkor a bal vállát;
- a megálláshoz mindkét kezét felemeli a válláról (megszakítva az érintkezést).

A játék célja, hogy egy előre meghatározott térben úgy közlekedjenek, hogy a vonatok ne ütközzenek egymással.

Továbbfejlesztés: a játék nehezítése céljából egy akadálypályát is ki lehet alakítani, ahol minden kisvonatnak úgy kell megkerülnie az akadályokat, hogy nem ér hozzájuk. Ugyanez a játék kocogási sebességgel vagy hosszabb vonatokkal, több játékosal is végezhető.

## CÉLOK

**Pszichoszociális:** a bizalom és a nonverbális kommunikáció fejlesztése. A csukott szemmel játszóknak koncentrálniuk kell, és bízniuk kell azokban, akiknek nyitva van a szemük, és akik felelősek a csoportért. Az őszinteség azok esetében is fontos, akiknek csukva van a szemük (szembekötő nélkül).  
**Fizikai:** semmi különös. Fontos a test térbeli reprezentációja, mivel a játékosok nem látnak.

## JAVASLATOK

Az animátornak hangsúlyoznia kell a koncentrációt, az átadott üzenetek pontosságát és a puha érintkezést. A látás hiányának kompenzálására hajlamosak vagyunk a durvább érintésre.

A nehézség a parancs kiadása és a mozdulat végrehajtása közötti késedelembe rejlik. A jellemző tendencia az, hogy az ember megkapja az üzenetet, megérti és végrehajtja azt, mielőtt még továbbítaná. A nyomás nem lehet folyamatos, hanem a lehető leggyorsabban és legvilágosabban kell átadni az utolsó játékostól az első játékosig, aki aztán engedelmeskedik neki.

Gyakori, hogy a játék első alkalmával a vonatok szándékosan ütköznek egymásnak, pedig a cél az, hogy ezt elkerüljük. Hasznos emlékeztetni a gyerekeket arra, hogy ez egy olyan játék, amelyben megtanulják a bizalmat



(a kocsik) és a bizalomra való érdemességet (a mozdony). Ragaszkodjon az irányváltások (a mozdony) előrejelzésének szükségességéhez.

Mivel a szerepek eléggé különbözőek (középen, előtt és hátul), fontos, hogy váltogassuk a pozíciókat, hogy mindenki kipróbálhassa a különböző szerepeket.

## 9 éves kortól



### MEGBESZÉLÉS

- Melyik volt a kedvenc szereped? Ki tudnád ezt fejteni?
- Melyik volt a legkönnyebb pozíció?
- Ki tudnád ezt fejteni?
- Nehéz volt csukott szemmel is bízni?
- Voltak-e különbségek a mozdonyok között? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mi volt a legjobb módja a többi vonat elkerülésének?
- Stb.





# 11. SZEMÉLYCSERE

**Rövid játék, ahol a fizikai érintkezés játékos módon van jelen. Játoszható a foglalkozás elején, hogy megtörje a jeget, vagy amikor a csoport**

**már ismeri egymást, hogy erősítse a kapcsolatokat.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok körben állnak, párban (A és B). Az animátor (majd a többi játékos) utasításokat ad, például „jobb kezét a bal térdre”. Mindegyik játékos (A és B) a jobb kezét a társa bal térdére teszi: A következő utasítás a következő lehet: „bal lábat a jobb csípőre”, és így tovább, amíg a játékosok már nem tudják mozgatni a kezüket vagy a lábukat. Amikor az animátor azt mondja, hogy „párcsere”, a játékosok partnert cserélnek. A játék újakezdődik az új párokkal.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a mások iránti bizalom kialakítása a fizikai érintkezésen keresztül. Együttműködésre és koncentrációra van szükség az utasítások megfelelő megértéséhez (mentálisan, a bal-jobb tükörhatás miatt

oldalirányban gondolkodnak).

Fizikai: főleg az egyensúly fejlesztése.

## JAVASLATOK

Az animátor könnyű instrukciókkal kezdi, hogy a játékosok megértsék a játékot, és anélkül tudják kezelni a különböző helyzeteket, hogy a fizikai érintkezés megijesztené őket. A helyzetek egyre bonyolultabbá válhatnak, hogy növeljék a motivációt.

Ez a játék gondolkodást igényel, különösen a bal-jobb oldali komplikációk miatt. Ezért jobb, ha nagyon egyszerű helyzetekkel kezdünk. A helyzetek lehetnek mulatságosak is, anélkül, hogy nehezek lennének: „kéz az orron”, „fül a fülhöz” stb.

Később ajánlatos az animátort egy játékosra cserélni, hogy a többiek is fejleszthessék kreativitásukat és gondolkodási sebességüket.

Vigyázzon, hogy ne adjon olyan instrukciókat, amelyek túl intimek a helyzethez vagy a csoporthoz képest, és

soha ne kényszerítse a játékosokat arra, hogy együtt játsszanak, ha nem akarnak. Ha a csoport megbarátkozik vele, a játék előmozdítja a bizalmat és az együttműködést az összes játékos között.





# 9 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Ijesztőnek találtad-e a fizikai érintkezést? Ki tudnád ezt fejteni? Mit tettél, hogy csökkentsd a feszültséget?
- Könnyebb volt bizonyos játékosokkal játszani ezt a játékot, mint másokkal? Ki tudnád ezt fejteni?
- Nehezedre esett-e követni az utasításokat? Ki tudnád ezt fejteni?
- Könnyűnek vagy érdekesnek találtad az utasítások adását? Ki tudnád ezt fejteni?
- Fizikailag nehéz volt-e? Miért?
- Stb.



# 12. TÜKÖR

**Ideális feladat két ember közötti harmónia kialakítására a mozdulatok és a nonverbális kommunikáció szinkronizálásán keresztül.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok egymással szemben, csendben, sorban állnak. Az A játékos a modell, a B játékos pedig a tükör. A lassú, óvatos mozdulatot tesz, és B ezzel egyidejűleg leutánozza azt. B-nek koncentrálnia kell, hogy megpróbálja előrelátni A mozdulatait, és valódi tükör legyen, ne csak egy késleltetett tükörkép. A-nak gondoskodnia kell arról, hogy B le tudja követni. A mozdulatok eleve nem lehetnek túl bonyolultak. Fontos a jó nonverbális kommunikáció kialakítása. Szerepcsere.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a figyelem összpontosítása, a megfigyelés és a koncentráció fenntartása, miközben a kreativitás és a fizikai kifejezőképesség is fejlődik.

Fizikai: semmi különös a pontos mozdulatokon kívül.

## JAVASLATOK

Fontos emlékeztetni a játékosokat, hogy együtt kell működniük. Eleinte csak nevetgélnek, de előbb-utóbb a párok koncentrálnak és együttműködnek, hogy érdekesebbé tegyék a feladatot. Minél nagyobb a harmónia a játékosok között, annál összetettebbek lehetnek a gesztusok. Az animátor külön utasítást adhat, és megkérheti őket, hogy mozgással meséljenek el egy történetet. Az együttműködés és az alkalmazkodóképesség hangsúlyozása érdekében ajánlott a párok cserélgetése.



# 12 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Melyik volt a kedvenc szereped, a modell vagy az utánczó? Ki tudnád ezt fejteni? Volt-e valamilyen kapcsolat a mindennapi viselkedéseddel?
- Nehéz-e gesztusokat kigondolni és történeteket kitalálni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Könnyebb volt ezt a gyakorlatot bizonyos emberekkel végezni? Ki tudnád ezt fejteni?
- Milyen szempontból lehet hasznos ez a feladat?
- Stb.



# Változat: Táncoló bot

Ez a játék szintén nonverbális, de egy kicsit több mozgással jár, olyasmi, mint a tánc.

Minden párnak van egy (20–50 cm hosszú) botja, amellyel a mutatóujjukon egyensúlyoznak (nem a két ujjuk közé „csippentik”). Az a cél, hogy anélkül mozogjanak a térben, hogy a bot leesne.

Néma párbeszédre van szükség, amely jó kommunikációt kíván meg a két ember között. A bot olyan, mint egy harmóniamutató: Minél többször esik le, annál inkább azt mutatja, hogy van még mit javítani a kommunikáción. A párcserével elősegítjük az együttműködést az egész csoportban.

