

**Witam Was serdecznie.  
Przesyłam mnóstwo  
promyków słońca.**



**Dzisiaj poznacie  
zabawy  
z różnych stron świata.**

ZABAWY Z  
RÓZNYCH  
STRON  
ŚWIATA

---

# Rangoli

**Liczba uczestników:**  
nieograniczona

**Materiały:**  
to, co znajdziecie w przyrodzie

W parku czy w lesie możemy wykonać wzór przypominający tworzone w Indiach rangoli. Jest to forma sztuki praktykowana zazwyczaj przez kobiety i dzieci w Indiach czy Pakistanie. Polega na układaniu na ziemi przeróżnych wzorów oraz wypełnianiu ich wielobarwnymi, drobnymi elementami. Tradycyjnie do rangoli używa się barwionych ziaren zbóż i ryżu, piasku czy płatków kwiatów, ale nie musimy się ograniczać do wymienionych elementów. Najlepiej jest wykorzystać to, co można zdobyć na miejscu bez szkody dla środowiska. Przydadzą się suche szyszki, opadłe owoce, jesienne liście, piasek, albo osypujące się płatki przekwitających krzewów. Przed wykonaniem rangoli zastanów się dobrze, co chcesz stworzyć? Wybór może być dowolny: geometryczne kształty, symetryczny kwiat, a może motyw zwierzęcy? Ogranicza cię jedynie wyobraźnia.



## Dzara-badrih

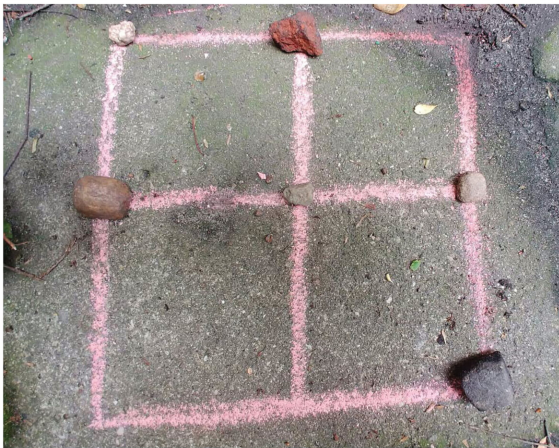
### Liczba uczestników:

2 osoby (przy większej liczbie osób tworzymy pary)

### Materiały:

zestaw trzech kamieni/szyszek/patyczków dla każdego gracza

Kolejna gra strategiczna z rodzaju „kółko i krzyżyk”, tym razem z Somalii. *Dzara-badrih* jest bardzo podobna do nigeryjskiej *dara*. Każdy gracz otrzymuje trzy kamienie (zastawy muszą różnić się od siebie wielkością, kształtem lub kolorem). Pole do gry stanowić będzie kwadrat z trzech pionowych i trzech poziomych linii, tak jak to przedstawiono na poniższym zdjęciu.



Gracze mogą układać swoje kamienie jedynie w punktach styku linii i podobnie jak w *dara*, po wykorzystaniu wszystkich trzech, w następnych ruchach zaczynają je przekładać. Niestety ruch jest bardzo ograniczony, gdyż kamienie można przesuwac jedynie wzdłuż linii i tylko wtedy, gdy sąsiednie pole jest wolne. Celem rozgrywki jest oczywiście ułożenie swoich kamieni w jednej linii.

# Pilolo

**Liczba uczestników:**

5-25 osób

**Materiały:**

kilka charakterystycznych, drobnych przedmiotów do schowania, linka

Jest to tradycyjna gra ruchowa, w którą bawią się dzieci z Ghany. Jej atutem jest fakt, że zagrać można właściwie wszędzie. Potrzeba jedynie kilku drobnych przedmiotów (znalezionych w okolicy charakterystycznych pałyków, kamieni, szyszek, ważne, by odróżniały się od innych przedmiotów znajdujących się na obszarze gry) oraz linii startu, którą może być zarówno ułożona na ziemi linka, jak i kawałek prostego kija. Można ją też narysować na piasku.

Zasady są bardzo proste. Na początku spośród uczestników wybiera się szefa. Będzie miał za zadanie ukrywać przedmioty i decydować, kto pierwszy zakończy wyścig. Szef zmienia się po każdej rundzie. Po dokonaniu wyboru reszta uczestników ustawia się na linii startu, tyłem do szefa, a ten ukrywa przedmioty. Kiedy skończy, prosi, by wszyscy odwrócili się przodem do obszaru gry i na wyraźny znak rozpoczęli poszukiwania. Rundę wygrywa ten, kto pierwszy znajdzie któryś z przedmiotów i dobiegnie z nim na linię startu.



