

# ELTE TTK HÖK

## Mentorrendszer Játéktár

# TÉTÉKÁ



# Előszó

Kedves olvasó!

Ezen dokumentum az ELTE TTK HÖK Mentorrendszer mentorjelöltjeinek közösségépítő készségeinek fejlesztését, valamint mentori munkájukat hivatott támogatni. A TTK-s mentorok megkerülhetetlen feladata az elsőéves hallgatók beilleszkedésének segítése. Ennek lételeme egy olyan közösség kialakítása, amiben mindenki elfogadva és támogatva érzi magát. Egy ilyen közösség kialakulása érzékeny folyamat, de kellően felkészülve és tudatosan építkezve a várt eredmény könnyedén elérhetővé válik.

Mentorként fontos megteremteni a bevonódás lehetőségét mindenki számára, figyelve az egyének igényeire. Ennek legegyszerűbb módja az itt felsorolt játéktípusok megfontolt alkalmazása, legyen a helyszín akár egy gólyatábor, akár egy szakterületi program.

A csapatépítő játékokat több típusba sorolhatjuk, aszerint, hogy milyen bizalmi szinten kell lenniük a játékosoknak ahhoz, hogy kényelmesen és felszabadultan részt vegyenek bennük. Ezek a típusok egy jól működő sorrendet alkotnak és fontos, hogy mentorként ezt a sorrendet figyelembe véve alkalmazzuk őket:

1. *Névtanulós/bevezető játékok*
2. *Közösségépítő/ismerkedő játékok*
3. *Érintést igénylő játékok*
4. *Bizalmi játékok*

+ *Feszültségoldó és Időtöltő játékok*

**A legfontosabb kikötés: a részvétel ajánlott, de nem kötelező!**

Fontos, hogy ez a felhívás többször is elhangozzon és a programok alatt folyamatosan figyeljetelek az elsőévesek igényeire, hiszen a cél az, hogy hosszú távon jól érezzék magukat. Kisebb, pillanatnyi kellemetlenségek könnyen felboríthatják a szocializációs eseménysort és később ennek negatív hatásait nem csak az enyén, de a csoport szintén is tapasztalod majd.

A Mentorrendszerben a játéktípusokat és sorrendiségüket a Játéknapokon sajátíthatják el a mentorjelöltek, ezért fontos, hogy lehetőség szerint ezek mindegyikén részt vegyél.

Troják Arnold Szabaszián  
mentorkoordinátor  
ELTE TTK HÖK  
[mentorkord@ttkhok.elte.hu](mailto:mentorkord@ttkhok.elte.hu)

# Tartalomjegyzék

Előszó .....	1
Tartalomjegyzék.....	2
Névtanulás és bevezető játékok .....	3
Ismerkedős játékok.....	7
Testkontaktus játékok.....	10
Bizalomépítő játékok.....	13
Időtöltő játékok.....	17
Feszültségoldó játékok .....	21

# Névtanulás és bevezető játékok

## **Tic-tac (Zim-zum)**

A csoporttagok kört alkotnak egy ember közepén áll és ránéz valakire, ha azt mondja tic, akkor a jobb oldali szomszédja nevét kell mondania, ha tac, akkor a bal oldalaiét. Ha a tic-tac hangzik el, akkor helyet kell cserélni mindenkinek.

Ideális létszám: 15-20 fő

## **Név + jelző**

A csoport tagjai mondják a nevüket és egy ezzel alliteráló jelzőt. Körbe megyünk, a következőnek mindig el kell ismételnie az elhangzottakat, és hozzá kell tennie a sajátját is.

Ideális létszám: 15 -20 fő

## **Név + grimasz**

A csoport tagjai mondják a nevüket, és egy grimaszt vágnak. Körbe megyünk, a következőnek mindig el kell ismételnie az elhangzottakat, és hozzá kell tennie a sajátját is.

Ideális létszám: 15 -20 fő

## **Név+ hely+ foglalkozás**

A csoport tagjai mondják a nevüket és egy ezzel alliteráló helyet és foglalkozást. Körbe megyünk, a következőnek mindig el kell ismételnie az elhangzottakat, és hozzá kell tennie a sajátját is.

Ideális létszám: 15-20 fő

## **Név+ állat**

A csoport tagjai mondják a nevüket és egy ezzel alliteráló állatnevet, eközben pedig el is mutogatják azt az állatot. Körbe megyünk, a következőnek mindig el kell ismételnie és mutogatnia az elhangzottakat, és hozzá kell tennie a sajátját is.

Ideális létszám: 15-20 fő

## **Bumm**

A játékosok körben állnak, egy ember a kör közepébe lép. A középső játékos lövést imitálva rámutat egy kívül álló játékosra és közben annak a nevét hangosan kimondja. A lövés hatására a külső játékos leguggol/lehajol így a két szomszédja egymással szemben találja magát. A szomszédoknak most egymásra kell lőniük, az nyer, aki hamarabb lő, és mondja ki a másik játékos nevét. A vesztes játékos helyet cserél a belső játékosal. Kieséses játék esetén a középső játékos kilép a játékból.

Ideális létszám: 10-20 fő

## **Mit tudsz a nevedről?**

A játékosok egymás után elmondják, amit a nevükről tudnak. Mit jelent, miért kapták stb.

Ideális létszám: bármennyi

## **Névlabda**

A játékosok körben ülnek vagy állnak, és mindenki sorban bemondja a nevét. Ha ez megtörtént, a játékosok egy labdát dobálnak egymásnak a következő szabály szerint: aki a labdát dobja, annak a nevét mondja, akinek dobja.

Változat: Mondhatja emellett a saját nevét is, és azét is, akitől kapta a labdát.