Ez a variáció jobban működik azután, ha a csoport már elvégezte a tükrözés első lépését, amely finomabbra hangolta a szükséges készségeket. A gyerekek fesztelenségét és mozgáskészségét fejleszti.

Néha a párok „táncolni” kezdenek együtt, ami meglepő légkört teremt a csoportban.

A játék végén fontos feltenni a kérdést a vezetői szerepről: ki vette át a parancsnokságot, ki követett, igazságos volt-e, könnyebb volt-e megcsinálni egy bizonyos partnerrel vagy mással stb.







# 13. MEGÁLLOK – ÉS MÁR INDULOK IS

## A JÁTÉK MENETE

A játékot több fázisban játsszuk egy előre meghatározott területen. A játékosokat két csoportra osztjuk, az A és a B csoportra, amelyek mindegyike 6-10 játékosból áll.

- Az A csoport járkál, a B csoport pedig egy helyben áll. Amint az animátor tapsol, a csoportok szerepet cserélnek: az A csoport egy helyben áll, a B csoport pedig elindul.
- Megint ugyanaz a helyzet (az A csoport járkál, a B csoport pedig egy helyben áll), azonban ezúttal akkor cserélnek szerepet, ha az A csoport egyik tagja dönt úgy.
- Ugyanaz, de most a B csoport egyik tagja dönt a cseréről.
- Ugyanaz, de a döntés most az A vagy a B csoporttól is eredhet.

Továbbfejlesztés: egy másik foglalkozás alkalmával dinamikusabbá és motiválóbbá tehető

**Nyugodt, nonverbális játék, amely jól adaptálható a foglalkozás megkezdésére vagy befejezésére, mivel csendben, járkálva történik. Ideális a játékosok közötti harmónia**

futással vagy akár kosárlabda vagy focilabda cselezésével.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a nonverbális kommunikációs készség, a megfigyelés, a koncentráció, a stratégiai gondolkodás és az együttműködés gyakorlása.

Fizikai: semmi különös, leszámítva némi kitartást futás esetén.

## JAVASLATOK

Fontos, hogy gondosan figyeljük meg a csoporton belüli dinamikát és az egyes résztvevők által vállalt szerepet. Az is érdekes lehet, hogy egy vagy több vezető van-e, és hogy milyen stratégiát alkalmaznak a siker érdekében.

Az animátornak időt kell adnia a játékosoknak, hogy eligazodjanak, és elég korán meg kell szakítania a játékot ahhoz, hogy lássa, milyen stratégiát

**és a csoportdinamika megfigyelésére.**

alkalmaznak: egy kupacban maradnak? Van-e kijelölt vezető? Minél nagyobb a terület, annál nehezebb a játék, mivel a játékosok hajlamosak szétszéledni, holott valójában könnyebb lenne, ha közel maradnának egymáshoz.



# 12 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Egy vezető volt vagy több? Ki tudná ezt fejteni?
- Hogyan érezték magukat azok a játékosok, akik nem irányítottak, hanem csak követték a többieket
- Nehéz volt kapcsolatban maradni a csoportodban lévő játékosokkal? Ki tudná ezt fejteni?
- Milyen stratégiát használtatok, hogy ez működjön?
- Figyeltetek-e egymásra? Volt-e valamilyen együttműködés?
- Stb.







# III. EGYÜTTMŰKÖDÉS (14 to 20)





# 14. SITTING/ STANDING CIRCLE

## A JÁTÉK MENETE

### Álló változat:

Egy 6-8 játékosból álló csoport (az elején) körbe áll, vállvetve egymás mellett. Negyed fordulatot tesznek jobbra oly módon, hogy egymás mögött álljanak:

A külső kezét mindenki az előtte lévő játékos külső vállára teszi. A belső kezével mindenki megfogja a mögötte lévő személy belső lábát (annak felemelt, behajlított térde alatt). A csoport célja, hogy egyensúlyban és összhangban haladjon előre anélkül, hogy bárki is letenné a belső lábát.

Változat: ugyanez a külső lábát felemelve is elvégezhető, hogy kiderüljön, a belső vagy a külső lábon könnyebb-e ugrálni. A játék megnehezítéséhez haladjon a kör hátrafelé

...

**Ez a két játék népszerű a foglalkozás elején, hogy csoportként, némi testi érintkezéssel mozgásba lendüljünk, és játékos módon emlékeztessük magunkat rá, hogy szükségünk van**

### Ülő változat:

Ugyanabból a kiinduló helyzetből, körben egymás mögött, az animátor mindenkit arra kér, hogy egy lépést tegyen a kör közepe felé úgy, hogy a belső lábak összeérjenek. A lábak által alkotott belső körnek a lehető legkerekebb és legtökéletesebb formájúnak kell lennie. Ha a csoport készen áll, mindegyik játékos egyszerre leül a mögötte lévő játékos térdére. A cél az, hogy egyik lábat a másik után előre felé mozdítsuk ebben az ülő helyzetben:

## CÉLOK

Pszichoszociális: a tisztelet, a másokba vetett bizalom és a stratégiai együttműködés kimunkálása. A játékosok kölcsönös egymástól való függése és az egyes játékosok készségei jelentik ennek a rövid játéknak az alappilléreit. A felelősség és a csoport iránti elkötelezettség eszméje is fejleszthető.

**egymásra a közös cél eléréséhez.**

Fizikai: mindkét változathoz jó egyensúlyérzék és kézügyesség szükséges. Az álló változatban az állóképességet használják, míg az ülő változatban inkább erőre van szükség.

## JAVASLATOK

Könnyebb az álló változattal kezdeni, hogy a játékosok megbarátkozhassanak a közelséggel és a testi érintkezéssel, valamint rájöjhessenek a szükséges stratégiákra. Az animátor számára érdekes megfigyelni, hogy van-e vezető, mindenki azt csinálja-e, amit szeretne, vagy hogy egyes játékosoknak kellemetlen-e az érintkezés.

Az álló változat esetében a fizikai szempont fontos. A gyerekeket meg lehet kérni, hogy (csoportosan) egyszer előre, aztán egyszer hátrafelé, vagy öt lépést előre, négyet hátra, hármat előre, kettőt hátra stb. lépjenek.



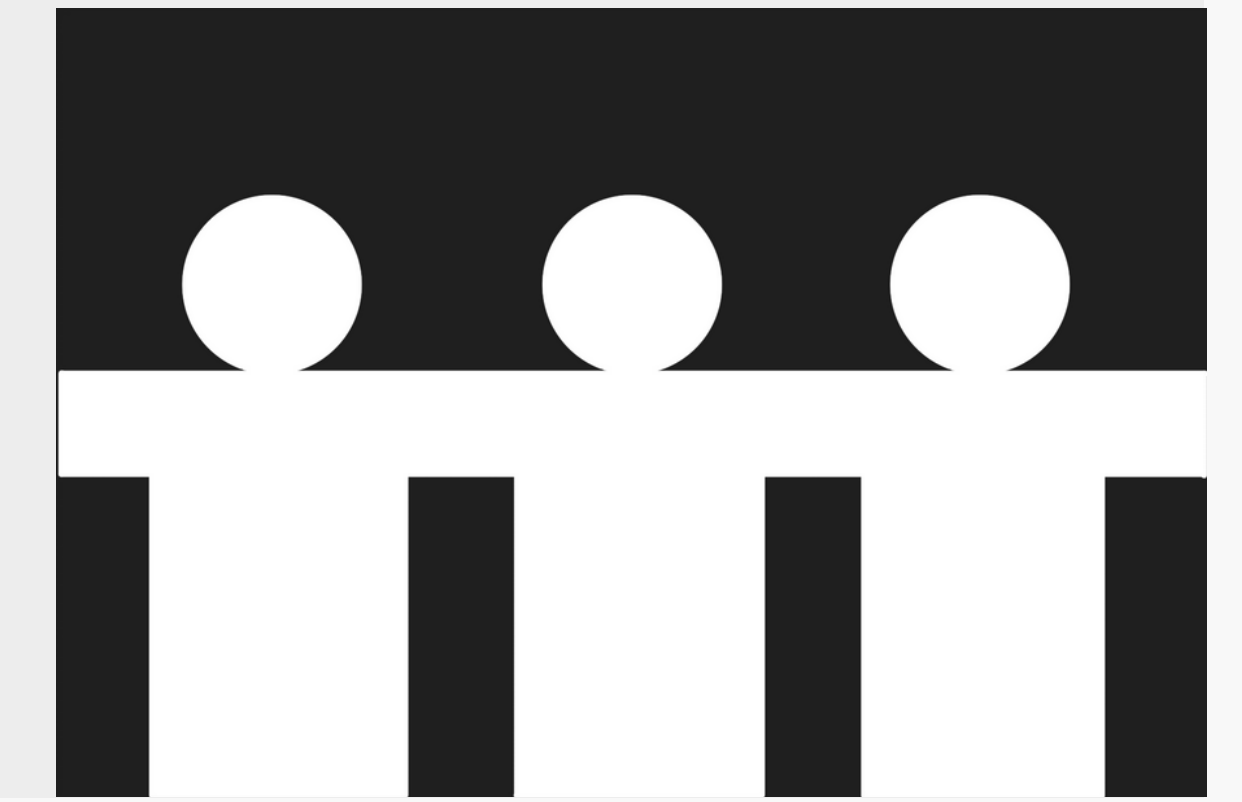
Ez egyben mentálisan is stimulálja őket. Az ülő változatnál az animátornak gondoskodnia kell arról, hogy a gyerekek biztonságosan