# Dara

## Liczba uczestników:

2 osoby (przy większej liczbie osób tworzymy pary)

## Materiały:

zestaw trzech kamieni/szyszek/patyczków dla każdego gracza

Kto z nas nie zna gry w „kółko i krzyżyk”? Nie każdy jednak wie, że wymyślona została przez starożytnych Egipcjan. Polska jest jednym z wielu krajów na świecie, w których gra cieszy się wielką popularnością. W bardzo ciekawej, terenowej wersji jest znana w Nigerii, gdzie nazwano ją dara. Nie potrzebujemy kartki, ani niczego do pisania. Na początek przygotowujemy pole do gry, kopiąc dziewięć płytkich dołków, ułożonych w trzech rzędach po trzy (można też narysować patykiem na piasku planszę, jak do „kółka i krzyżyka” lub ułożyć kratkę z czterech trzcinek czy patyków). Następnie jeden z graczy otrzymuje trzy kamienie, a drugi trzy patyki (albo oboje po trzy kamienie różniące się barwą). Na zmianę umieszczają po jednym przedmiocie w wybranych polach, usiłując ułożyć wszystkie trzy w jednej linii, uniemożliwiając jednocześnie zrobienie tego samego przeciwnikowi. Kiedy położą już wszystkie trzy przedmioty, w następnej kolejce przekładają dowolny z nich na inne pole, aż któremuś uda się utworzyć linię. Zwycięzca rozpoczyna grę w następnej rundzie.



# Mbube! Mbube!

**Liczba uczestników:**

12-25 osób

**Materiały:**

opaska na oczy

Zabawa pochodząca z obszaru Republiki Południowej Afryki. W języku zulu mbube oznacza „lew”. Uczestnicy wybierają dwie osoby, wokół których formują krąg. Jedna z wytypowanych osób zostanie lwem, a druga antylopą. Obu zawiązuje się oczy przepaską. Zadaniem lwa jest złapać (dotknąć) antylopę, która oczywiście stara się mu uciec. Gdy lew zbliża się do antylopy, dzieci tworzące krąg, wołają: „mbube! mbube!”. Powinny krzyczeć tym głośniejsze, im bliżej jest drapieżnik. Gdy ten traci trop, okrzyki cichną. Jeśli lew lub antylopa zbliżają się do którejś z osób stojących w kręgu, ta mówi „stój”, informując o swojej obecności. Wówczas osoba z zawiązanymi oczami wie, że musi zawrócić. Poziom trudności można modyfikować powiększając lub pomniejszając krąg.



---

## Zapatero

**Liczba uczestników:**

2 osoby (przy większej liczbie osób tworzymy pary)

**Materiały:**

mały kamień

Gra wywodząca się najprawdopodobniej z Meksyku, znana także w Ameryce Północnej oraz Ameryce Południowej. Potrzeba do niej tylko jednego, niewielkiego kamienia, pełniącego rolę tytułowego „szewca”, bo to właśnie oznacza wyraz *zapatero*.

Grają dwie osoby. Jedna z nich chowa kamień w jednej dłoni, po czym porusza obiema pięściami w górę i w dół, wypowiadając przy tym pytanie: „Gdzie mieszka szewc, na dole czy na górze?”. Po tym pytaniu układa jedną pięść na drugiej i czeka na odpowiedź. Gdy drugi gracz zdecyduje, czy kamień jest na dole czy na górze, osoba trzymająca kamień otwiera wskazaną dłoń. Jeśli wypadnie z niej kamień, gracze zamieniają się rolami.





## Al saqlah

**Liczba uczestników:**

2-10 osób (przy większej liczbie tworzymy grupy)

**Materiały:**

niewielki kamyk i kilkanaście podobnej wielkości innych przedmiotów (np. kasztanów)

To gra, w której tradycyjnie w Zjednoczonych Emiratach Arabskich brały udział jedynie dziewczynki. Siadały wkoło, a w środku kopały płytki dołek, do którego wkładały kilka lub kilkanaście drobnych kamyków lub muszelek (można je zastąpić tym, co aktualnie mamy pod ręką – np. kasztanami). Następnie jedna z nich brała tak zwany „klucz”, czyli kamień, który musiała podrzucić i złapać tą samą ręką. W tym czasie starała się zabrać z dolka jak najwięcej przedmiotów. Czynność tę trzeba powtórzać do czasu, aż jeden z graczy nie zdola złapać kamienia. Jeśli tak się stanie, musi zwrócić wszystkie przedmioty wyjęte podczas danego rzutu i przekazać klucz kolejnej grającej/grającemu.