Ideális létszám: 10+ fő

## **Újságos**

Körben leül mindenki, s minden játékos elmondja a saját nevét. A kör közepén álló játékos kezében összehajtogatott újság van. A kezdő játékos mond egy nevet, s az álló játékos feladata a megnevezett fejére csapni az újsággal. Ha azonban a megnevezett tud mondani egy másik nevet mielőtt az álló játékos a fejére csapna, az állónak már a most hívott fejére kell csapni. Ha ez sikerül neki, helyet cserél az ülővel. Aki állt, még a leülése előtt megnevez egy másik játékost; ellenkező esetben ismét helycsere van. Ha valaki saját magát, jelen nem lévő személyt, vagy a középén állót nevezi meg, szintén helyet cserél az álló játékosal.

Ideális létszám: 15+ fő

## **Elnök-titkár**

A játék meghatározott ritmusra zajlik, ehhez a ritmushoz illeszkedően kell a saját nevünket és egy másikat mondani. Egyikünk megadja a ritmust: tapsol, térdére csap, bal váll fölé mutat (közben mondja a saját nevét), jobb váll fölé mutat (és mondja a megcímzett társa nevét), pl. taps, térd, "Béla-Anikó". Akit így meghívtak, az folytatja tovább a ritmust tartva a névmondást. Lényeges, hogy a ritmust ne veszítsük el! Azt tilos meghívni, akitől mi kaptuk a mondás jogát.

Ideális létszám: 15+ fő

## **Átbújós**

Beállunk egy körbe, mindenki jó nagy terpeszben áll, két ember pedig a kör közepére megy. A játékot úgy kezdjük, hogy mondjuk valakinek a nevét, pl. Julcsi. Ekkor a kör közepén állóknak az a célja, hogy minél gyorsabban megtalálják Julcsit és átbújjanak a lábai közt. Akinek ez először sikerül beáll Julcsi helyére, és mond egy új nevet, ő lesz a következő, aki alatt át kell bújni. Akinek pedig átbújtak a lába között középre kerül, jelen esetben Julcsi megy be.

Ideális létszám: 15-30 fő

## **Névsor széken**

Felállítjuk a székeket egy sorba, és mindenki feláll egy-egy székre. A feladat: a nevek egyszeri elmondása után névsorba állni a székeken úgy, hogy senki nem léphet le a földre. Miközben tülekedünk, rákérdezhetünk társaink nevére ezzel is segítve memorizálásukat.

Ideális létszám: 10 fő

## **60 másodperces kézfogás**

A csoport tagjainak 60 másodpercük van, hogy minél több emberrel kezet fogjanak és bemutatkozzanak. Ha letelik a 60 másodperc, megkérünk mindenkit, hogy üljön le. A játékvezető sorra rámutat a játékosokra, és legalább 1 embernek tudnia kell a csoportból, hogy ki az, akire a játékvezető rámutatott, a játékos nevét bekiabáljuk.

Ideális létszám: 20+ fő

## Helycsere

Kört alkotunk. A játékosok közül hárman belépnek a kör közepére, a külsők közül valaki vállalja a kitaláló szerepét. A kitaláló behunyja a szemét, tapsol, ekkor valamennyi külső játékos kifelé fordul. A kör közepén álló három játékos belép a körbe, és önmaguk helyett beküldenek valakit a kör közepére. Ha ez megtörtént, a külsők mind visszafordulnak. A kitaláló feladata, hogy rájöjjön, kik cseréltek helyet. Mondja ki hangosan a helyet cserélők neveit is! A következő körre egy másik külső játékos lesz az új kitaláló.

Ideális létszám: 20+ fő

## Én helyem!

Játékosok számával megegyező számú széket körbe rakunk, egy kiválasztott játékos a székéről felállva a kör közepére áll, a többiek pedig helyet foglalnak, így egy szék üresen marad. Az éppen álló játékosnak az a célja, hogy minél hamarabb helyet foglalhasson, és megpróbál leülni az üres helyre. Az üres széktől balra ülő játékos ezt próbálja megakadályozni és „Én helyem” felkiáltással és kezét a székre téve átül az addig üres székre. Így most az ő helyén keletkező üres székre pályázik majd a középső játékos, és az üres széktől balra ülő játékos próbálja majd megelőzni a hely elfoglalásában. A következő üres helyet még hasonlóan szerezhetik meg az ülő játékosok, viszont a sorban negyedikként megüresedő széket már nem a balos szomszéd kaparintja meg. Az üres széktől balra ülő játékos a székre teszi a kezét és egy másik ülő, nem szomszédos játékosnak titulálja a helyet pl.: „Gézu helye!”. Erre a felkiáltásra Gézunak fel kell állnia a helyéről, és el kell foglalnia az új helyét, a korábbi széke megüresedik, és a játék folytatódik. Fontos, hogy amint kimondásra kerül az „Én helyem” vagy „xy helye” mondatocska, a középső játékos már nem szerezheti meg azt. Ha valaki hibázik és a középső játékos a tőle jobbra lévő székre le tud ülni, akkor ő kerül a kör közepére.

Ideális létszám: 15+ fő

# Ismerkedős játékok

## Mi a közös bennünk?

4-5 fős kiscsoportokat alakítunk, lehetőleg úgy, hogy az egy csoportba kerülők régebből ne ismerjék egymást. A csoportoknak meghatározott számú közös vonást kell találni a csoporttagok között. Ha minden csoport megtalálta a közös dolgokat, azokat bemutatják a többieknek.

Ideális létszám: 10 + fő

## Bemutatkozás szerepcserével

Megegyezünk abban, hogy mindenkinek öt perce van arra, hogy keressen magának valakit, akit nem ismer, és elmenjen vele beszélgetni. Ha letelt az öt perc körbe ülünk és mindenki sorban bemutatkozik, úgy mintha ő lenne az, akivel az előbb beszélgetett, és elmond mindent, amit tud "magáról". Lehet úgy is játszani ezt egy egymást ismerő csoportban, hogy "Mi történt velünk legutóbbi találkozásunk óta" a fenti szabályokkal.

