

Zabawy i pąsy

Poniższy zbiór zabaw i pąsów ma nam pomóc przypomnieć sobie treści pąsów, kroki do danej muzyki oraz różne gry i zabawy do przeprowadzenia. Mam nadzieję, że zaskoczę Was niektórymi nowymi i przydatnymi treściami.

Dh. Barbara Kryś

Spis treści

Na rozruszanie się (z podkładem)	2
1. Tunak tunak	2
2. Hey baby.....	3
3. Chocolate	3
4. Kowbojka, cotton Joe	4
5. Life in the New Millennium	5
6. Baby shark	6
7. Belgijka.....	7
Na rozruszanie się, rozśpiewanie (bez podkładu)	8
8. Poszła baba na targ	8
9. Statek z bananami	8
10. Raz do sułtana	9
11. Mała papużka	9
12. Zabawa ogniskowa.....	9
13. Śledzie.....	10
14. Co się dzieje?	10
15. Na stole szklanka	10
16. Wirus.....	11
17. Muzyka tematyczna	11
18. Przesyłka	11
Na poznanie swoich imion	12
19. Łapki, uderzanie w ręce,	12
20. Króliczki	12
21. Zip - zap	12
22. Złap moje imię	13
23. Zabawa Grzesia.....	13

Dla leniuszków, aby zbytnio się nie zmęczyć	13
24. Killer	13
25. Gdyby ta osoba była.....	13
26. Czekolada.....	13
27. Taniec pingwina.....	14
28. Klaskanie.....	14
29. Węzeł Gordyjski, zabawa w zaplatanie rąk	14
30. Toster	14

Na rozruszanie się (z podkładem)

1. Tunak tunak

Stajemy w okręgu.

Refren:

Tunak tunak Tun x3 (*Stajemy w rozkroku z rękoma uniesionymi poziomo do ziemi i zaczynamy przeskakiwać z nogi na nogę, boki do środka okręgu*)

Da Da Da (*dwa razy klaszczemy w ręce i zmieniamy stronę o 180 stopni*)

Zwrotka normalna: (*wszyscy zamieniają się miejscami w kole*)

Zwrotka, w której słyszymy na końcu wersu uderzanie w bębny: (*klaszczemy w górze dwa razy w dłonie, a następnie dwa razy uderzamy o uda i tak przez całą zwrotkę*)

Długa przerwa bez słów w piosence: (*każdy tańczy własne kroki/jedna osoba pokazuje kroki dla wszystkich/robimy dalszą zmianę miejsc w okręgu*)

Link do piosenki z youtube: [Daler Mehndi - Tunak Tunak Tun](#)

2. Hey baby

*Okay, senioritas e
cabalieros e ladies and gentlemen,
meine Damen und Herren, hey babies of the seventies
Okay put your hands up in the air, die Hände in die Höhe
Und everybody singing now:

Refren:

Hey hey baby (*idziemy do przodu robiąc ręce z dołu do góry, a następnie zatrzymujemy się i machamy nimi go góry lub pokazujemy wyprostowaną prawą ręką od lewej do prawej strony, a potem lewą*)
hu ha (*na hu - ręce do przodu, biodra wypychamy do tyłu, na ha –ręce cofamy, a biodra przyciągamy do przodu*)
I wanna know (*obracamy się dookoła siebie*)
if you be my girl. (*pokazujemy przed siebie, a potem robimy serduszko z rąk*)

**Zwrotka:

When I saw you walking down the street.
I sad that's the kind of girl
I like to meet.
She's so pretty look she's fine.
I'm gonna make her my all mine.

**Przygotowanie do tańca, można maszerować i klaskać*

*** Przez cały czas trwania zwrotki robimy skrzyżny, tzn. idąc cały czas w prawo odstawiamy prawą nogę, lewą stawiamy przed nią, następnie prawą odstawiamy i dostawiamy lewą, można wtedy klasnąć. Robimy to samo idąc w lewą stronę, zaczynając od lewej nogi.*

Link do piosenki z youtube: [Hey Baby \(Uhh, Ahh\)](#)

3. Chocolate

Whoa!

Everybody in the world likes chocolate (*Z prawej strony klaszczemy raz, a z lewej dwa razy zgodnie z piosenką – tak do końca zwrotki*)

Ooh, we love it!

Oh, it makes you happy

Yeah, it gets you sexy

It makes you fat but we don't care about that

Come on!