játsszanak. Lelkesedésükben könnyen egymásra eshetnek, és így a bizalom nehezen állítható helyre.

Az animátor motiválhatja a gyerekeket



## 9 éves kortól



azzal, hogy pontosan meghatározott célokat tűz ki, például azt, hogy három lépést tegyenek előre, majd három lépést hátra anélkül, hogy elesnének, vagy hogy egy dal ritmusát követve mozogjanak előre stb.

### MEGBESZÉLÉS

- Milyennek érezted a testi érintkezést a többiekkel? Ki tudnád ezt fejteni?
- Milyen volt a légkör a csoportban?
- Volt-e vezető? Hogyan viselkedett?
- Milyen stratégiát alkalmaztál?
- Odafigyelt-e mindenki a másokra? Együttműködtek-e a résztvevők?
- Stb.



# 15. BŰVÖS KARIKA

**Ez a játék ideális a test és az elme játékos bemelegítésére, miközben az együttműködésen dolgozunk.**

## A JÁTÉK MENETE

Ehhez a játékhoz több karikára van szükség (2-4 darabra), a csoport méretétől függően. A játékosok körben állnak, egymás kezét fogva. Az animátor megkér két játékost, hogy engedjék el egymás kezét, majd egy karikát tesz közéjük, és megkéri őket, hogy a karikán keresztül ismét fogják meg egymás kezét. A karika a két játékos között függ. Két másik játékosal is ugyanezt teszi. A cél a karikák átpasszolása egyik játékostól a másikhoz anélkül, hogy elengednék egymás kezét. Ehhez egy olyan stratégiára van szükség, amellyel a játékos teste a lehető leggyorsabban és legegyszerűbben átjut a karikán, és átadja azt a következő játékosnak.

Továbbfejlesztés: ha a játékosok megértették, hogy mit kell tenniük, egy nagyobb csoport is játszhat együtt, és egy (hurokban csomózott) ugrókötelet is

hozzá lehet adni. Hogy még motiválóbbr legyen, a játékosoknak a köteleket az egyik irányban, a karikákat pedig a másik irányban kell körbepasszolniuk; vagy bármilyen más kreatív elképzelés is szóba jöhet.

## CÉLOK

Pszichoszociális: az együttműködésen és mások testének tiszteletben tartásán való munkálkodás, miközben lelkesedést ébresztünk.

Fizikai: a koordináció, a kézügyesség és a gyorsaság fejlesztése.

## JAVASLATOK

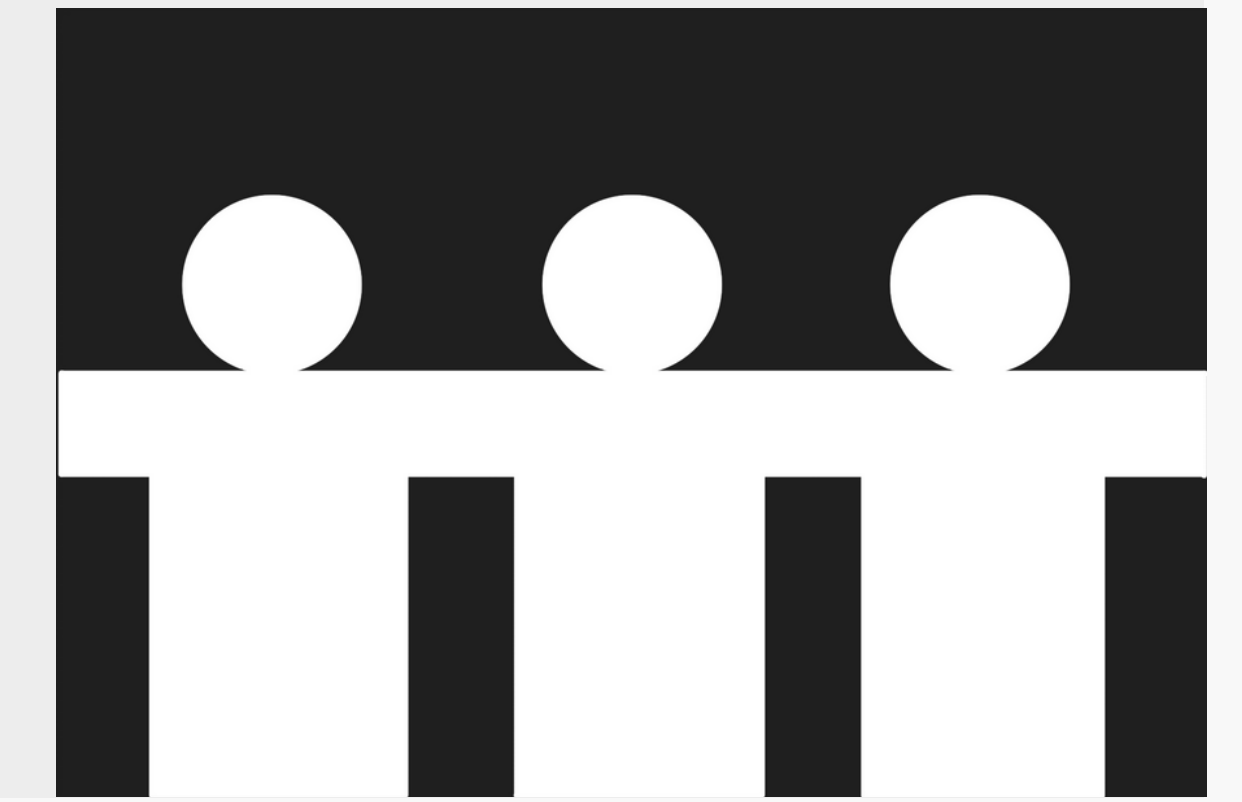
Az animátornak oda kell figyelnie a csoport dinamikájára és több karikát vagy új kötelet bevezetni a feladatban, ami így nagyobb kihívást jelenthet, ha például a csoport motivációja csökken.

Emlékeztesse a játékosokat, hogy segítsék egymást, és olyan stratégiákat keressenek, amelyekkel gyorsabbá tudják tenni a játékot azáltal, hogy a karikákat először a fejükön vagy a lábukon keresztül passzolják át.

A kihívás és az együttműködés integrálható azáltal, hogy megkérdezzük a csoportot, hány teljes kört tudnak megtenni adott idő alatt.



# 9 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Mit gondoltál a másokkal való szoros testi érintkezésről?
- Mi volt a legjobb módja a kötelek és karikák gyors mozgatásának?
- Segítettél-e a szomszédaidnak? Hogyan?
- Stb.



