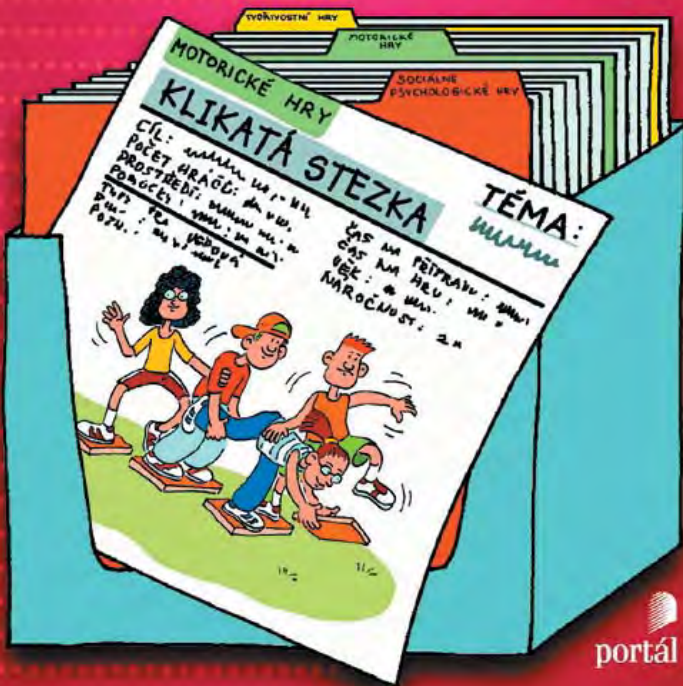


Soňa Hermochová, Jan Neuman
Ilustrace Jan Smolík

HRY do kapsy IV

Sociálně psychologické,
motorické
a kreativní hry



Úvod

Soubor her a nápadů je připraven jako kartotéka jednotlivých her, z nichž lze čerpat na různých akcích. Jednotlivé listy lze třídit podle typu her a jejich témat.

Typy: – sociálně psychologické hry – červeně

– motorické hry – zeleně

– kreativní hry – malování, hudba, drama apod. – žlutě

Jsou uvedeny základní údaje potřebné pro vedení hry i upozornění pro vedoucí, týkající se psychické a fyzické bezpečnosti nebo jiných podrobností. Údaje o náročnosti jednotlivých her jsou pro zkrácení uvedeny číslem – jeho vysvětlení uvádíme zde.

Náročnost psychická:

1 – bez nároků

2 – určitá psychologická zkušenost vedoucího je vhodná

3 – je třeba zkušený citlivý vedoucí, bezpečná skupina

4 – je nutný psychologicky vzdělaný vedoucí, který zvládne

i možné psychické problémy, a zodpovědná, bezpečná skupina

Náročnost fyzická:

1 – bez nároků na pohyb (hra na místě)

2 – běžný lehce zvládnutelný pohyb

3 – určité fyzické vypětí

4 – fyzicky náročný pohyb

© Jan Neuman, Soňa Hermochová, Portál, s. r. o., Praha 2003

Illustrations © Jan Smolík, 2003

ISBN

80-7178-818-X

756+6.+5145+75.+3

756+6.+5145+747+7

756+6.+5145+746+0

Klepání

KOMUNIKACE

CÍL: Procvičení neverbálních signálů ve styku s ostatními.