# Kurukuru

**Liczba uczestników:**

2-10 osób

**Materiały:**

łodygi trzciny o długości 50-70 cm w liczbie odpowiadającej liczbie uczestników

Zabawa ćwicząca celność pochodzi z Papui-Nowej Gwinei. *Kurukuru* jest nazwą wysokiego gatunku trawy rosnącej na wyspie, często wykorzystywanej w tej zabawie. W naszej strefie klimatycznej najlepiej zastąpi ją sucha łodyga trzciny. Należy wyciąć odpowiednią ilość mniej więcej metrowej długości trzciniek (po jednej na uczestnika) i znaleźć przedmiot, który zostanie naszym celem. Po ustaleniu kolejności, uczestnicy usiłują trafić w cel, rzucając trzcinią tak jak włócznią. Oczywiście nie musimy jej ostrzyć, jeśli wydaje nam się to zbyt niebezpieczne. Przede wszystkim ważne jest, aby ustalić wcześniej reguły bezpieczeństwa i respektować je (rzucamy pojedynczo i tylko w wybranym kierunku, nikt nie może znajdować się na linii rzutu). Po każdym trafieniu dolicza się jeden punkt, a gdy wszyscy uczestnicy skończą swoją kolejkę, przedmiot oddalamy. Przesuwamy go coraz dalej, aż do momentu, gdy nikt nie będzie w stanie osiągnąć celu.



# Mamba

**Liczba uczestników:**

5-25 osób

**Materiały:**

długa lina lub cokolwiek do zaznaczenia obszaru gry

Zabawa ruchowa z Republiki Południowej Afryki. Na początku zaznaczamy na ziemi kwadrat o boku 10-15 metrów (dziesięć metrów jest wystarczające dla maksymalnie dwudziestu osób, przy liczniejszej grupie potrzeba więcej przestrzeni). Będzie to pole gry, którego nie można opuścić. Jedna osoba zostaje Mambą, która ma za zadanie łapać pozostałych uczestników. Pierwszy złapany ustawia się za goniącym, kładąc mu dłonie na ramionach i staje się w ten sposób częścią Mamby. Kolejne złapane osoby przyłączają się, wydłużając węża. Mamba może się poruszać jedynie, gdy wszystkie tworzące ją osoby są ze sobą połączone, w przeciwnym razie krzyczy się „stop” i zatrzymuje ją do czasu ponownego połączenia się. Łapać rękami może jedynie pierwsza osoba w całym szeregu, ale pozostałe, tworzące ogon, mogą chwytać uciekających, owijając się wokół nich jak wąż i odcinając im drogę ucieczki. W następnej turze Mambą zostaje osoba, która najdłużej uniknęła schwymania. Jak widać zabawa ta ludzaco przypomina znanego wszystkim z telefonów i innych sprzętów „węża”. Kto wie, czy nie była inspiracją do stworzenia wersji elektronicznej?



## Szczęśliwe patyczki

**Liczba uczestników:**

2-10 osób

**Materiały:**

3 połówki rozpolowionych patyczków

Do tej egipskiej gry potrzeba trzech, mniej więcej dwudziestocentymetrowych patyczków. Każdy z nich rozszczepiamy na pół, otrzymując w efekcie pałeczki z jednej strony obte, z drugiej płaskie. Gracze rzucają według ustalonej wcześniej kolejności trzema pałeczkami. Za każdym razem, gdy któraś upadnie płaską stroną do góry, gracz zdobywa punkt. Wygrywa oczywiście ten, kto zbiera ich najwięcej.

Grę można urozmaicić, kolorując płaskie części na różne barwy. W tym wypadku zielony kolor może oznaczać trzy punkty, żółty dwa, a czerwony tylko jeden. Można także wyznaczyć niedużą powierzchnię, w której rzucona pałeczka musi się zmieścić, aby punkty były ważne.



## Pstrykane wyścigi

**Liczba uczestników:**

2-10 osób

**Materiały:**

tyłe orzechów, kasztanów, żołądzi lub innych lekkich przedmiotów, ilu jest zawodników

Kolejna zabawa, w którą grają dzieci z Egiptu. Najpierw należy zgromadzić małe, lekkie przedmioty, czyli drobne kamyczki, muszelki lub orzechy. W dalszej kolejności przygotowuje się tor, po którym będziemy je przemieszczać. W najprostszej wersji są to dwie proste, równoległe linie. Po zdobyciu pewnego doświadczenia można tworzyć bardziej skomplikowane tory z przeszkodami, albo tory przypominające labirynty.