# 16. SORAKOZÓ

**Játékos és érdekes feladat, amelyben a játékosok olyan csoportos küldetést hajtanak végre, amelynek során fejlesztik a csoportdinamikát, és**

**elősegítik egymás jobb megismerését.**

## A JÁTÉK MENETE

Ehhez a játékhoz minden játékosnak szüksége van egy székre vagy valamire, amire körben ráállhatnak. A játékosoknak elég közel kell lenniük ahhoz, hogy egyik tárgyról a másikra léphessenek anélkül, hogy a földre tennék a lábukat, de elég távol ahhoz, hogy ez kézügyességet és segítséget igényeljen a szomszédtól.

A cél az, hogy a játékosok meghatározott időn belül (kb. 10 perc a csoport méretétől függően) az animátor által meghatározott szempontok szerint, például magassági sorba rendeződjenek. A játékosoknak ezután a talaj érintése nélkül kell átkerülniük egyik székről a másikra, amíg a legkisebbtől a legmagasabbig sorba nem rendeződnek. Egy másik egyszerű kritérium, hogy ábécérendben (a keresztnévük szerint) álljanak sorba. Ez lehetővé teszi, hogy a csoport tagjai, akik még nem ismerik egymást, megtanulják egymás nevét.

Továbbfejlesztés: a játék megnehezítéséhez olyan kritériumokat is lehet alkalmazni, mint pl. a születési dátum, csak a születési év, vagy az év és a hónap, vagy a teljes dátum. Ugyanezt a játékot lehet beszéd nélkül is játszani, így a játékosoknak meg kell találniuk a kommunikáció nonverbális módját is.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a kommunikációs, gondolkodási és együttműködési stratégiák fejlesztése. A játékosok közötti bizalmat erősíti, hogy fizikailag is segíteni kell egymásnak:

Fizikai: kézügyesség és egyensúly használata attól függően, milyen messze vannak egymástól a székek.

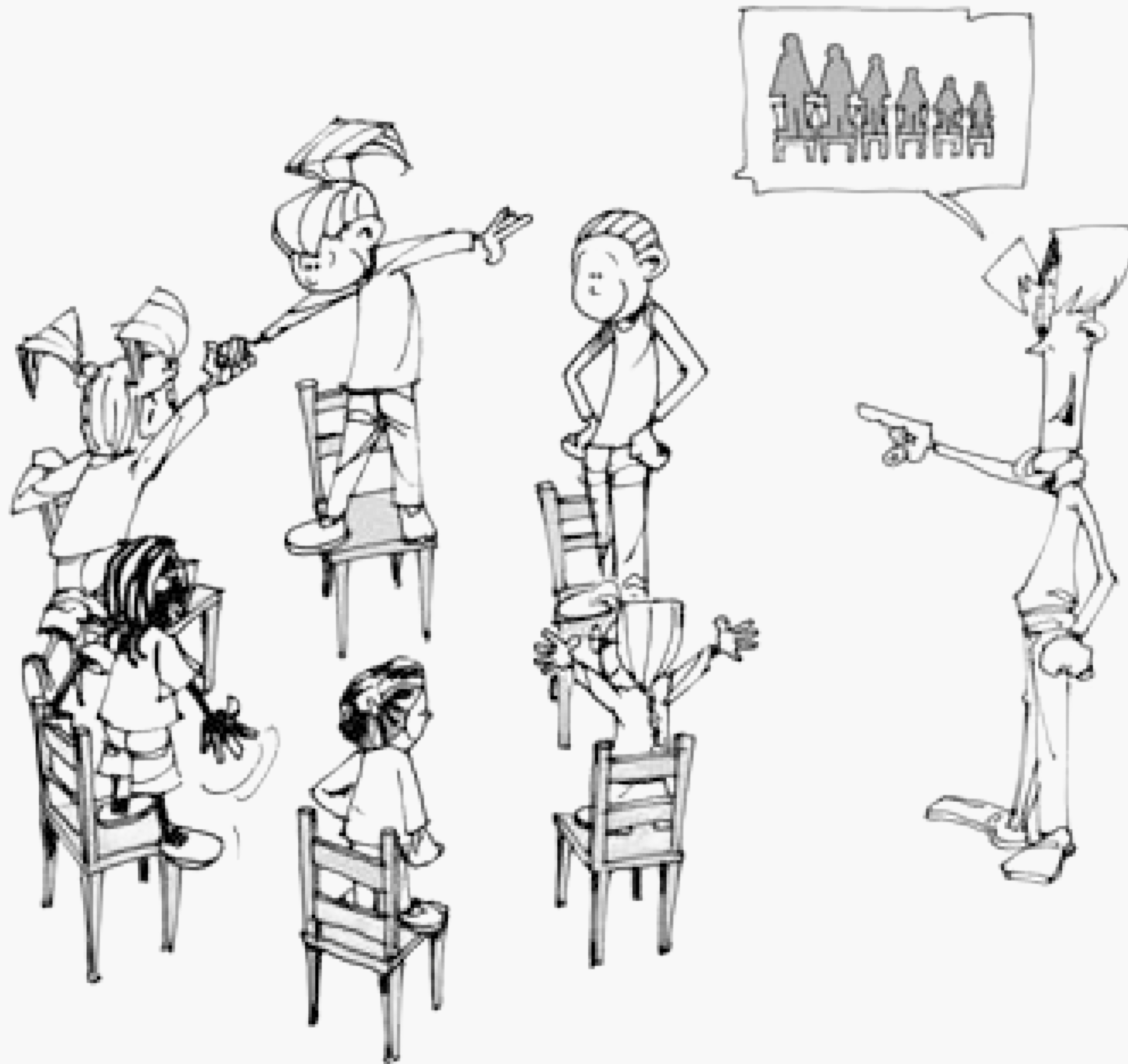
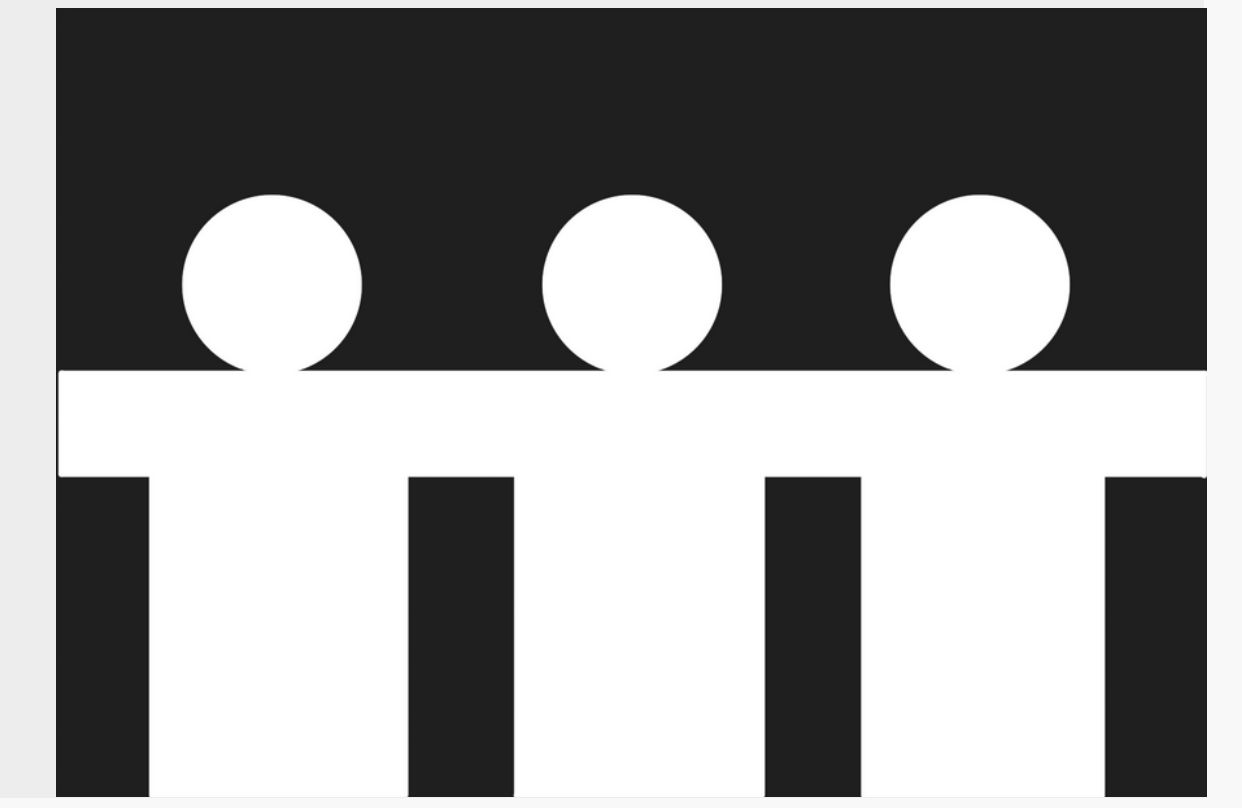
## JAVASLATOK

Az animátornak két dologra kell figyelnie: a csoportdinamikára és a biztonságra.

