**Propozycje gier i zabaw**

* Propozycje gier i zabaw dla dzieci w wieku od 6 do 9 lat
1. **Wyścig fantów**

**Pomoce: plastikowe miski, klamerki do bielizny, drobne przedmioty, np. pompony, kredki, spinacze, gumka recepturka itp.**

 **Przebieg:**

Uczestnicy gry dzielą się na dwa zespoły (w których znajduje się ta sama liczba osób), które siedzą w rzędach. Każdy uczestnik otrzymuje klamerkę do bielizny. Pierwsza osoba w rzędzie trzyma miskę, w której znajdują się rekwizyty – każda grupa ma mieć taką samą liczbę tych samych rekwizytów. Na końcu każdego rzędu znajduje się pusty pojemnik. Na sygnał pierwsza osoba w rzędzie chwyta za pomocą klamerki dowolny przedmiot w pojemniku i podaje go kolejnej osobie w zespole. W ten sposób przedmiot ma dotrzeć na koniec rzędu. Wygrywa zespół, który jako pierwszy przeniesie wszystkie rekwizyty z jednego pojemnika do drugiego.

1. **Nos w pudełku po zapałkach**

**Pomoce: zewnętrzna część pudełka po zapałkach**

**Przebieg:**

Jeden z uczestników nakłada sobie zewnętrzną część pudełka po zapałkach na nos, a następnie przekazuje ją swojemu sąsiadowi, który też musi ją przyjąć na nos. Trudność polega na tym, że pudełko podawane jest bez pomocy rąk.

1. **Wielkie pranie**

**Pomoce: klamerki do bielizny**

**Przebieg:**

Każdy uczestnik zabawy otrzymuje 3 klamerki do bielizny. Na sygnał, jakim jest włączenie muzyki lub wypowiedziane hasło, gracze rozchodzą się po sali i starają się przyczepić niepostrzeżenie swoje klamerki innym uczestnikom zabawy. Każda z bawiących się osób, która zauważy przyczepioną do swojego ubrania klamerkę, ma możliwość odpięcia jej i przypięcia innej osobie. Gdy milknie muzyka lub ponownie zostaje podane hasło, uczestnicy zabawy zamierają w bezruchu, a prowadzący sprawdza, kto ma na sobie najwięcej klamerek. Osoba ta zostaje na chwilę wykluczona z zabawy i wraca w następnej rundzie.

1. **Latający balon**

**Pomoce: balon**

**Przebieg:**

Uczestnicy zabawy odbijają między sobą balon. Należy liczyć, ile razy udało się podać między uczestnikami zabawy balon, zanim dotknie on podłogi.

Wersja trudniejsza: Należy odbijać balon wyłącznie za pomocą nóg.

1. **Rzut do celu**

**Pomoce: miski różnych rozmiarów, zwinięta w kulkę para skarpetek**

**Przebieg:**

Na podłodze uczestnicy gry rozstawiają różnych rozmiarów miski. Każda miska ma inną wartość. Uczestnicy mają za zadanie wrzucić z odległości kulkę ze skarpetek do miski. Każda rozgrywka to określona liczba rzutów, np. 5 rzutów każdego uczestnika. Na koniec rozgrywki sumowane są punkty wszystkich graczy. Wygrywa osoba, która zdobędzie największą liczbę punktów.

* Propozycje zabaw dla dzieci w wieku 5-6 lat
1. **Układanka symetryczna**

**Pomoce: drobne przedmioty, np. sztućce, klocki, autka, spinacze do bielizny – po dwie takie same sztuki**

**Przebieg:**

Kartkę formatu A4 przedzielamy na pół, rysując pośrodku linię. Po jednej stronie rodzic układa przygotowane przedmioty. Dziecko ma za zadanie ułożyć przedmioty w odbiciu lustrzanym, czyli wzdłuż osi symetrii.