Ideális létszám: 10+ fő

## A három legfontosabb tudnivaló rólam

A játékvezető elmondja, hogy viszonylag korlátozott az, amit tudunk egymásról, sőt lehet, hogy ezek a tudások, ismeretek nem is azonosak azzal, amit ki-ki igazán fontosnak tart magáról, magában. Ezért most, hogy jobban megismerjük egymást, mindenki gondolkozzék el, majd mondja el, mi az a három dolog, amit magáról a leginkább fontosnak tart elmondani, mi az a három dolog, amit leginkább jellemzőnek vél. A "fontos dolgok" közlése előtt mindenki újra mondja el a nevét. "Mária vagyok, a híres könyvmoly, akinek valaha büszkesége volt a hajkoronája, és akinek kedvence a krémes." Tehát külső és belső jellemzők is lehetnek, jelen- és múltbeli tulajdonságok is.

Ideális létszám: bármennyi



## **2 igaz 1 hamis**

A játékosok körben ülnek és mindenki kigondol 2 igaz és 1 hamis állítást saját magáról. Amennyiben mindenkinek megvannak az állításai valaki elkezdni a játékot, elmondja a 3 állítását. A többiek feladata, hogy kitalálják, melyik volt a hamis állítás. Mindenki egyénileg tippel, kézzel felmutatva hányas számú állítás szerinte a hamis. Tippelés után, aki mondta az állításait megosztja, hogy melyik volt a hamis. Ekkor lehet kérni, hogy meséljen róla egy kicsit bővebben. Ezek után a következő játékos jön.

Ideális létszám: 20 főnél kevesebb

## **Rapid randi**

A játékosok 2 kört alkotnak, egy belsőt és egy külsőt. A játékvezető előkészül pár kérdéssel ("Mi a kedvenc ételed?" "Hová utaznál szívesen?" stb.). A két kör úgy áll, hogy a köröket alkotók egymással szemben álljanak. A játékvezető hangosan ismerteti a kérdést és a szemben állóknak ezt a kérdést kell megválaszolniuk egymásnak. Egy kérdésre 1-2 perc van, amelyet a játékvezető mér. Amikor lejárt az idő, a belső kört alkotók egy hellyel jobbra lépnek egy új ember elé és egy új kérdést kapnak melyről beszélniük kell. A játék addig megy amíg vissza nem érkeznek ugyanahhoz az emberhez, akivel az első alkalommal beszéltek.

Ideális létszám: 20+ fő

## **A világ körül**

A padló a világ, itt lehet mozogni. Ki kell jelölni az egyes helyeket, de lehet bemondás alapján is (képzletbeli térkép). Egy labda szükséges. Az első körben mindenki oda áll, ahol született, elmondja a nevét, és hogy hány éves. A második körben mindenki oda áll, ahol jelenleg él, és elmondja, hogy mit szeret benne. A harmadik körben mindenki oda megy, ahol a vakációját töltené és elmeséli, miért. A negyedik körben mindenki visszaáll a születése helyére, és elmesélheti a legnagyobb álmát.

Ideális létszám: 10-15 fő

## **Rajzolás**

Csoporttagokat véletlenszerűen párokra osztjuk, akik egymás arcát nézve 3 percig beszélgetnek, megpróbálják minél jobban megismerni egymást, ezután csukatott szemmel egy A/4-es papírra le kell rajzolni a párjuk arcát. Az elkészült rajzokat meg kell mutatni a csoport többi tagjának és egyes szám első személyben be kell mutatni a párjukat.

Ideális létszám: bármennyi

## **Én még soha**

A játékosok kört alkotnak és maguk mögé helyeznek valamilyen tárgyat, ami jelzi azt a helyet, ahol álltak. Eggyel kevesebb hely legyen, ő középen áll majd. A középen álló feladata, hogy mondjon egy igaz állítást magáról hangosan. Akire az elhangzott állítás igaz, el kell hagynia a helyét és új helyre mennie. Ilyenkor a középen álló is elfoglalhat egy szabad helyet, akinek nem marad hely, az lesz az új középen álló ember és a következő állítást neki kell mondania. Szomszédos és saját helyre nem szabad menni.

Ideális létszám: 15+fő

## **Titkos barát**

Minden résztvevő nevét egy dobozba gyűjtjük, és mindenki húz egy nevet, akinek titkos barátja (őrangyala) lesz. Segít neki, vagy védelmezi, előnyhöz juttatja, vagy egyéb módon gondoskodik róla, úgy, hogy a kedvezményezett ne jöjjön rá, ki is a titkos barátja. Az utolsó napon lehet találgatni és felfedni a rejtélyt.

Ideális létszám: bármennyi

## **Dobom a kérdést**

A játékot körben ülve, vagy állva játsszuk. A csoporttagok labdát dobnak egymásnak. A dobó egy kérdést tehet fel a kapónak. A kérdést lehet passzolni, de törekedjünk olyan kérdéseket feltenni, amelyekre várhatóan válaszolni fognak.

Ideális létszám: 10-20 fő

## **Mi lenne, ha...**

Kiküldünk egy embert a csoportból, ezalatt a többiek gondolnak valakire, aki jelen van a társaságban. A kiküldött játékos visszatérése után kérdéseket tesz fel a játékosoknak a következő módon: "Mi lenne (a gondolt ember), ha virág lenne?", "Mi lenne, ha ország lenne?" stb. A csoport többi tagjának az illetőt az adott helyzetbe beleképzelve kell válaszolnia. A csoport asszociációiból ki kell találni, kire gondoltak.

Ideális létszám: 15-20 fő

# Testkontaktus játékok

## Csomózás

Nagy körben állunk és két kezünket előrenyújtjuk. Becsukjuk a szemünket, majd számolásra mindenki előrébb jön és csukva tartott szemmel keres egy-egy kezet, amellyel összefogódzhat. Miután nem maradt kéz szabadon, kinyitjuk a szemeket, és megpróbáljuk egy (vagy több) körré kibogozni az összekuszálódott alakzatot.

Ideális létszám: 15+ fő

## Goofy

Mindenki megáll egyhelyben és két kezét tenyérrel előretartja. Számolásra becsukjuk a szemeket, és elkezdünk ide-oda mászkálni. Ha két ember találkozik, tenyerüket összezsápják és "süsü" felkiáltással üdvözlök egymást. (A "goofy" köszönésre "goofy"-vel kell válaszolni.) Igen ám, de a sok ember közül van egy néma (a játék elején a játékvezető jelöli ki), aki nem fogadja a köszönésünket, sőt a vele való találkozás után mi is elnémulunk. A játék végére a kezdeti "goofy" hangkavalkád teljes némasággá változik.