Nagyon fontos, hogy minél több részletet megfigyeljen, hogy később véleményezni tudja a játékot. Nem az eredmény a fontos, hanem a folyamat. Hogyan kommunikál a csoport? Odafigyel-e mindenki? Ki vállalja az irányítást? Egy vagy több vezető van-e? Van együttműködés, vagy mindenki csak önmagáért játszik, esetleg kis csoportokban? A játékosok készségesen segítenek-e egymásnak? Mi történik a fizikai érintkezés szempontjából, amikor egyik székről a másikra mennek át? Célszerűbb egy egyszerű kritériummal kezdeni (például fiúk/ lányok), hogy a játékosok megértsék az alapelvet. A nehézségi szint fokozatosan növelhető.



# 12 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Milyen stratégiát alkalmaztál a cél eléréséhez?
- Hogyan kommunikáltál? Ki tudnád ezt fejteni?
- Több vezető volt-e? A vezetők önjelöltek voltak-e?
- Milyen volt a fizikai kontaktus a többiekkel? Ki tudnád ezt fejteni?
- Voltak-e könnyebb helyzetek, mint mások (az elején vagy a végén? legfiatalabb vagy legidősebb?)
- Stb.



# 17. ÁLLATI PANTOMIM

**Egyszerű, ugyanakkor összetett feladat, vonzó és kreatív, ideális a csoporton belüli együttműködés fejlesztésére.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosokat 5-10 fős csoportokra bontjuk. Mindenki megkapja egy állat nevét (vagy egy papírdarabra írva, amelyet egy kalapból húznak ki, vagy lerajzolva, vagy a fülébe sűgva), amelyet titokban kell tartani. Ha több csoport játszik egyszerre, akkor minden csoporthoz kell egy lista (azonos vagy különböző állatokkal).

A cél az, hogy minden csoport az állat méretének növekvő sorrendje szerint sorakozzon fel anélkül, hogy beszéljenek, vagy bármilyen hangot adnának ki. Az állatokat pantomim segítségével kell utánozniuk.

Amikor egy csoport befejezte a játékot, az animátor ellenőrzi a pontos sorrendet úgy, hogy minden játékosra arra kér, nevezze meg a szomszédja állatát.

### Szabályok:

- mindent csendben kell csinálni
- a csoport minden tagjának tudnia kell az összes állat nevét a végén.

Változat: kisebb gyerekeknél a játékot megkönnyítheti, ha nem „némán”, hanem „vakon” játszanak. Ebben az esetben a gyerekek utánozhatják például az állatok hangját.

## CÉLOK

Pszichoszociális: az önbecsülés fejlesztése a kreativitás és a stratégiai gondolkodás révén. A játékosoknak elég szabadnak kell érezniük magukat ahhoz, hogy kifejezzék magukat a testükkel, és így elérjék a csoport célját. Emellett becsületesen be kell tartaniuk a némaság szabályát is.

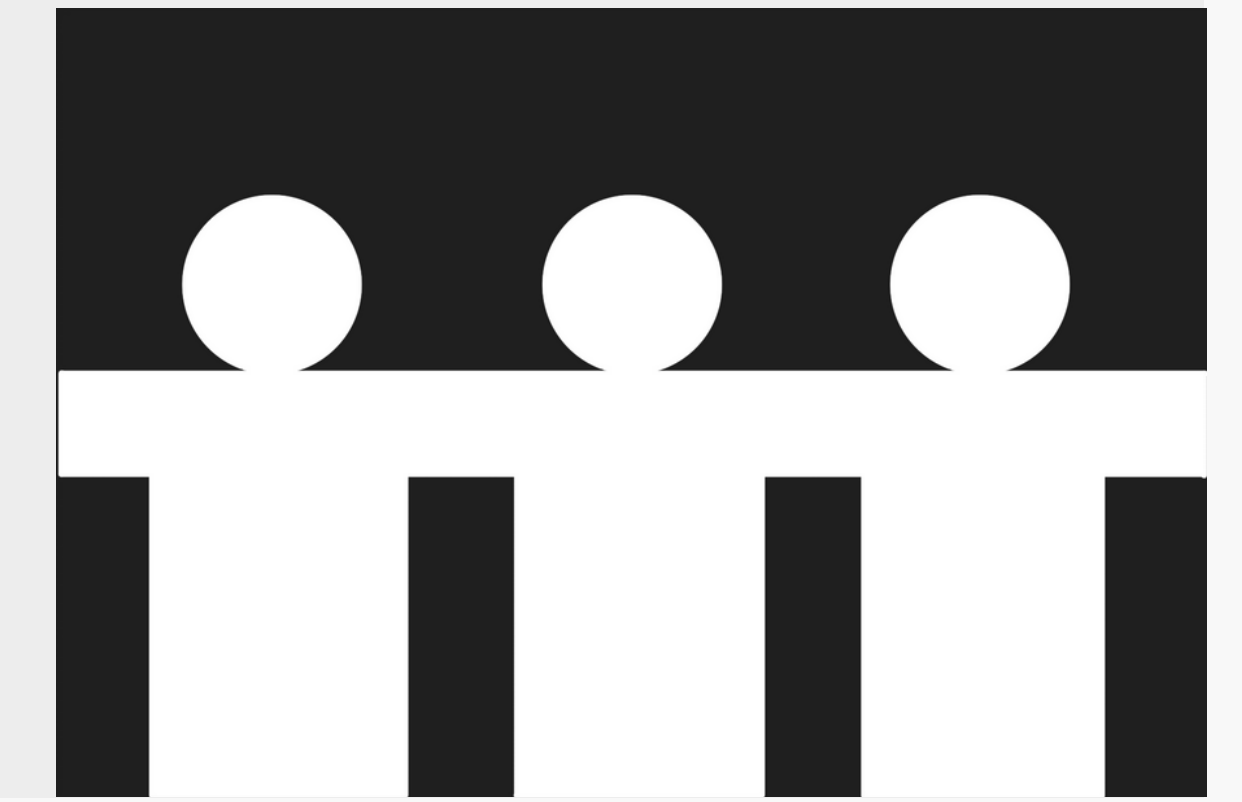
Fizikai: az önkifejezés fejlesztése a mozgások révén.

## JAVASLATOK

Az animátor előre készít egy listát a különböző méretű állatokról. Fontos, hogy olyan állatokat válasszunk, amelyek kellően eltérőek, hogy elkerüljük az állatok méretével kapcsolatos félreértéseket. Világossá kell tennie, hogy a játék nonverbális, hogy a gyerekek alternatív kommunikációs formákat használjanak. Az animátor odafigyel a csoportokban alkalmazott stratégiákra, hogy tudatosítani tudja bennük, miként működnek. Nem az eredmény a fontos, hanem a folyamat. A játékosok jól érzik-e magukat a bőrükben, miközben állatokat utánoznak? Vannak-e olyanok, akik kényelmetlenül érzik magukat? Milyen stratégiát alkalmaznak? Mindegyikük felváltva utánozza saját állatát, vagy mindannyian egyszerre teszik azt? Esetleg egyetlen játékos veszi át a helyzet feletti irányítást? Jó-e a kommunikáció, vagy sok a félreértés és a nézetkülönbség?



9 éves  
kortól  
(6 é.)