1. **Orkiestra dęta**

**Pomoce: balony**

**Przebieg:**

Każdy uczestnik gry otrzymuje balon, który nadmuchuje. Balon należy nadmuchać, ale nie zawiązujemy go, a mocno przytrzymujemy, by nie uleciało z niego powietrze. Gdy wszyscy uczestnicy nadmuchają już swoje balony, każdy delikatnie i powoli wypuszcza ze swojego balona powietrze tak, by po delikatnym rozluźnieniu ucisku palcami uchodzące powietrze wydawało efektowne dźwięki. Wygrywa ta osoba, której „orkiestra dęta” zabrzmiała szczególnie efektownie.

1. **Skoczny wyścig**

**Pomoce: sznurek, kostka do gry**

**Przebieg:**

Uczestnicy układają na podłodze w odpowiedniej odległości od siebie dwa sznurki. Zabawa polega na wykonaniu tylu skoków, ile wskaże liczba oczek na kostce. Kto pierwszy na mecie, ten wygrywa.

1. **Pomponowe przekładanki**

**Pomoce: formy do pieczenia babeczek lub małe miseczki, klamerka do bielizny bądź pęseta, pompony bądź inne drobne przedmioty**

**Przebieg:**

Pompony umieszczamy w miseczce. Dziecko za pomocą klamerki do bielizny bądź pęsety przenosi pompony z miseczki do foremek do pieczenia babeczek lub innych miseczek. Można też urządzić wyścigi – wygrywa ta osoba, która jako pierwsza przeniesie wszystkie pompony do foremek.

1. **„Przynieś mi coś…”**

**Przebieg:**

Rodzic wypowiada zdanie: Twoim zadaniem jest znalezienie czegoś… ,np. niebieskiego i małego, a dziecko musi znaleźć taki przedmiot. Im więcej cech, jakie musi mieć przedmiot, tym zabawa jest trudniejsza.

* Propozycje zabaw dla dzieci w wieku 10-15 lat
1. **Prąd**

**Pomoce: moneta**

**Przebieg:**

Uczestnicy stoją w dwóch szeregach. Zawodnicy danych drużyn trzymają się za ręce. Osoba prowadząca grę, stojąc na początku szeregów trzyma w dłoni monetę. Po podrzuceniu monety do góry i jej złapaniu prowadzący pokazuje wynik losowania pierwszym osobom w szeregu i kładzie przed nimi monetę. Jeżeli wypadnie reszka, nie ma żadnej reakcji, jeżeli orzełek, pierwsza osoba w szeregu szybkim uściskiem dłoni daje o tym znać partnerowi z drużyny. Ten postępuje tak samo, przekazując uścisk sąsiadowi. Po dotarciu do końca szeregu, impuls wraca na początek szeregu tą samą drogą. Pierwsza osoba w szeregu po otrzymaniu zwrotnego sygnału jak najszybciej stara się przykryć dłonią monetę. Osoba, która zrobi to szybciej, zdobywa punkt dla swojej drużyny i siada na końcu szeregu.

1. **BAB**

**Przebieg:**

Uczestnicy siedzą w kręgu, tylko osoba kierująca zabawą stoi w środku. Podchodzi ona do kogoś i powierza mu określone zadanie. Gdy zadanie nie zostanie wykonane prawidłowo, dany gracz musi wyjść na środek kręgu.

Zadania:

1. Powiedz BAB – danej osobie nie wolno nic powiedzieć
2. BALIBAB BAB BAB – dana osoba musi w tym samym czasie odpowiedzieć BAB
3. KROWA – na hasło KROWA dana osoba musi wyciągnąć ręce do przodu , a obydwa kciuki trzymać skierowane do dołu. Osoby znajdujące się z lewej i z prawej strony też muszą wstać i „doić krowę”, ciągnąc ją za kciuki
4. ZEGAR Z KUKUŁKĄ – na hasło ZEGAR Z KUKUŁKĄ dany gracz musi wstać i zawołać KUKU. Osoby siedzące z prawej i lewej strony także muszą wstać i obrócić się w kółko
5. SŁOŃ – na sygnał SŁOŃ dana osoba musi wstać i wykonać słoniową trąbę. Osoby siedzące z lewej i z prawej strony muszą wstać i umyć uszy słonia, tzn. pomachać rękami w górę i w dół
6. TOST – na sygnał TOST dany gracz musi wstać i podskakiwać. Osoby siedzące z prawej i lewej strony luźno obejmują podskakującego gracza, udając toster.
7. **Wyciąganie kart**

**Pomoce: talia kart**

**Przebieg:**

Należy rozłożyć talię kart na stole, a następnie zepchnąć wszystkie karty na jedną kupkę. Na środku kupki należy zrobić daszek z dwóch kart. Każdy uczestnik po kolei wyciąga po jednej karcie z kupki. Kto zburzy daszek z kart, przegrywa.

