**PÓŹNA ADOLESCENCJA**

**Ja, czyli kto?**

Każdy zapisuje na kartce drukowanymi literami swoje imię (pionowo, po jednej literze w linijce). Później   
w każdej linijce dopisuje coś o sobie, np. wyraz, który określa jego charakter, zainteresowania, ulubioną potrawę, muzykę lub serial. Ale mogą to również być swobodne skojarzenia, myśli na swój temat, marzenia itp. Ważne, aby (pierwsze) słowo zaczynało się na zapisaną w danej linijce literę.

**Spotkajmy się**

Autoprezentacja – każdy przypina (przykleja) sobie kartki do ubrania na wysokości wzroku i wszyscy spacerują po sali. Na dany znak zatrzymują się. Uczestnicy przedstawiają się osobie stojącej najbliżej. Pokazują swoją kartkę i krótko mówią o sobie. Słuchający może także zadawać pytania. Po minucie zamieniają się rolami. Ćwiczenie należy powtórzyć 5 razy (czyli każdy poznaje pięć osób).

Refleksja – uczestnicy dzielą się wrażeniami:

* Czy łatwo było rozmawiać z nieznajomymi i opowiadać im o sobie?
* Jakie informacje zazwyczaj podajemy przy pierwszym spotkaniu? Dlaczego?

**Gwiazda**

Uczestnicy siadają w kręgu, a prowadzący w środku. Kolejne osoby zadają osobie w środku po jednym pytaniu. Celem jest poznanie go.

Podsumowanie:

Test pamięci – prowadzący podaje informacje o uczniach, które zanotował w trakcie zajęć (np. Piotr ma trzy psy) i odczytuje je, a klasa zgaduje, o kim mowa.

**Możliwości**

**Przygotowanie**: Dzielimy grupę na kilka drużyn. Każda z drużyn otrzymuje jeden inny przedmiot.

**Zadanie:** Zadaniem drużyny jest wymyślenie jak największej liczby możliwych zastosowań danego przedmiotu. Im kreatywniej tym lepiej, ale każde zastosowanie powinno być uzasadnione. Po krótkim czasie przygotowań drużyny po kolei przedstawiają w formie kalamburów (pokazują bez użycia słów) wymyślone przez siebie zastosowania. Zadaniem pozostałych ekipy jest odgadnięcie danego zastosowania. Można realizować tę grę tylko dla zabawy lub na zasadzie rywalizacji, wtedy np. każde odgadnięcie to punkt dla drużyny, która pokazuje   
i dla ekipy która zgadła.

## Łuuup

**Przygotowanie:** Uczestnicy stają w kole twarzą do siebie. Przykładają do oczu dłonie tak jakby to była lornetka. Ważne jest by nie odrywali dłoni od twarzy, co ogranicza widzenie na boki.

**Zadanie:** Zabawę rozpoczyna losowo wybrana osoba. Gdy wykona krótki ruch prawej dłoni oddalający   
i powracający do oka i wyda jednocześnie krótki dźwięk ,,łup!” to kolejka przechodzi do pierwszej osoby po jej prawej stronie.

Ale teraz uwaga!

Jeżeli zrobi **długi** ruch oddalający i potem powracający wraz z synchronizowanym i analogicznie dłuższym dźwiękiem ,,łuuuuup!” to kolejka przesuwa się **do drugiej osoby po prawej**. Jeżeli wykona dany ruch lewą dłonią, to analogicznie kolejka przejdzie na pierwszą lub drugą osobę po jej lewej stronie.

Ważne jest, by wszystko działo się możliwie jak najszybciej. Dźwięk ,,łuup” i tempo przekręcania głów przez uczestników są komiczne i każdy z pewnością  na długo zapamięta tę zabawę. Istotne jest jednak by dobrze wyjaśnić te dosyć absurdalne zasady zabawy.

## Węzeł gordyjski

**Przygotowanie:** Jest to „legendarny klasyk” wśród zabaw integracyjnych z elementami team buildingu. Uczestnicy ustawiają się w kole zachowując niewielka odległość pomiędzy sobą.

**Zadanie:** Wszyscy zamykają oczy, po czym wyciągają przed siebie prawą rękę. Powoli zbliżają się do siebie   
z zamkniętymi oczami i łapią pierwszą napotkaną dłoń.

Następnie otwierają oczy i łapią drugą ręką dłoń innej osoby, z którą nie są jeszcze złączeni. Gdy wszyscy uczestnicy zostaną połączeni można zauważyć, że utworzyli solidny węzeł ze swoich rąk i ciał.

Zadaniem grupy jest rozwiązanie tego supła i ustawienie się w „rozplątanym” kręgu. Podstawową zasadą jest zakaz puszczania złapanych wcześniej rąk. Można za to obracać się, kucać, przechodzić pod i nad ramionami tak jak podpowiada wyobraźnia.

**Liczba graczy:** Zabawa przeznaczona jest dla 5-16 uczestników na jeden węzeł.

## Tratwa

**Przygotowanie:** Grupa zbiera się na przygotowanym kocu „tratwie”.

**Zadanie:** Gracze „wyruszyli” w daleki rejs po oceanie, więc nikt nie może z tratwy wypaść lub jej opuścić. Zadaniem grupy jest przewrócenie koca na drugą stronę bez użycia rąk.