## MEGBESZÉLÉS

- Nehéz volt-e elérni, hogy mások kitalálják az állatodat? Nehéz volt-e kitalálni egy másik játékos állatát? Miért?
- Hogy érezted magad attól, hogy nem szólalhatsz meg? Ki tudnád ezt fejteni?
- Hogyan szerveződött meg a csoportotok? Egy vagy több vezető volt-e a csoportban?
- Hogyan működött köztetek a nonverbális kommunikáció?
- Stb.



# 18. ÓRÜLT GÉPEZET

**Gesztusok és hangok segítségével történő kifejezési játék, amely lelkesedést ébreszt, kreativitásra és interakcióra ösztönöz.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékosok egy nagy körben állnak. Az első játékos középre megy, és kitalál egy mozdulatot valamilyen hanggal együtt. Például hanyatt fekszik, és a levegőben pedálozik, miközben egy bizonyos hangot ad. Egy másik játékos csatlakozik hozzá, egy másik hanggal és más mozgással, amely beilleszkedik abba, amit az első játékos csinál. Például a mozgás összhangba hozható az első játékos lábmozgásával. Egy harmadik játékos is csatlakozik hozzájuk, és így tovább, amíg az összes játékos egy nagy, őrült gépezetet nem alkot egyfajta kakofonikus táncot lejtve.

## CÉLOK

Pszichoszociális: a kifejezőképesség fejlesztése a mozgás és a kreativitás, gesztusok és hangok révén. A cél az összehangolt mozgások kialakítása, hogy

harmóniában legyünk a csoporttal.

Fizikai: a mozgáskoordináció gyakorlása másokhoz viszonyítva. A kiválasztott gesztusnak megfelelően, amely lehet sportos vagy kevésbé sportos, az ellenállást is figyelembe lehet venni.

## JAVASLATOK

Az animátor egy példával bemutathatja a játék kívánt dinamikáját, és bátoríthatja a játékosokat, ha kicsit félénkek, és nem mernek nagy mozdulatokat tenni.

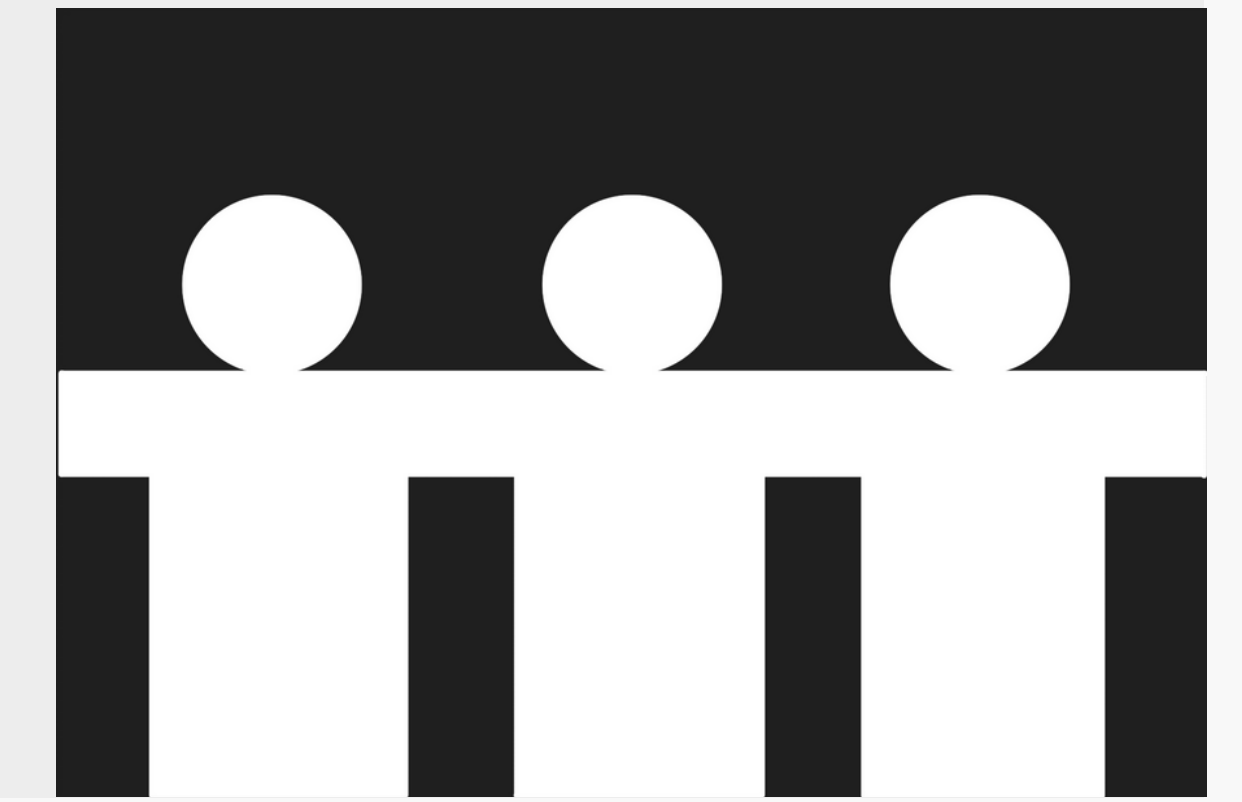
Két fő tendenciát figyeltek meg azoknál a gyerekeknél, akik először játszották ezt a játékot. Vagy utánozzák az előző játékosok mozdulatait, vagy melléjük állnak anélkül, hogy igazán beilleszkednének. Ez azt eredményezheti, hogy összehangolt személyek csoportja helyett inkább az egyének egyfajta összege jön létre. Az animátornak oda kell

figyelnie ezekre a gesztusokra, és tanácsokkal kell szolgálnia, hogy a gépezet összehangoltan működjön. Minél jobb az együttműködés, annál érdekesebb az eredmény, és annál több kötelék alakul ki a játékosok között.

Ha a csoport nagy, az első játékosok egy bizonyos ponton elszakadhatnak a gépezettől, és később új mozdulattal és új hanggal újra csatlakozhatnak. Ez a jövés-menés élettelibbé teszi a gépezetet:



# 12 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Könnyű vagy nehéz volt-e eredeti mozdulattal előállni? Ki tudná ezt fejteni?
- Könnyű vagy nehéz volt-e kitalálni olyan mozdulatot, amely illeszkedik a többiekhez? Ki tudná ezt fejteni?
- A gép részének vagy különállónak érezted magad? Ki tudná ezt fejteni?
- Mit gondoltál a végeredményről? Ki tudná ezt fejteni?
- Stb.



# 19. CÁPASZIGET

**Gesztusok és hangok segítségével történő kifejezési játék, amely lelkesedést ébreszt, kreativitásra és interakcióra ösztönöz.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékhoz meghatározott területre és egy kis szőnyegre vagy olyasmire van szükség, amit kicsinyíteni lehet (kötél, műanyag stb.). Ha a csoport túl nagy, ossza fel több, 6-10 játékosból álló csoportra, akik egymással párhuzamosan játszanak. Mindegyik csoportnak saját játszóhelyre van szüksége. Az animátor egy történetet mesél el:

A gyerekek a tengeren vannak, úsznak, és jól érzik magukat a vízben (szaladgálnak, és úgy tesznek, mintha úsznának). Ha a (képzeletbeli) cápák megérkeznek, a vízimentő (az animátor) füttyent egyet (vagy tapsol), és mindenki biztonságos helyre úszik a szigeten (szőnyegen vagy máshol), és nem hagy egy lábat sem a vízben: Ha a veszély elmúlt, az úszómester kétszer füttyent, és a gyerekek visszamehetnek a vízbe: De jön a dagály, és a sziget egyre kisebb lesz (az animátornak össze kell hajtania a szőnyeget, hogy a

terület egyre kisebb legyen). Ha az animátor újra füttyül, a gyerekek visszajutnak a szigetre, így senki sem marad a tengerben. Ha egy vagy több gyerek a vízben marad (akár csak egy lába is lelóg a szőnyegről), és felfalják a cápák, az egész csoportnak valamilyen kollektív feladatot kell végrehajtania, például háromszor körbe kell futni a területet, vagy bármi egyebet.

A gyerekeknek meg kell találniuk a módját, hogy segítsenek egymásnak, hogy mindannyian meg tudjanak maradni azon a helyen, ami a szőnyegből megmaradt.