Un, dos,

Un, dos, tres (*Odliczamy na ręce – jeden,dwa, jeden, dwa , trzy*)

Zwrotka:

Mama she says roly poly, (*robimy młynek z rąk prawej strony, następnie dwa razy uderzamy w kolana*)

Papa he says holy moly (*robimy młynek z rąk lewej strony, następnie dwa razy uderzamy w kolana*)

Everybody wants a chocolate (A choco choco) (*Obracamy się dookoła siebie*)

All the girls want candy candy, (*robimy młynek z rąk prawej strony, następnie dwa razy uderzamy w kolana*)

All the boys get randy randy (*robimy młynek z rąk lewej strony, następnie dwa razy uderzamy w kolana*)

Everybody want a chocolate (*Obracamy się dookoła siebie*)

Refren:

Chocolate (*robimy ruch jakbyśmy mieszały w zupie*)

A choco choco (*Podnosimy dwa razy ręce do góry*)

C'mon, a choco choco, (*klaszczyliśmy dwa razy w ręce*)

clap clap (*odwracamy się do osoby po prawej stronie i przybijamy z nim dwa razy 'dziesiątkę'*)

A choco choco, (*klaszczyliśmy dwa razy w ręce*)

slap slap (*odwracamy się do osoby po prawej stronie i przybijamy z nim dwa razy 'dziesiątkę'*)

Everybody say a chocolate (*Obracamy się dookoła siebie*)

Link do piosenki z youtube: [Soul Control - Chocolate](#)

4. Kowbojka, cotton Joe

Krok 1.

Prawą nogą dwa uderzenia o podłogę z przodu, następnie dwa uderzenia o podłogę z tyłu. Potem stawiamy nogę do boku, dotykamy stopę ręką z przodu, odstawiamy nogę znowu na bok i dotykamy stopy ręką z tyłu. Nogę odstawiamy od razu robiąc krok w prawo, lewą nogę stawiamy za prawą i ciągle poruszając się w prawą stronę odstawiamy prawą nogę i dołączamy do niej lewą. Następnie robimy obrót w lewą stronę. Powtarzamy to samo z lewą nogą.

Krok 2.

(Prawą nogę odstawiamy na ukos do przodu na piętę, po czym stawiamy ją przed naszą lewą nogą na palcach x2 Następnie robimy krok odstawno-dostawny.

Powtarzamy czynność dla lewej nogi)x2

Krok 3.

(4 kroki do przodu i klaśnięcie, 4 kroki do tyłu i klaśnięcie)x4

Powtarzamy kroki od początku.

Link **do układu** z youtube: [Taniec Kowbojski](#)

Link **do piosenki** z youtube: [Rednex - Cotton Eye Joe](#)

*Powyższy układ ma skomplikowane kroki, dlatego słowa są skierowane dla tych, którzy już go znają, a chcą sobie przypomnieć kroki i ich kolejność.
Tych, którzy nie umieją zapraszam do zapoznania się z układem klikając w powyższy link.

5. Life in the New Millennium

trąbka *(prawa ręka na czoło i ruch jakbyśmy szukali czegoś od lewej do prawej)*

trąbka *(lewa ręka na czoło i ruch jakbyśmy szukali czegoś od prawej do lewej)*

melodia *(ruszamy ramionami i wychylamy się do przodu i do tyłu)*

Refren: (licząc rytm bitami do 8, kroki zajmują po 2 bity)

Live in the New Millennium...

Klaszczemy w dłonie i złącznymi dłońmi robimy falowany ruch w górę (bity 1,2,3,4).
Przenosimy je płynnym i szybkim ruchem nad prawe ramię koło ucha, a następnie nad lewe ramię koło ucha, potem rozłączamy dłonie i prawą ręką przy prawym uchu a lewą przy lewą machamy (bity 5,6,7,8).

Pochylamy się do przodu i lewą ręką machamy przy lewym biodrze, a prawą przy prawym, następnie robimy okrężny ruch głaskania się po brzuszku (bity 1,2,3,4).
Pokazujemy dwoma zgiętymi rękoma do przodu, a następnie robimy ruch Egipcjanina w bok (lewa ręka na dole, prawa u góry) (bity 5,6,7,8)

Prawą rękę zginamy w łokciu i dłonią wykonujemy ruch 'mówienia', następnie robimy nią ruch fali w lewą stronę (bity 1,2,3,4).

Pokazujemy dwoma zgiętymi rękoma do przodu, następnie robimy serduszko i poruszamy nim do przodu i do tyłu (bity 5,6,7,8).

Okręcamy się dookoła siebie i na słowo 'life' podnosimy ręce do góry.

Zwrotka I

(Przesuwając się złączonymi stopami prawo, podnosząc raz palce raz pięty – 7 razy – klaszczemy i robimy tak w lewo) x2

Łączymy obie ręce i robimy ruch mieszania w zupie (po dwóch ósemkach kręcenia zaczynamy coraz szybciej).