Po zakończeniu przygotowań czas na rozpoczęcie wyścigu. Każdy z graczy ma taką samą liczbę pstryknięć w swoim ruchu. Załóżmy, że będą to trzy pstryknięcia. Gracz wykonuje je po kolei, starając się przemieścić w ten sposób swojego „zawodnika” jak najdalej. Należy uważać, by zawodnik nie wypadł z toru. Jeśli tak się stanie, gracz musi wrócić na miejsce, z którego rozpoczął daną turę. Wyścig wygrywa ten, kto pierwszy zdoła dotrzeć do mety.



# Koussir

**Liczba uczestników:**

2 do 25 osób (jeśli gra więcej niż 10 osób, warto utworzyć dwie grupy)

**Materiały:**

około dwudziestocentymetrowy patyk dla każdego gracza

W tę tunezyjską zabawę bez problemu można zagrać na wycieczce w lesie. Każde dziecko, które weźmie w niej udział, musi znaleźć niedługi patyk (mniej więcej o długości 20 centymetrów). Jeśli grają jedynie dwie lub trzy osoby, można ustalić, że zbieramy po trzy patyki, aby gra nie skończyła się zbyt szybko.

Patyki układamy na ziemi równoległe do siebie, co 15-20 centymetrów, tak jakby były szczelkami w leżącej drabinie. Ustalamy kolejność i według niej zaczynamy skakać. Skaczemy tylko na jednej nodze, w taki sposób, aby stopa mieściła się między patyczkami (trzeba ustawić się bokiem do kierunku ruchu!). Jeśli komuś uda się przeskoczyć po kolei wszystkie patyki, nie dotykając żadnego z nich, ani nie podpierając się podgiętą nogą, zabiera sobie jeden patyczek, po czym zaczyna grać kolejna osoba.

W momencie, kiedy zostanie tylko jeden patyczek, wbija się go w ziemię i z ustalonej odległości każdy usiłuje trafić w niego zdobytymi wcześniej kijkami. Wygrywa ten, kto uzyska najwięcej trafień.



# Kabaddi

## Liczba uczestników:

10-30 osób

## Materiały:

lina lub cokolwiek do wyznaczenia pola

Jest to zabawa, w którą grają dzieci w Indiach. Wyznaczamy duży kwadrat (taki, aby uczestnicy byli w stanie rozstawić się w nim, zachowując pomiędzy sobą odległość dwóch metrów). Dzielimy kwadrat na pół. Tworzymy dwa zespoły, po czym każdy z nich zajmuje jedną połowę kwadratu. Wybrana osoba z jednej drużyny wbiega na teren drugiej z przeciągłym okrzykiem „Kaabaaddiii” i usiłuje dotknąć jak największą liczbę przeciwników, zanim skończy jej się powietrze w płucach. Nim skończy okrzyk, musi znaleźć się z powrotem na swojej połowie kwadratu. Jeżeli jej się uda, wówczas wszyscy dotknięci opuszczają pole i czekają na zakończenie rozgrywki, jeśli nie – nadal biorą udział w grze. Następnie przychodzi kolej na drużynę przeciwną. Gra toczy się do momentu, aż na terenie jednej z drużyn nie zostanie ani jedna osoba.



# Wiruj w koło

## Liczba uczestników:

2-10 osób (przy większej liczbie osób tworzymy grupy)

## Materiały:

piłka

Gra wywodzi się z Syrii, a wystarczy do niej piłka i kawałek płaskiego terenu. Dzieci ustalają kolejność, według której podchodzą do piłki i zaczynają ją odbijać od ziemi. Cała trudność polega na tym, że w trakcie każdego odbicia, trzeba zrobić pełen obrót i złapać piłkę. Powtarzamy tę czynność tak długo, aż nie uda nam się jej schwycić. Wygrywa ten, kto wykona najwięcej prawidłowych odbić. Jeśli nie chcemy zbyt wcześnie stracić równowagi, warto przy każdym odbiciu zmieniać kierunek obrotu. W przeciwnym razie bardzo szybko zakręci nam się w głowie i nie będziemy w stanie złapać piłki.