1. **W telegraficznym skrócie**

**Pomoce: kartka, długopis**

**Przebieg:**

Uczestnicy zabawy siedzą w dwóch rzędach na krzesłach lub na podłodze, jeden za drugim. Na sygnał prowadzącego ostatnia osoba w rzędzie palcem wypisuje na plecach partnera siedzącego przed nią pierwszą literę ustalonego przez prowadzącego hasła. Osoba, która odczytała literę, wykrzykuje „mam” i wykonuje tę samą czynność na plecach następnej osoby. Pierwsza osoba w rzędzie zapisuje na kartce literę i podaje hasło „dalej”, wówczas prowadzący wprowadza do zabawy następną literę ustalonego hasła. Rząd, który jako pierwszy prawidłowo odczyta hasło, wygrywa rywalizację.

1. **Puste miejsce**

**Przebieg:**

Uczestnicy siedzą w kręgu, tylko w jednym miejscu krąg jest przerwany. Osoba, która ma to wolne miejsce po prawej stronie zaczyna zabawę zapraszając osobę o jakiejś cesze np. osoba, która lubi lub która gra na gitarze itp. Osoba, która poczuje się zaproszona, jak najszybciej zajmuje wolne miejsce. Jeżeli więcej niż jedna osoba poczuje się wywołana, miejsce zajmuje ta, która uczyni to najszybciej. Pozostali wracają na swoje miejsca, a zaprasza osoba, która teraz ma puste miejsce po swojej prawej stronie.

**Przepisy na masy plastyczne:**

**Ciecz nienewtonowska**

Składniki:

Woda

Skrobia ziemniaczana

Ewentualnie barwnik spożywczy

Przygotowanie:

Składniki wymieszać ze sobą w takiej proporcji (od 1:1 do 2:1), by konsystencja cieczy pozwoliła na uformowanie z masy kulki.  Jeśli będzie wody będzie zbyt dużo wówczas mąka nie będzie się "kleić". Tak więc "na oko" mąki powinno być więcej mąki niż wody.

**Piankolina**

Składniki:

Pianka do golenia

Skrobia ziemniaczana

Przygotowanie:

Piankę do golenia ugnieść ze skrobią ziemniaczaną, w takich proporcjach, by masa była delikatna i zwięzła i dało się z niej formować kształty.

**Sztuczny śnieg**

Składniki:

Duże opakowanie sody oczyszczonej

Łyżeczka soli

Łyżeczka mydła w płynie

Kilka łyżek wody

Przygotowanie:

Wszystkie składniki zagnieść. Masa gotowa do lepienia.

**Ciastolina**

Składniki:

2 szklanki mąki

2 szklanki wody

1 szklanka soli

2 łyżki oleju

1 łyżeczka kwasku cytrynowego

Barwnik spożywczy

Przygotowanie:

Zmieszać wszystkie składniki (oprócz barwnika0 i podgrzać na małym ogniu. Gdy masa zacznie formować się w kulkę i odchodzić od brzegów garnka to znak, że ciastolina jest gotowa. Po ostygnięciu należy dodać wybrany barwnik i można się bawić.

**Masa kawowa**

Składniki:

4 szklanki mąki

1 szklanka soli

¼ szklanki kawy rozpuszczalnej

1-1/2 szklanki gorącej wody

Przygotowanie:

Kawę rozpuścić w gorącej wodzie. W garnku wymieszać mąkę z solą i wlać szklankę rozpuszczonej kawy. Dokładnie wymieszać aż do uzyskania jednolitej masy. Po ulepieniu modeli należy piec masę w piekarniku w temperaturze 150 stopni C przez godzinę, aż masa zrobi się twarda.