Refren x2

Zwrotka II

Kładziemy obie dłonie na ramionach i prostujemy prawą nogę w bok, prostując także prawą rękę, potem robimy tak z lewą nogą i ręką (po dwóch ósemkach zaczynamy szybciej - tj. gdy zaczynają się słowa).

*po 4 ósemkach szybkiego robienia kroku

(Złączone dłonie wypychamy w szybkim tempie dwa razy do przodu, w lewo, do przodu i w prawo) x4

Zamiana miejsc w okręgu/podnosimy ręce od dołu do góry.

Refren x1

Zwrotka I

(Przesuwając się złączonymi stopami prawo, podnosząc raz palce raz pięty – 7 razy – klaszczemy i robimy tak w lewo) x2

Łączymy obie ręce i robimy ruch mieszania w zupie (po dwóch ósemkach kręcenia zaczynamy coraz szybciej).

Refren x2

Link **do układu** z youtube: [AIESEC Dance - Life in new millenium](#)

Link **do piosenki** z youtube: [Life in the New Millennium](#)

*Powyższy układ jest dosyć szybki i trudny, dlatego słowa są skierowane dla tych, którzy już go znają, a chcą sobie przypomnieć kroki.

Tych, którzy nie umieją zapraszam do zapoznania się z układem klikając w powyższy link.

6. Baby shark

Baby shark, doo... (*kciukiem i palcem wskazującym robimy małego rekina z prawej strony*)

Baby shark, doo... (*kciukiem i palcem wskazującym robimy małego rekina z lewej strony*)

Mommy shark, doo, doo, doo... (*łączymy obie dłonie i robimy nimi rekina z prawej strony*)

Mommy shark, doo, doo, doo... (*łączymy obie dłonie i robimy nimi rekina z lewej strony*)

Daddy shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*całymi rękoma robimy rekina z prawej strony*)

Daddy shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*całymi rękoma robimy rekina z lewej strony*)

Grandma shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*łączymy obie dłonie zgięte w kostki i robimy nimi rekina z prawej strony*)

Grandma shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*łączymy obie dłonie zgięte w kostki i robimy nimi rekina z lewej strony*)

Grandpa shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*całymi rękoma z dłońmi złączonymi i zgiętymi w kostki robimy rekina z prawej strony*)

Grandpa shark, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*całymi rękoma z dłońmi złączonymi i zgiętymi w kostki robimy rekina z lewej strony*)

Let's go hunt, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*łączymy dłonie nad swoją głową robiąc tzw. 'domek' i robimy fale w prawą stronę*)

Let's go hunt, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*łączymy dłonie nad swoją głową robiąc*

tzw. 'domek' i robimy fale w lewą stronę)

Run away, doo, doo, doo, doo, doo, doo (*Uciekamy, zamieniamy się miejscami*)
Run away, doo, doo, doo, doo, doo, doo

Safe at last, doo, doo, doo, doo (*machamy rękoma w górze z prawej do lewej strony*)
Safe at last, doo, doo, doo, doo (*'ocieramy przedramieniem czoło z potu'*)

It's the end, doo, doo, doo, doo (*robimy literkę 'C' z rąk i machamy dłońmi*)
It's the end, doo, doo, doo, doo (*robimy odwróconą literkę 'C' z rąk i machamy dłońmi*)

Link do piosenki i układu z youtube: [Baby Shark](#)

7. Belgijka

Tańczymy ją po okręgu, w parach które się zmieniają.

Kroki wyglądają następująco:

4 kroki przodem, do przodu,

4 kroki tyłem, do przodu

4 kroki przodem, do tyłu

4 kroki tyłem do przodu,

Odskok od partnera

Doskok do partnera

Zamiana miejsc w parze

Odskok od partnera

Doskok do partnera

Zamiana miejsc w parze, przy czym osoba, która zaczynała taniec po zewnętrznej stronie kręgu przechodzi o jedną parę do przodu (czyli każdy ma teraz nowego partnera do tańca).

Powtarzamy całość kroków od początku.

Link do piosenki z youtube: [Laïs- 't Smidje \(BELGIJKA\)](#)

Na rozruszanie się, rozśpiewanie (bez podkładu)

8. Poszła baba na targ

Poszła mama na targi i kupiła młynek do kawy. (Robimy prawą ręką ruch kręcenia młynka)

Poszła mama na targ kupiła młynek do kawy i tasak do mięsa. (Do wcześniejszego ruchu dodajemy lewą rękę, która robi 'siekierkę')

Poszła mama na targ kupiła młynek do kawy, tasak do mięsa i maszynę do szycia. (Dodajemy ruch lewą/prawą nogą unosząc kolano w górę, a następnie udając, że naciskamy pedał od maszyny)

Poszła mama na targ kupiła młynek do kawy, tasak do mięsa, maszynę do szycia i fotel bujany. (Dodajemy ruch całym ciałem jakbyśmy byli no fotelu bujanym.)