## Kopnij i złap

**Liczba uczestników:**

10-30 osób

**Materiały:**

szmaty do powiązania w „piłkę”

To popularna gra wśród dzieci z Maroka. Zazwyczaj do gry dzieci przygotowują coś w rodzaju miękkiej piłki, wiążąc ze sobą niepotrzebne szmaty. Później dzielą się na dwie drużyny i losują, która z nich ma rozpocząć grę. Nie ma tu żadnych bramek, a gra polega na tym, by pozostając na wyznaczonym wcześniej obszarze, kopać piłkę do innych członków swojej drużyny. Wybrana przez nas osoba, musi złapać piłkę rękoma i kopnąć do kolejnego zawodnika. Wygrywa drużyna, której uda się podać piłkę w ten sposób dziesięć razy z rzędu. Oczywiście drużyna przeciwna stara się piłkę przechwycić. Może to robić jedynie w powietrzu. Zabronione jest odbieranie jej przeciwnikom w momencie, gdy trzymają ją w rękach, jak i dotykanie kogokolwiek z przeciwnej drużyny.



# Dabab

**Liczba uczestników:**

10-30 osób

**Materiały:**

brak

*Dabab*, czyli mgła, to również zabawa z Tunezji. Potrzeba do niej tylko odrobinę wolnej przestrzeni i przynajmniej dziesięć osób. Uczestnicy dzielą się na dwie, równe grupy. Członkowie jednej grupy kłękają w kole, a osoby z drugiej kłękają za nimi, zasłaniając im oczy dłońmi. Wcześniej druga grupa wylania lidera i każdy z członków podaje mu wymyślony przez siebie pseudonim.

Teraz lider mówi głośno formułę: „Mgła! Mgła przed tobą, [pseudonim wybranej osoby]! Naciąga nieustraszony jeździec!”. Wywołana osoba, wstaje, starając się robić jak najmniej hałasu, podkrada się do jednego z członków pierwszej grupy, dotyka jego ramienia i równie cicho wraca na swoje miejsce.

Po wszystkim dotknięta osoba musi odgadnąć, kto ukrywa się pod wypowiedzianym pseudonimem. Jeśli odgadnie – grupy zamieniają się miejscami, jeśli nie – powtarzają wszystko od nowa.

Ważne, by osoba, która widziała skradającego się (bo przecież musiał w tym celu odkryć jej oczy), nie zdradziła go w żaden sposób swojej grupie, ani podczas samego skradania się, ani później. Jeśli to zrobi, grupa przegrywa i nie dochodzi do zamiany miejsc.

# Ręce na kolana!

**Liczba uczestników:**

2-25 osób

**Materiały:**

brak

Bardzo prosta zabawa ruchowa, w którą bawią się egipskie dzieci. Wyznaczamy linię początkową oraz metę. Zawodnicy ustawiają się na starcie i chwytają dłońmi kolana. W tej pozycji muszą odbyć cały wyścig, a jeśli ktoś zdejmie ręce z kolan – zostaje zdyskwalifikowany. Zabawę tę można urozmaicić poprzez przygotowanie efektownych torów z przeszkodami. Nie przesadzajcie tylko z ich poziomem trudności! Warto pamiętać, że nie mogąc wypuścić z rąk swoich kolan, nie będziemy tak sprawni jak zazwyczaj.

# Awo-Awo

**Liczba uczestników:**

5-25 osób

**Materiały:**

brak

Nigeryjską grę „ważenie”, jak mogłaby brzmieć jej nazwa w wolnym tłumaczeniu na język polski, rozpoczynamy od ustawienia się w kręgu i wybrania osoby opowiadającej. Osoba ta zaczyna od słów „Pojechałem do [nazwa dowolnej miejscowości] coś zważyć...”, po czym wymienia kolejno różne produkty. Pozostali chórem odpowiadają „Zważył!”, np.:

- Zważyłem kukurydzę.
- Zważył!
- Zważyłem mąkę.
- Zważył!
- Zważyłem...

Od czasu do czasu opowiadający wymienia rzeczy, których nie sprzedaje się na wagę, ale na sztuki (np. krowa, koza, owca, samochód, spodnie). W takim przypadku nie powinno się odpowiadać „zważył”, a jeśli ktoś to robi, odpada z gry w tej rundzie. Podobnie jest w przypadku, gdy ktoś zostanie przyłapany na niepowiedzeniu „zważył” w momencie, gdy było to wymagane. Osoba, która zostanie w kole najdłużej, zostaje opowiadającym w następnej rundzie.

**A Wy w co  
lubicie się bawić?**

**Wypróbujcie zabawy  
z różnych stron świata –  
przecież śmiech i dobra  
zabawa nie wymagają  
znajomości  
języków obcych!  
Zachęcam gorąco.**



**Pozdrawiam Was serdecznie.  
Życzę miłego dnia.**

**Zapraszam do kontaktu  
Dorota Bronowska  
d.bronowska@sp90.edu.gdansk.pl**