Pomůcky: –

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: –

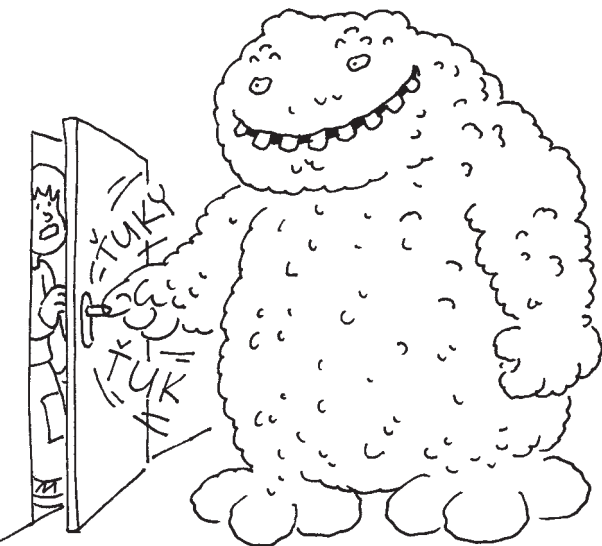
Čas na hru: 15 minut

Věk: od 10 let

Náročnost psychická: 2

Náročnost fyzická: 1

Počet hráčů: 2+



POPIS

Dobrovolník jde za dveře a zaklepe určitým způsobem. Ostatní hádají, jakou osobu klepající představuje, proč přichází a jak se asi cítí. Klepající dostane od vedoucího instrukce, jak má klepat, koho a v jaké situaci má představovat; např. je poslem krále, který přijel vyděšený se zprávou o prohrané válce a své zoufalství vyjadřuje tím, že oběma rukama buší do vrat.

■ Možná témata:

- Zaměstnanec v hotelu budí hosty, protože hoří.
- Malé dítě, které se ztratilo ve městě.
- Muž, který vyhrál ve sportce první cenu a jde to oznámit rodině.
- Žák, který přichází pozdě do školy.
- Mladík, který jde pro přítelkyni do bytu jejích rodičů.
- Opilý muž, který se v noci vrací domů.

REFLEXE HRY

Bylo snadné uhodnout, kdo klepe? Co lze z klepání poznat? Je možné různým způsobem i zvonit? Jaký pocit je to stát před zavřenými dveřmi?

Neverbální sdělení

KOMUNIKACE

CÍL: Procvičení neverbálních signálů v komunikaci.

Pomůcky: –

Prostředí: kdekoli

Čas na přípravu: –

Čas na hru: 20 minut

Věk: od 8 let

Náročnost psychická: 2

Náročnost fyzická: I

Počet hráčů: 3+

POPIS

Dobrovolník dostane úkol, který má vyřešit neverbálním způsobem, zatímco hovoří na jiné téma; např. mluví s někým na téma „fotbalové utkání“ a přitom mu naznačí, že má vstát a předklonit se. Témata a úkoly zpočátku zadává vedoucí.

Příprava do školy. Úkol: Vyzvat někoho: Pojď za dveře!

Počasí. Úkol: Potřást někomu rukou.

Počítačová hra. Úkol: Obejít všechny hráče a pohladit je.

- Ten, kdo úkol pochopí nejdříve, vymyslí další zadání.

REFLEXE HRY

Mluvíme o tom, co vše lze vyjádřit beze slov.

Můžeme se naučit několik základních slov znakové řeči a používat je.

Očekávání rolí

VZTAHY MEZI LIDMI

CÍL: Porozumění druhému pohlaví,
zlepšit vztahy ve skupině.

Pomůcky: –

Prostředí: kdekoli

Čas na přípravu: –

Čas na hru: 45 minut

Věk: od 8 let

Náročnost psychická: 2

Náročnost fyzická: 1

Počet hráčů: 2+



POPIS

Vedoucí uvede: „V každé kultuře se předpokládá určitá role muže a ženy, která vychází z jejich odlišností fyzických i společenských. V naší kultuře se odlišnosti rolí často stírají a mnozí mají problémy s jejich chápáním. Zkuste každý najít asi pět rozdílů v rolích mužů a žen v naší společnosti.“

V diskusi zkusíme zjistit, zda jsou uvedené rozdíly dány fyzickými vlastnostmi (síla mužů, mateřská role žen) nebo vyplývají ze společenských předpokladů (muž je živitel rodiny, žena o rodinu pečuje), případně z psychických rozdílů (obecně lepší matematické schopnosti mužů, lepší verbální schopnosti žen).

- Role chlapců a dívek můžeme ověřit také pomocí očekávání. Připravíme fotografie příjemně vypadajícího chlapce a milé dívky. Hráči sepíšíou vlastnosti, které je u každého z nich napadají – jak vypadá, jakou má povahu, co rád dělá, o co má zájem a co umí.