## CÉLOK

Pszichoszociális: az együttműködés módjainak, valamint a mások iránti tiszteletnek és a bizalomnak a fizikai érintkezésen keresztül történő fejlesztése. Fizikai: az egyensúly és erőnlét javítása, attól függően, milyen stratégiákat alkalmaznak, valamint az ellenállás, mivel ebben a játékban futni kell.

## JAVASLATOK

A nehézségi szint az egyes csoportokban lévő játékosok számától és a szőnyeg területétől függ. Az animátor feladata, hogy ezt a játékosok képességeit felmérve kezelje. Az animátornak világosan ki kell adnia az utasításokat: senkinek semmilyen testrésze nem kerülhet le a szőnyegről, és nem érintheti a talajt.

Érdekes megfigyelni a stratégiák fejlődését. A játékosok gyakran hajlamosak csak magukra gondolni: például bizonyos gyerekek a szőnyegre ülnek anélkül, hogy a többieknek helyet biztosítanának. Az önző, illetve önzetlen viselkedés beszélgetésindító téma lehet.

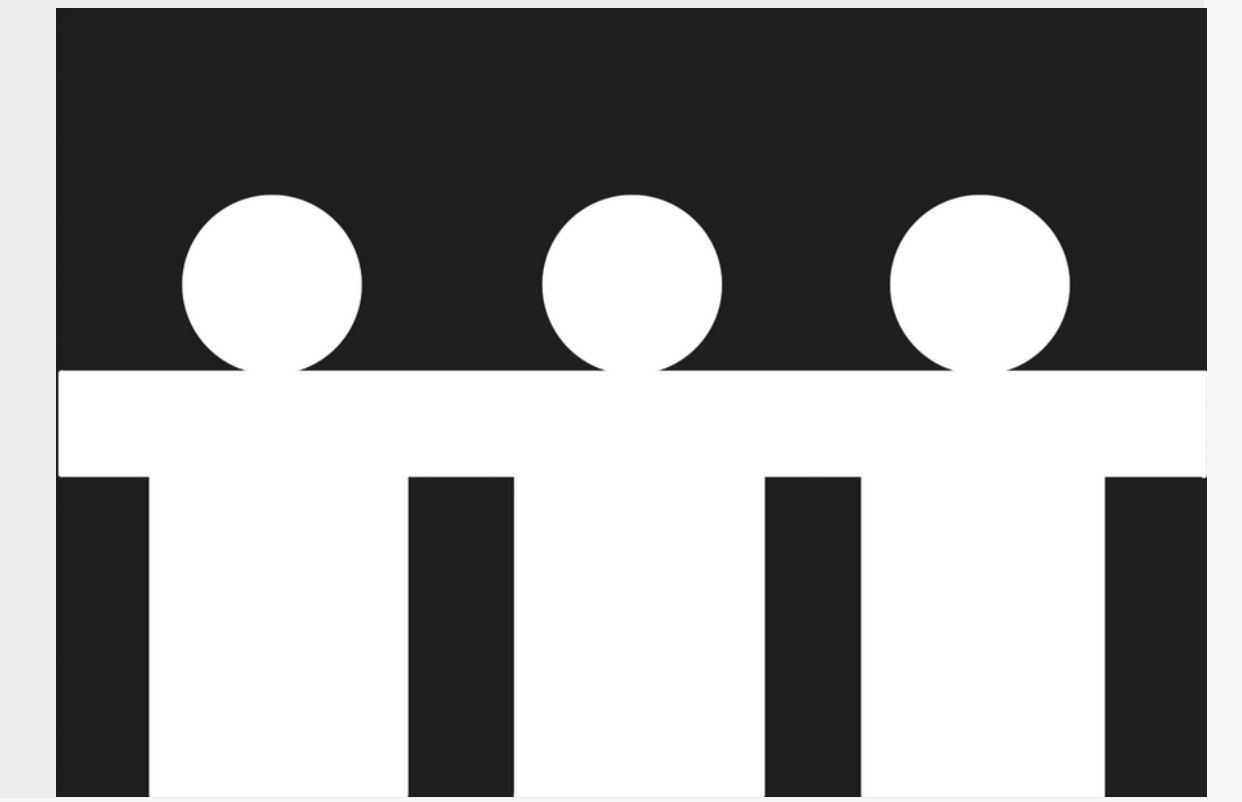
Fontos, hogy emlékeztessük a gyerekeket az utasításokra, és bátorítsuk őket, hogy egymással beszélgetve találjanak kreatív stratégiákat (például: karok összekulcsolása, belső lábra támaszkodás, külső lábbal a levegőben; vagy emberi piramis készítése).



A játékosoknak el kell fogadniuk, hogy egymáshoz érnek. A tisztelet és a bizalom fontos

szempont, amelyre az animátornak rá kell mutatnia.

# 6 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Nehéz volt fizikai kontaktusban lenni a többiekkel? Ki tudnád ezt fejteni?
- Milyen különböző hozzáállások voltak a csoportban? Egymás segítése? Önzés? Volt-e, aki megtagadta az együttműködést? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mit gondolsz a kollektív feladatokról? Ki tudnád ezt fejteni?
- Stb.





# 20. ÖTPASSZOS LABDA

**A labdajátékokhoz (kosárlabda, futball és egyéb) szükséges alapvető készségek fejlesztésére adaptált játékok, mint például passzolás, jelzés, védekezés stb.**

## A JÁTÉK MENETE

A játékhoz egy labda szükséges két, egyenként 4-6 játékosból álló csapat számára, amelyek egymás ellen játszanak. A cél az, hogy öt (vagy több) passzolóssal pontot szerezzenek anélkül, hogy közben a másik csapat elcsípné a labdát, vagy ők maguk elejtenék a labdát. A pont megszerzése után a labdát átpasszolják a másik csapatnak. Ha elejtik a labdát, a passzok száma lenullázódik, és a labda a másik csapathoz kerül. Ha az A csapat elkapja a labdát, a B csapat abbahagyja a számolást, és az A csapat megnyeri a labdát.

### Szabályok:

- a labdával nem lehet járkálni vagy futni;
- nem szabad megérinteni vagy megütni a többi játékost (nincs fizikai érintkezés);
- a labdát nem szabad kétszer ugyanannak a játékosnak passzolni.

Továbbfejlődés: a nehézségi szint növelése érdekében a játékteret meg lehet növelni, vagy a passzok száma is növelhető a pont megszerzéséhez.

## CÉLOK

Pszichoszociális: az együttműködés, az őszinteség, a kommunikáció és az erőszakmentesség fejlesztése a mások iránti tisztelet révén. A játék minősége gyorsan javul, ha a játékosok beszélgetnek egymással, és összedolgoznak.

Fizikai: a kitartás, a passzolás, a jelzés, a perifériás látás stb. gyakorlása

## JAVASLATOK

Az animátornak nagyon aktívan kell részt vennie az elején, hogy korrigálhassa az olyan jellegű problémákat, mint pl. a passzok, a védekezés, a jelzés stb. Ragaszkodnia kell a határozott kommunikációhoz (pl. a játékos nevének kimondása a labda passzolása előtt).