Ideális létszám: 10+ fő

## Közös ülés

Körben állunk és mindenki elfordul jobbra. Addig szűkítjük a kört, ameddig csak tudjuk. Ezután mindenki kiteszi a jobb lábát oldalra, bal lábát behajlítja majd testsúlyát a mögötte álló behajlított bal lábára helyezi. Miután így mindenki kényelmetlenül elhelyezkedett, szabad lábunkat előrébb és beljebb toljuk, behajlítjuk, majd számolásra (egyszerre!) mindenki áthelyezi testsúlyát a mögötte levő másik lábára. Próbáljunk meg minél több lépést tenni!

Ideális létszám: 4+ fő

## Autó vagyunk

Legalább négy fős csoportokban úgy teszünk, mintha tárgyak, vagy tárgyak (pl. egy autó) felépítéséhez szükséges alkatrészek volnánk és ezt egy rövid bemutatás alatt előadjuk a többi csoportnak. Nekik az a feladatuk, hogy minél hamarabb kitalálják a bemutatott tárgyat.

Ideális létszám: 8+ fő

## **Élő szoborcsoport**

Egy-egy játékos vagy játékosok egy-egy csoportja kitalál egy témát, amiből a többiek felhasználásával állóképet formál. Lehet ez pl. egy film jelenete, ismert festmény, beszédet tartó politikus, kirakati bábuk, lányokra vadászó fiúk. Amikor felállt a jelenet, a nem játszóknak ki kell találniuk, mit ábrázol az állókép.

Változat 1: A játékvezető előre megmondja a "megépítendő" szobor címét. A játékosok ezt anélkül alkotják meg, hogy előre megbeszéljék egymással. Egy ember elkezd, majd utána sorban mindenki beépül a képbe. Az egész csoport vegyen részt benne!

Változat 2: A körben ülő csoport egyik tagja felvesz egy pózt (szobor). A többiek nevet adnak a szobornak, majd egy másik ember kapcsolódik hozzá. Nevet adnak a szoborpárosnak is, majd folytatják, amíg az egész csoport be nem áll a játékba.

Ideális létszám: bármennyi

## **Szobormásolás**

Két-három társunkat kiküldjük egy időre a szobából, ezalatt velük megegyező számú ember egy szobrot alkot (a szoborban az emberek érintkezzenek egymással!). A kiküldött emberek szemét bekötjük, majd visszavezetjük őket. A feladat: adott idő alatt letapogatni a szoborbeli pozíciókat, majd ezután nekik megformázni a szobrot.

Változat: Csak egy ember szemét kötjük be, és neki kell csukott szemmel az eredeti szobrot másik két-három emberen beállítania.

Ideális létszám: 10-20 fő

## **Körben felállni**

Kört alkotunk úgy, hogy mindenki leguggol és kifelé néz a körből. Az egymás mellett állók összekulcsolják a karjaikat. Egy megadott jelre próbáljunk meg egyszerre felállni. A kísérlet sikeréhez nagyban hozzájárul, ha szorosan egymás mellett helyezkedünk.

Ideális létszám: 10+fő

## **X kéz, Y láb**

A játékvezető elmondja, hogy láb és hány kéz lehet a talajon. Megadott idejük (például 30 másodpercük) van a résztvevőknek, hogy ezt kivitelezzék. Érdemes az elején könnyebb feladványokkal kezdeni, és fokozatosan nehezíteni rajtuk.

Ideális létszám: 5-15 fő, nagyobb létszámnál is kivitelezhető, de az ellenőrzés sok időbe telhet.

## **Ujj elkapás**

Körbe állunk. Mindenki a jobb tenyerét kinyújtva, a bal hüvelykujját a mellette álló jobb tenyerébe helyezi. A cél, hogy taps hallatára a jobb tenyerünket összecsuksva elkapjuk a jobb szomszédunk ujját, mindeközben arra figyelve, hogy a bal hüvelykujjunktat lehúzzuk, hogy el ne kapja a balunkon lévő társunk.

Ideális létszám: 6-20 fő

## **Robotok**

Párokba állunk. A pár egyik tagja a robot lesz, a másik a kezelő. A robot elkezd fel-alá mászkálni, mint egy robot, ezt megelőzően viszont kitalál magán egy pontot, amit, ha a társa megnyom kikapcsol, azaz megáll és lehajtja a fejét. A kezelő célja, hogy a robotot össze-vissza nyomkodva megtalálja a kikapcsoló gombot.

Ideális létszám: 6+ fő, fontos, hogy párokban legyünk

## **Körbecsapkodás**

Körbe leülünk egy asztalhoz. Cipzárba letesszük a kezünket magunk elé, tehát a jobb kezem beteszem jobbra a mellettem ülő kezei közé, a bal kezem pedig beteszem a bal oldalon lévő kezei közé. Mindenki ugyan így. Megbeszélte irányba elindítunk egy csapást, rontás nélkül körbe kell érnie. Ha valaki ront, újakezdjük. Ha már jól megy, lehet kört fordítani úgy, hogy kettőt csapunk.

Ideális létszám: 10+ fő

## **Nebáncsvirág**

Körbe állunk, valaki pedig beáll középre. A körben állók összekapaszkodnak, és húzzák egymást, a cél az, hogy ne érnünk a középen állóhoz. Ha valaki hozzáér (mert a többiek behúzták) ő is beáll középre, és inntől kezdve már két emberhez nem szabad hozzáérni.

Ideális létszám: 6-15 fő

## **Hangyafogó**

Kijelöljük a fogót, vagy fogókat, ha sokan vagyunk. Akit megfognak a hátára fekszik és kapálózik. Ha valaki(k) a még meg nem fogottak közül felemelik, visszaállhat.