REFLEXE HRY

Porovnáme, jaké charakteristiky se vyskytují u hodnoceného chlapce a jaké u dívky; u chlapce se obvykle hodnotí jeho schopnosti a zájmy, u dívky spíše její vzhled a vlastnosti.

Můžeme také srovnávat, zda se ve svých úsudcích liší chlapci od dívek.

POZNÁMKA PRO VEDOUcí

V této hře se mohou chlapci a dívky naučit lépe rozumět druhému pohlaví a vyjasnit si problémy ve vzájemných vztazích.

Jak se seznámit

VZTAHY MEZI LIDMI

CÍL: Zlepšit schopnost navazovat přátelské vztahy.

Pomůcky: –

Prostředí: kdekoli

Čas na přípravu: –

Čas na hru: 45 minut

Věk: od 10 let

Náročnost psychická: 3

Náročnost fyzická: I

Počet hráčů: 5+

POPIS

Společně uvažujeme, k čemu dojde, když má někdo příliš mnoho přátel. Má někdo naopak málo kamarádů? Jaké to má důsledky? Když se s někým chceme seznámit, musíme se snažit ostatní lépe vnímat. Přemýšlíme, co je pro to důležité.

V malých skupinkách (po 5–6) uvažujeme, co bychom s každým z ostatních mohli podniknout a jak navázat kontakt. Každý vysloví větu, která začíná oslovením a stejnými slovy, např.: „Kláro, s tebou mohu navázat kontakt tím, že se na tebe usměju a zeptám se tě, jestli mi poradíš s úkolem,“ nebo: „Honzo, s tebou mohu navázat kontakt tím, že se tě zeptám, jestli si nechceš zahrát fotbal.“ Oslovený odpoví kladně, nebo záporně.

Každý musí počítat s tím, že některé jeho návrhy budou zamítnuty. Vedoucí v této fázi nezasahuje, ani nekomentuje. V diskusi se obvykle prokáže, že odmítavým postojem se snižuje šance na přátelské vztahy.

- Podobně si můžeme uvědomit i destruktivní chování, které působí negativně: Proč ztrácíme přátele? Čím jdeme svým kamarádům na nervy? Čím je můžeme zklamat? Co považují za podraz? Které chyby mi na ostatních nejvíc vadí? Jakých chyb se dopouštím já?
- Můžeme napsat rady, jak nejlépe ztratit kamarády.

REFLEXE HRY

Společně prohovoříme, jak je vhodné se chovat, když se chci s někým seznámit (přátelsky, vstřícně), co naopak od seznámení odrazuje (zaujatost, uzavřenost). Jak poznáme, že někdo stojí o mé přátelství, nebo že se o mě někdo zajímá?

Smíření vlaštovkou

VZTAHY MEZI LIDMI

CÍL: Naučit se vyjádřit omluvu a usmířit se po hádce nebo výbuchu zlosti.

Pomůcky: papíry a tužky

Prostředí: kdekoli

Věk: 6+

Čas na přípravu: –

Čas na hru: 10 minut

Náročnost psychická: 2

Náročnost fyzická: I

Počet hráčů: 2+

POPIS

Někdo se po hádce nebo výbuchu zlosti sice rychle uklidní, ale je pro něho obtížné to vyjádřit slovy. Pak jsou užitečné „vlaštovky proti zlosti“. V klidné chvíli poskládáme papírové vlaštovky a napíšeme na ně vhodná poselství, která účastníci sami vymýšlejí, např. promiň; tak už se na mě nezlob(te); chtěl bych si s vámi zase hrát; chtěl bych spolupracovat; už tě nebudu zlobit.

Vlaštovky necháme připravené k použití. V případě potřeby je může kdokoli beze slova použít a jejich pomocí vyslat „poselství pokoje“ někomu jinému nebo celé skupině.

- Podobně si můžeme připravit přátelské vzkazy, případně zadání úkolů. Rozesílání pomocí vlaštovky využije náhodu a zapojí i méně aktivní účastníky.

REFLEXE HRY

Soustředíme se na dobrý pocit po usmíření.

POZNÁMKA PRO VEDOUCÍ

Při vymýšlení poselství necháme účastníky vymyslet vhodné formulace omluvy nebo přátelských vzkazů.