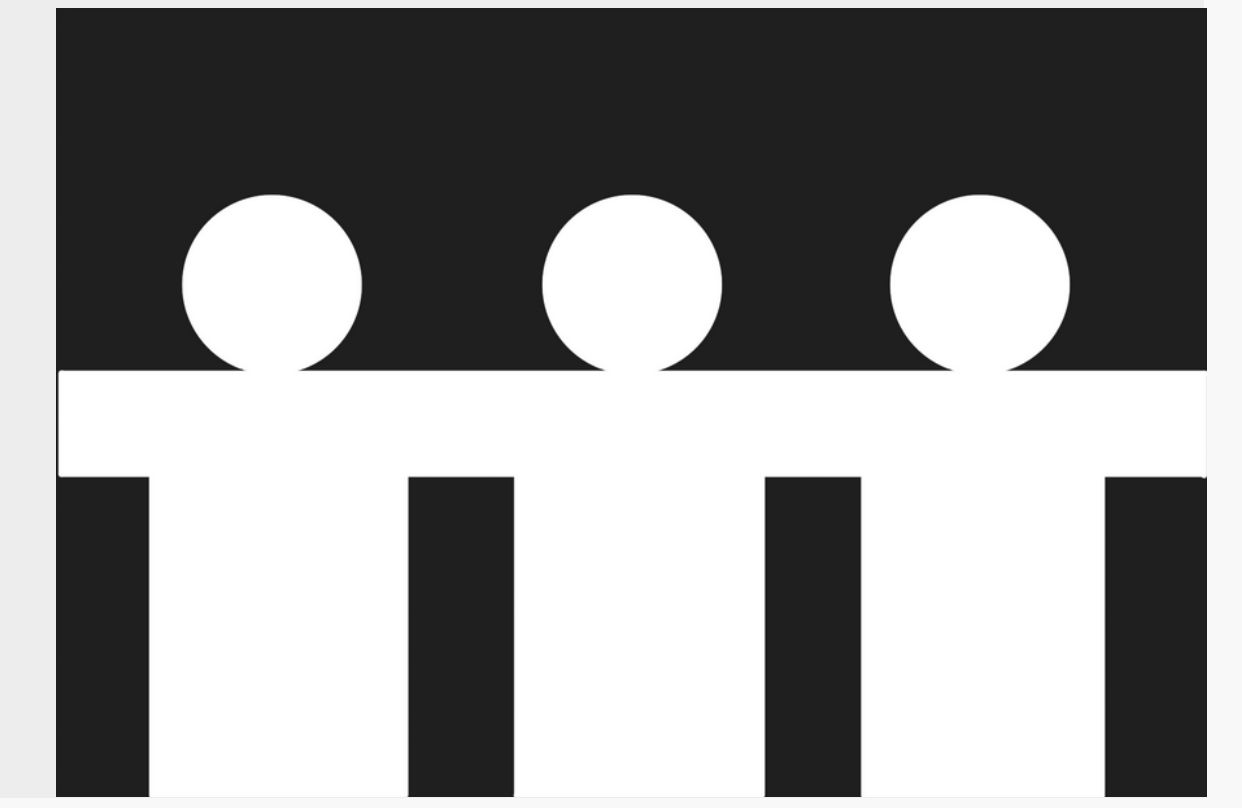
Az animátor az elején játékvezetőként működik közre, majd ezt rábízta a játékosokra. Ez fejleszti a becsületességet és a személyes felelősséget. Ezt a játékot többször kell gyakorolni, mire a gyerekek megértik az alapvető lépéseket, ami aztán javítani fogja az egész játék minőségét.

Ha négy 4-6 fős csapat van, hozzon létre kisebb játéktereket. Minden játékos egy időben játsszon, és ötpercenként cserélődjenek a csapatok.

A játék kooperatívabbá tétele érdekében a következő szabályok adhatók hozzá: a pont csak akkor számít (egyszeresen vagy duplán), ha a csapat minden játékosa megérintette a labdát. A játékosok párokba is tömörülhetnek (lazán összekapcsolódva a bokájuknál, térdüknél vagy csípőjüknel), és ugyanígy, csak párokban is játszhatnak.



# 9 éves kortól



## MEGBESZÉLÉS

- Mi volt a stratégiátok a pontszerzésre és a másik csapat pontszerzésének megakadályozására?
- Betartotta-e mindenki a szabályokat? Ki tudnád ezt fejteni?
- Mit szólna ahhoz a szabályhoz, hogy a pontok csak akkor számítanak, ha mindenki megérintette a labdát?
- Milyen egyéb szabályokat lehetne még bevezetni az együttműködés fokozása érdekében?
- Nehéznek találod-e az önálló játékvezetést? Ki tudnád ezt fejteni?
- Hogyan segít ez a játék a labdajátékokat támogató gyakorlásban?
- Stb.



# Változat: Labda a vonal mögött

12 éves kortól

Ehhez a játékhoz két hosszú kötélre és egy labdára lesz szükség két csapat számára.

Ez a verzió inkább a kosárlabdához hasonlít. A kapukat a játéktér végén kifeszített kötél jelképezi, vagy a földre vagy a homokba húzott vonal.

A játék elve ugyanaz, mint korábban, ugyanazokkal a szabályokkal, de ezúttal szabadon megválasztható a passzok száma. A pont megszerzéséhez a játékosoknak a labdát a vonal mögé kell juttatni. A gól nem számít, ha a labdát eldobják, ha lepattan, vagy ha fizikai érintkezés történik. A védelemnek a vonal előtt kell maradnia.



# Bibliográfia

A kiválasztott tevékenységek és játékok különböző továbbképzésekből, könyvekből és élményekből származnak. A forrásuk esetenként ismeretlen, mivel a játékok szóban és informálisan terjednek. Az a lényeg, hogy továbbra is használjuk őket a világ minden táján, a különböző kultúrákban.

REINERS Annette. *Praktische Erlebnispädagogik I und II: neue Sammlung motivierende Interaktionsspiele. Ziel (Zentrum für interdisziplinäres Erfahrungsorientierte Lernen)* / Augsburg, 2003-2005

BOAL Augusto. *Jeux pour acteurs et non-acteurs: pratique du théâtre de l'opprimé.* Editions La Découverte, Paris, 2004

Enfants Réfugiés du Monde. *Malle de jeux internationale : restaurer l'activité ludique des enfants en situation de crise.* Collection Pratiques, Fondation de France, 2004

Mercy Corpse. *Teaching life skills through games.* Bam, Iran, 2004

BOURRASSA Bruno, SERRE Fernand, ROSS Denis, *Apprendre de son expérience.* Presses de l'Université du Québec, 2003

Enfants Réfugiés du Monde, *Le jeu et la règle ou la règle du jeu,* publication trimestrielle no 35, France, 2002

RENTSCH Bernard ; HOTZ Arturo, *Jeunesse & Sport Manuel clé,* Office fédéral du sport de Macolin, Octobre 2000

*Manuel d'Education Physique à l'école - jeux,* Lausanne, Suisse, 1997

Office fédéral de la Santé - Vaud (OFSP), JV (J'y vais): *promotion de la santé et préventions des dépendances dans les associations de jeunesse du canton de Vaud,* Suisse, 1995

SCHWEIZER, K. ; ZAHNER, L., *L'enfant et le sport,* tiré de la Revue MACOLIN, Macolin, 1992



A Terre des hommes - child relief olyan svájci szervezet, amely kitartóan és hatékonyan tevékenykedik a kiszolgáltatott gyermekek érdekében. Jelen vagyunk e szakterület valóságában és összetett világában, ahol hosszú távon olyan konkrét eredmények elérése érdekében tevékenykedünk, amelyek hozzájárulnak a gyermekek életminőségének javulásához és jövőjük építéséhez. Ezért képzettek vagyunk tevékenységi területeinken, és innovatív szemléletet képviselünk. A változás megalapozása érdekében közvetlenül és hálózati szinten más illetékes szervezetekkel (északon és délen) is együttműködünk. Tevékenységünk jogszerűsége a gyermekek jogainak tiszteletben tartásán és a közösségek világában és kultúrájában való beágyazottságon alapul. Munkamódszerünk alapját a (gyermekek bevonásával zajló) részvételen alapuló folyamatok és a közös munkavégzés képezik. Ezen a folyamaton keresztül megerősítjük a közösségi társulások és az egyének azon képességét, hogy befolyást gyakoroljanak mindennapi életükre. Biztosítjuk, hogy a gyermekek helyzetének valósága a közvélemény és a hatóságok számára is ismertté váljon. Fontos problémákra összpontosítunk, amelyeket alaposan kielemezzünk és feldolgozunk. A svájci lakosság körében ismertségnek örvendünk, és átlátható módon adunk számot tevékenységünkről és gazdálkodásunkról.

©Terre des hommes - child relief 2007.

A Terre des hommes kiadványai szerzői jogi védelem alatt állnak.  
Minden jog fenntartva.

**Bármilyen információért, kérjük, forduljon a következő személyhez:**

**Sabine Rakotomalala / Child protection En Budron C8 / CH - 1052  
Le Mont-sur-Lausanne  
+41 21 654 66 66 / [sabine.rakotomalala@tdh.ch](mailto:sabine.rakotomalala@tdh.ch)**