Ideális létszám: 15-30 fő

# Bizalomépítő játékok

## Liftezés

Egy csoporttársunk lefekszik a földre kinyújtott testtel, hanyatt, karjai a combja mellett, szeme becsukva. Valaki a fejéhez áll, a többiek kétoldalt a vállától a lábfejéig. Leguggolnak, majd egyszerre felemelik, olyan magasra, amennyire csak tudják. Vezényszóra leeresztik, közepén hintáztathatják is egy kicsit. A liftező utána számoljon be az érzéseiről!

Ideális létszám: 10-15 fő

## Dülöngélés

Verzió 1: Hárman játsszák. Ketten, egymás felé fordulva, támaszban állva várják a csukott szemmel feléjük dőlő társukat. A két "fogó" egymás között "adogatja" a harmadikat. A játék a háromfős csoporton belüli cserével folytatódik.

Verzió 2: Páronként játsszuk. A pár egyik tagja kezeit oldalsó középtartásban tartva áll, csukott szemmel. Társa mögötte áll, támaszban. Jelzésre (pl. a társ megérinti a vállát) hanyatt dől, merev testtel. Társa a hóna alatt alkarjával felfogva elkapja, s visszaállítja függőleges helyzetbe. Az előzőnél is nagyobb fegyelmet, bizalmat kívánó feladat. Páron belüli szerepcserével folytatjuk.

Ideális létszám: bármennyi

## Harangjáték

Szorosan záró kört alkotunk. A kör közepére beáll valaki, akinek bekötjük a szemét, majd megkérjük, dőljön el valamilyen irányba. Biztosítsuk róla, hogy bármerre dől, megtartjuk. Miután eldőlt, akik eddig tartották, tovább passzolják a mellettük állónak, és így halad egészen körbe. A végén kérdezzük meg, milyen érzés volt közepén lenni, és mikor érezte leginkább biztonságban magát.

Ideális létszám: 10+ fő

## Hélium rúd

- kellékek: bot / seprűnyél

Egy botot (seprűnyelet) kb. egy méter magasan tartunk úgy, hogy mindenkinek csak a két kinyújtott mutatóujja érhet hozzá alulról (a többi ujjunk be van hajlítva). A cél az, hogy a rudat közösen, egymással együttműködve letegyük a földre. Fontos, hogy a mutatóujjainknak nyújtva kell lennie, a rudat nem szabad oldalról tartani.

Ideális létszám: 6-12 fő

## Vakkígyó

A kiscsoportok tagjai egymás mögé egy sorba beállnak, mindenkinek a keze az előtte lévő vállán nyugszik. Csak az első ember nézhet, (ő vállalja a csoportért a teljes felelősséget), a többiek becsukják a szemeiket. Az elől álló vezetésével keresztülmennek a termen, áthaladnak a felállított akadályokon, átmennek egy másik terembe vagy kimennek a szabadba. Eközben a vezető nem verbális jelzéseket adhat a mögötte állónak. A jelzéseket tovább kell adni hátrafelé. A kígyót nem szabad becsapni - pl., ha földi akadály, gödör van, a fejet be kell húzni. A vezető ne menjen gyorsan! Egy idő elteltével az első leghátulra megy, és az addigi második lesz az új vezető. FIGYELEM! A játék elég nagy ideg feszültséget ébreszthet! Senki ne kösse be a szemét kendővel, azért, hogy szükség esetén gyorsan kinyithassa a szemeit!

Ideális létszám: 10+ fő

## Vak vezet világtalant

Miután mindenki választott magának egy párt, az egyikük behunyja a szemét, és a párjára bízta magát. Ő a "vak" kezén tartott ujjával vezeti, lehetőleg minél nehezebb terepen, és bemutatja neki, hogy milyen a körülöttük lévő világ. Beszéljük meg, ki mit érzett! Egy "vakot" egymás után két ember is vezethet. Mondja el, érzett-e különbséget!

Változat: Bekötött szemű társunknak a haladási irányát és mozgását egy hang és annak intenzitása adja meg, akinek tulajdonosa tőle körülbelül 1 méter távolságban halad.

Ideális létszám: bármennyi

## **Guggolás**

A csoport tagjai behunyt szemmel körbe-körbe járnak a termen. Úgy kell ezt tenniük, hogy ne érjenek hozzá a többiekhez. Akihez hozzáért egy másik társa, leguggol és a játék végéig úgy is marad. Ezután már a guggolók is akadályt jelentenek. A játéknak akkor van vége, ha elfogytak az álló emberek.

Ideális létszám: 10-20 fő

## **Ki volt, aki elbánt velem?**

Bekötött szemű társunkat a terem közepére fektetjük. Ezután közülünk valaki odamegy hozzá és azt csinálhat vele, amit akar (megütögetheti stb., de ne legyünk durvák). Miután befejezte, visszamegy a helyére, és a játékvezető megkérdezi, hogy "ki volt, aki elbánt veled?". Erre a szenvedő fél megpróbálja kitalálni, hogy ki ment oda előzőleg hozzá.

Ideális létszám: 10-20 fő

## **A kapu**

A játékosok körben állnak, megfogják egymás kezét, egy embert kiküldünk, a többiek addig megbeszélnek, hogy hol lesz a kapu. Behívjuk a kinti embert. Meg kell találnia a kaput. Senki sem szólalhat meg. Szemkontaktus felvételével próbálják meg a kapu őrei hívogatnia a játszó, szépen néznek rá, a többiek pedig taszítani kell maguktól. Arcjáték nincsen! A játékos háromszor próbálkozhat, ha nem sikerül újra kezdődik a játék. FONTOS a csönd!

Ideális létszám: 10+ fő

## **Egyszerre**

A két egymással szemben álló játékosnak, mindenféle verbális kommunikáció nélkül, szemkontaktust használva, egyszerre kell leülni az előre odakészített székekre vagy az asztalra.

Ideális létszám: bármennyi

## **Mozgósobor**

A játékosok párokat alkotnak. A pár egyik fele beáll egy pózba, egy szobrot imitálva, majd a másik játékos kiegészíti ezt a szobrot és ő is kővé válik. Ekkor az első játékosnak kell átmozognia és alkalmazkodnia a társához, és az előzőtől eltérő páros szobrot kell képeznie. A játék addig meg, míg a játékvezető félbe nem szakítja.

Ideális létszám: bármennyi



## **Időjárás**

A csoportot hármás kis csoportokra bontjuk, egyikőjük hasra fekszik a másik kettő mellé térdel. Minden időjárás elemhez társítunk egy mozdulatot (pl. napsütés: lágyan végig simítjuk a fekvő testét, eső: végig zongorázzuk). Ezek után a játékvezető elmond egy rövid időjárás-jelentést, és a két térdelő ennek megfelelően masszírozza a fekvőt, majd cserélnek és kezdődik az egész előlről.

Ideális létszám: 10+ fő

## **STOP!**

A csoport egymás mögé áll és megkérjük az első embert, hogy indítson el egy mozdulatsort, de mikor a játékvezető kimondja, hogy Stop! Megállítja. A mögötte álló felveszi az utolsó mozdulatot és folytatja a következő Stopig.

Ideális létszám: 15 fő

## **Őrjáték**

Az őr furcsán lát, csak a mozgást érzékeli, az álló alakokat nem veszi észre. A terem egyik falánál áll, háttal a szemben lévő falnál egy vonalban felsorakozott társainak-ők a városlakók. Az őr és a városlakók között vonalban lerakva található a városlakók értéktárgyai (pl. toll, szemüvegtok, radír) ezeket kell megszerezni az őrtől. Amikor az őr visszafordul, mindenkinek meg kell merevednie. Akit mozogni lát az őr, visszaküldheti az alapvonalra. Az őr bármikor - lehetőleg kiszámíthatatlan ritmusban fordul hátra. Az értéktárgyat nem csak megszerezni kell, hanem az alapvonalon túlra vissza is kell juttatni, ha valakit az őr értéktárggyal a kezében lát meg, az köteles a kincset letéve visszamenni az alapvonalra.

Ideális létszám: 15 fő

## **Arc**

Körben állnak a résztvevők. A játékvezető felszólítására mindenki megnézi a szomszédjait, majd tapsra mindenki valamelyik szomszédja felé fordul. Aki tarkót lát, kiesik, aki arcot, bent marad. Addig megy a játék, míg csak egy páros marad. Célszerű a kört többször variálni, hogy ne kerülhessenek egymás mellé összeszokott párok.

Ideális létszám: 15+fő

# Időtöltő játékok

## Találd ki, kézbecsapós

Körbe állunk, egy valaki a kör közepére áll, kirakja oldalra a bal kezét, a jobb kezével pedig eltakarja a szemét jobb oldalról. Ezután elkezd az óramutató járásával ellentétesen körbe menni. Ha valaki belecsap a tenyerébe balrafelé megfordul és megpróbálja kitalálni, ki csapott bele. Ha eltalálja szerepcsere van, ha nem, megy tovább.

Ideális létszám: 6-15 fő

## Közös számolás

A játék célja, hogy közösen elszámoljunk valameddig, mondjuk 15-ig. Fontos, hogy egyszerre csak egy ember mondhat egy számot, és nem szabad megbeszélni előre, ki mit fog mondani. Ha két játékos egyszerre mondja ugyanazt a számot, akkor a számolást újra kell kezdeni.

Ideális létszám: 10-20 fő

## Mániákus család

A játékosok körbe ülnek. Egy embert kiválasztunk, és hallótávolságon kívülre félreküldjük. Ezután a többiek kitalálnak egy szokást, amit a játék során csinálni fognak. Például minden mondatot „H”-val kezdenek, vagy ha elhangzik egy adott szó (pl. autó), megvakarják a fejüket. Ha megvan a szokás visszahívjuk a félreküldött játékost, akinek az lesz a feladata, hogy kitalálja a mániát. Ha ez sikerül neki, akkor szerepcsere történik, és új szokással folytatódik a játék.

Ideális létszám: 10-20 fő

## Japán foci

- Kellék: Labda

Körbe állunk úgy, hogy mindenki terpeszben áll, és a lábfejeink összeérnek. A játék lényege, hogy átgurítsuk a kezeink segítségével a labdát a másik lába között. A játék elején mindenki mind a két kezét használhatja védekezésre, illetve gurításra. Azonban, ha valakinek átgurították a lába között a labdát, akkor nehezítés jár. Első átgurítás után fél kézzel folytathatja a játékot, a másik kezét hátra kell raknia. A második átgurításnál meg kell fordulnia, és háttal kell folytatnia a játékot, viszont ismét mindkét kezét használhatja. Ha megint átgurítják a labdát

háttal, fél kézzel játszhat tovább. Ha negyedszer is átmegy a lába között a labda, akkor sajnos kiesett.

Ideális létszám: 6-15 fő

## **Szósúgó**

Körbe állunk. A tőled jobbra állónak súgsz egy tárgyat, a balra állónak pedig egy cselekvést. Ezután körbemegyünk, és mindenki elmondja, mit kapott. Pl. „Én kredencsel vágok füvet” vagy „Kormos virslivel palacsintát sütök”.

Ideális létszám: 6-20 fő

## **Harcipuszi**

Influenzaszezonban vagy visszafogottabb társaságoknál lehet harci pacsit is játszani, de ha tehetjük, próbáljuk meg tényleg puszival, mert azzal a legfeloldóbb, legszórakoztatóbb a látvány ill. a játék is. A játék egyszerű: körben ülnek a játékosok, középen egy széken ül a király. Minden játékosnak (a királynak is) van egy száma, 15 gyereknél pl. 1-15-ig megkapják a számokat sorban. A király két számot mond hangosan: az első számmal kijelöli a testőrét, a másodikkal a támadóját. A támadó dolga, hogy megpuszilja a királyt, ezzel letaszítva trónjáról, a testőr dolga, hogy semlegesítse a támadást, vagyis megpuszilja a támadót. Akinek előbb csattan el a puszija a célszemély bármely testrészén, annak az akciója sikerült.

Ideális létszám: 15-25 fő

## **Kinevetős**

Egymással szemben helyezkedik el a két csapat. Az egyik a komolyak csapata. Nekik nem szabad nevetniük, még csak mosolyogniuk sem. A másik a vidámok csapata, az ő feladatuk, hogy a komolyakat megneveztessék. Ennek érdekében a jó ízlés határain belül, a másik csapat játékosainak megérintését kivéve, minden eszközt igénybe vehetnek. Aki a komolyak közül elnevette magát, kiáll a sorból. Ha a komolyak valamennyien elnevezték magukat, akkor a vidámok győztek, ha meghatározott idő (pl. 10 perc) elteltével is talpon vannak a komolyak, akkor ők a győztesek. Ezután csere: a vidámoknak hirtelen meg kell komolyodniuk és a korábbi komoly csapat lesz a nevetető. Versenyszerűen is játszható: melyik csapatnak sikerül előbb megnevetetni a másik csapat minden tagját, ehhez mérni kell az időt is.

Ideális létszám: 10+ fő

## **Postás**

Körben ülünk és egymás kezét fogjuk. Egyikünk beáll a kör közepére, és az ülőket figyeli. A játék lényege: a bent állóknak el kell "kapnia" azon leveleket, melyeket a társaság tagjai egymásnak küldenek. A levelet a szomszéd kezének megszorításával adjuk tovább. A mindenkori feladónak meg kell neveznie a címzettet is, ha ő megkapta a küldeményt, ezt szóban is jeleznie kell. Ezek után ő lesz a feladó, ő küldhet levelet. Ha az őrnek sikerül a levelet út közben elkapnia, akkor az azt éppen átadóval cserél helyet, és tőle indulhat a következő levél.

Ideális létszám: 15-25 fő

## **Távirat**

A játékosok egyenlő létszámú csoportokat alkotva felállnak a szoba négy sarkába. Az egyik csapat lesz a táviratfeladó, a vele átlósan szemben lévő a táviratfelvevő társaság. Egy három-négy mondatos, lehetőleg nem túl egyszerű szöveget kell a feladóknak meghatározott idő (3 perc) alatt átkiabálniuk a túoldalra úgy, hogy azt a felvevő csapat megértse, és meg tudja jegyezni. A két maradék csapat feladata a távirat-kézbesítés (fülbesítés) megakadályozása. Olyan hangzavart kell csapniuk, hogy a leadást sikerüljön megakadályozniuk. Ha átjutott a távirat, akkor a feladók és a felvevők, ha nem, akkor a zavarók a győztesek. A következő játékra cseréljük fel a szerepeket!

Ideális létszám: 10-20 fő

## **Pletyka**

Valaki elindít egy mondatot (ez lehet vicc, szokványos mondat, egyéb agyrém), és azt a mellette ülő fülébe súgja. Ő amilyen gyorsan csak tudja, továbbadja, amit hallott, és így terjed a "hír" a csoportban tovább. Az utolsót megkérjük, hogy hangosan mondja el, mi jutott el hozzá. (Ritkán szokott egyezni a kiindulási mondattal.) Nehezíti a játékot, ha a többiek beszélgetnek.

Ideális létszám: 15+ fő

## **Karmester**

Egy embert kiküldünk, és ezután kiválasztunk magunk közül egy karmestert. Miután társunkat visszahívtuk, a karmester irányításával mindenki egyforma mozdulatokat tesz, lehetőleg úgy, hogy ne lehessen észrevenni, ki vezényel bennünket. A kiküldött játékos feladata kitalálni, hogy ki közülünk a karmester.

Ideális létszám: 10-20 fő

## Alszik a város

A játékosok körben ülnek, a játékvezető pedig a kör külső részén mozog. Ő irányítja a játékot. Amikor azt mondja: „Elalszik a város” a játékosoknak le kell hajtani a fejüket és becsukni a szemüket. Ezt addig kell tartaniuk, amíg a játékvezető azt nem mondja, hogy „Felkel a város”. Ez minden játékosra érvényes.

Az első körben kiválasztja a szereplőket a következőképpen:

A játékvezető elaltatja a várost, eközben érintéssel ki tudja jelölni a gyilkost, aki a játék főszereplője lesz. Továbbá a jótündért és a seriffet is. Megérinti a vállukat, így a játékosok felveszik a szerepüket. Viszont a játékosok szerepét rajta és a játékvezetőn kívül senki nem tudhatja (tehát nem egyszerre, hanem egymás után „ébreszti fel” őket).

- A gyilkosnak a célja, hogy eltegye láb alól az embereket.
- A jótündér megakadályozza, hogy a gyilkos eltegye láb alól az embereket.
- A seriff pedig tudomást szerezhet a vezér kilétéről.

A játékvezető mindig mondja, hogy milyen esemény következik, hogy a játékosok tudják követni. Tehát „elalszik a város” (játékosok becsukják a szemüket) után „most kiválasztom a vezért/jótündért/seriffet” (váll érintése), „felkel a gyilkos/jótündér/seriff” (kinyitja a szemét és rámutathat valakire), „visszaalszik a gyilkos/jótündér/seriff” (újra becsukja a szemét), „felkel a város” (mindenki kinyitja a szemét). Fontos a sorrend, tehát először mindig a gyilkost ébresztjük fel (addig a többiek alszanak), majd ő visszaalszik, jöhet a jótündér, ő is elalszik, miután elvégzi a feladatát, végül pedig a seriff. Ez az első kör.

A gyilkos tehát minden éjszaka rámutathat valakire, akit eltenne láb alól. A jótündér rámutat arra, akit meg akar menteni. A seriff pedig arra, akire kíváncsi, hogy vajon ő-e a gyilkos?

Ha a gyilkos rámutat valakire, és a jótündér is ugyanarra a gyerekre mutat, akkor őt nem sikerült megölnie. Ha viszont másra mutatnak, akkor nem mentette meg, így az adott gyermek kiesett és a játék folyamán maradhat nézelődő, viszont nem szólalhat meg, nem segítheti a többieket!

A seriff rámutat valakire, a játékvezetőnek pedig meg kell mondania, hogy ő a vezér, vagy sem.

Minden kör végén a játékosok (ébredésük után) megvitathatják, hogy kire tippelnek, és egyöntetűen dönthetnek, kit szavazzanak ki, kit gondolnak gyilkosnak, akit börtönbe kell zárnuk. A seriff ekkor segíthet a legtöbbit a játékosoknak, viszont óvatosan kell ezt tennie, nem biztos, hogy az a legjobb taktika, ha felfedi magát, mert könnyen célponttá válhat.

Minden kör végén a játékvezető elmondja, hogy mi történt az éjszaka alatt például Julcsit lekasabolta a gyilkos vagy Julcsit megmentette a jótündér. Ezek alapján lehet támpontot adni a játékosoknak, akiknek céljuk megállítani a gyilkost.

Nehezítésképp a játékot lehet úgy játszani, hogy a játékvezetőnek figyelnie kell, hogy ha esetleg valamelyik szereplő (pl.: seriff) kiesett a játékból, ugyanúgy kell tennie, mintha még játszana, tehát meg kell kérnie, hogy ébredjen fel és tevékenykedjen, ezzel is izgalmasabbá téve a játékot.

Lezárjuk a játékot, ha kiderült, ki az éjszaka gyilkosa, vagy amikor a már mindenkivel végzett.

Bármilyen más kreatív szerepet is ki lehet találni, a játéknak nagyon sokféle változata létezik.

Ideális létszám: 10-20 fő

# Feszültségoldó játékok

## Vadkörte

Felállunk egy sorba, 3-ra elkezdünk rohanni, és közben a körte szót kiáltjuk. Addig futunk, amíg van levegőnk.

Ideális létszám: bármennyi

## Pli Pli

A játékosok körben állnak, a játékot irányító pedig a kör közepére áll. Megbeszélte dallamra elkezd énekelni a pli pli dalt, melynek szövege csak pli-kből áll. A dalocska éneklése közben a belső köríven kocog körbe. Amikor a szöveg végére ér ráüvölt arra a kívül álló játékosra, akinél megállt a szöveg végénél, válaszul a kívül álló visszaüvölt, majd beáll a játékot irányító mögé. Mostmár ketten éneklük a dalocskát, mikor a dal végére érnek, a játékot irányító az előző körhöz hasonlóan ráüvölt a külső körben állóra, majd miután az visszaüvöltött, az üvöltést továbbadja hátrafelé, ami egészen a sor végéig eljut. A sor végén álló az égbekiállt. A játék addig megy, míg van a külső körben játékos.

Ideális létszám: 5-15 fő

## Huss

A játékosok kört alkotnak, és a játékot vezető elindítja a hullámot az egyik irányba. Ennek módja a **Huss!** felkiáltás, valamint az adott irányba történő legyintés. A kapott hullámot Hussal továbbadják a játékosok. A játékosok dönthetnek úgy, hogy megállítják a hullámot, ehhez a tenyerükkel kell jelezniük annak, akitől jön a hullám, és **Állj!**t kell kiáltani. Ezután a hullám visszafordul, és elindul a másik irányba. A játékos dönthet úgy is, hogy azt kiabálja, hogy **Rámpa!** ekkor a hullám a következő játékost kihagyva halad tovább, ezt a folyamatot is egy kézmozdulattal jelezzük a felkiáltás mellett. A játékos kiabálhatja azt is, hogy **Alagút!**. Ekkor a menetiránnyal megegyező irányba fordul, és terpeszbe ugrik, és az őt követő két játékos is így tesz. A hullám a harmadik játékostól folytatódik. A játékos úgy is dönthet, hogy Pao!-t kiált, ekkor egy másik játékosra kell mutatnia, akitől folytatódik majd tetszőleges irányba a játék. A játékhoz még sok különböző szabályt találhatunk ki, ügyeljünk arra, hogy a szabályokat fokozatosan vezessük be!

Ideális létszám: 10-30 fő

## Vonatozás

A játékosok körben állnak, és a két mutató ujjukkal egy egy sorompót szimbolizálnak. Alaphelyzetben a sorompó nyitva van, ezért az autók ét tudnak rajta menni, ilyenkor a játékosoknak dinamikusan **vrum-vrum** hangokat kell kiadniuk. Amikor a szomszédos játékos sorompója lezárul, akkor elkezdjük a miénket is lecsukni, hangos **ding-ding** rigmusokkal egybekötve. Amikor a szomszédos játékosnál elkezd felnyílni a sorompó, akkor ért a vonat a miénkhez, ezért lezárjuk a sorompót és **shu-shuval** jelezzük a többieknek, hogy most itt egy vonat halad el. Ha elhaladt a vonatunk, felnyitjuk a sorompót, majd ha a szomszédunknál is elhaladt, nyitva is tartjuk azt. Figyeljünk arra a játéknál, hogy több vonatot is indítsunk, különösen nagyobb létszámú csoportnál, de ezek ugyan abba az irányba haladjanak.

Ideális létszám: 15-30 fő

## Hósíhó

A játékosok kört alkotnak, és két tenyerüket összeillesztik és ajáték alatt végig így tartják. A játék akkor indul, amikor a magyarázó a tenyerét összeillesztve "rámutat" valakire, és felkiált, hogy **Hó!**. Akire rámutatott, felemeli a feje felé a két kezét, és felkiált, hogy **Hó!**. Erre a szomszédok úgy reagálnak, hogy kaszaboló mozdulattal a játékos felé, egyszerre felkiáltanak, hogy **Shí!**. Innentől kezdve a körfolyamat újraindul, akit a szomszédok lekaszabolnak, az fog valakire rámutatni, és felkiáltani, hogy **Hó!**. Játékvezetőként figyeljünk arra, hogy tartsunk a ritmust, és ne lassuljon le a játék.

Ideális létszám: 10-30 fő