Poszła mama na targ kupiła młynek do kawy, tasak do mięsa, maszynę do szycia, fotel bujany i jeszcze balonik do dmuchania. (Dodajemy dmuchanie ustami)

Poszła mama na targ kupiła młynek do kawy, tasak do mięsa, maszynę do szycia, fotel bujany, balonik do dmuchania i jeszcze zegar z kukułką: kuku kuku kuku. (Dodajemy kukanie w przerwach dmuchania)

**zamiast tasaka do mięsa może być zegar, robimy wtedy uniesioną ręką do góry ruch wahadła*

9. Statek z bananami

Stajemy w kółku i łapiemy się wszyscy za ramiona/w pasie i prawą nogę dajemy przed lewą nogę osoby po naszej prawej stronie. Następnie śpiewając piosenkę robimy ruch biodrami w przód, w tył, w prawo i w lewo. Możemy zacząć powoli i wraz z następnymi powtórzeniami piosenki robić coraz szybciej.

Płyną statki z bananami w daleki świat,

Łabidu daj daj, łabidu daj,

A każdy ładowacz śpiewa tak,

Łabidu daj daj, łabidu daj,

Pooodaj, pooodaj, podaj mi proszę,

Bananów kosze,

A ty mi pooodaj, pooodaj, podaj mi proszę,

Bananów kosze.

10. Raz do sultana

Osoba prowadząca dzieli wszystkich na 4 sektory.

Każdy sektor mówi odpowiednio

Pierwszy sektor – jeden raz wyraz Turcja i zaczyna śpiewać od początku

Drugi sektor – dwa razy wyraz Turcja i zaczyna śpiewać od początku

Trzeci sektor – trzy razy wyraz Turcja i zaczyna śpiewać od początku

Czwarty sektor – cztery razy wyraz Turcja i zaczyna śpiewać od początku

Zabawa kończy się, gdy wszyscy zaśpiewają w tym samym czasie cały tekst.

*Można ją też przeprowadzić dzieląc na 2 sektory, wtedy pierwszy sektor śpiewa dwa wyrazy Turcja, a drugi sektor cztery wyrazy Turcja

Raz do sultana przyszedł bardzo stary żebrak

Dobrego wychowania żebrakowi nie brak

O allah, alladyna lampa

Dobrego wychowania żebrakowi nie brak

Turcja, Turcja, Turcja, Turcja.

11. Mała papużka

Jestem małą papużką (pionowo pokazujemy małą odległość między dłońmi)

I jem bardzo malutko (pokazujemy ruch wkładania czegoś do buzi)

Bo moja pani, bo moja pani (rękoma nakreślamy kobiece kształty)

Bardzo sroga jest (dajemy ręce na biodra i robimy srogą minę)

Codziennie śledzia mi daje (wężowato-falisty ruch ręką)

A ja nie chce go jeść (machamy wskazującym palcem od lewej do prawej na znak sprzeciwu)

A tak bym chciała, a tak bym chciała (pokazujemy rękoma na siebie)

Cole i lody jeść (udajemy picie napoju z butelki i lizanie lodów)

12. Zabawa ogniskowa

Prowadzący zaczyna, mówiąc:

To zabawa ogniskowa, tu się robi ruch – uch! (*na słowo „uch” pokazuje dowolny, wymyślony przez siebie gest*)

Wszyscy mówią:

Ręka, ręka, noga, noga, głowa, biodra, brzuch! (*na hasło ręka, ręka – pokazujemy do przodu jedną rękę, potem drugą*)

Na hasło noga, noga – robimy krok w miejscu jedną nogą, potem drugą

Głowa – pokazujemy rękami głowę

Biodra – łapiemy się za biodra

Brzuch – dotykamy rękami brzucha)

Pierwszy fajny ruch – uch*! Drugi fajny ruch – uch*! Trzeci fajny ruch – uch*!

Czwarty fajny ruch – uch*! Piąty fajny... (**przy każdym słowie „uch” wszyscy uczestnicy powtarzają pokazany na początku gest*)

W każdej chwili dowolna osoba może przerwać wyliczanie mówiąc głośno: „Wy się nie znacie! To zabawa ogniskowa, tu się robi ruch – uch!” I pokazuje swój własny, nowy gest. Gra toczy się dalej.

13.Śledzie

Zabawa kształtująca koordynację ruchową, rozwijająca zwinność i spryt. Wycinamy z papieru śledzia. Przywiązujemy sznurek do jego ogona oraz do swojej nogi. Śledź musi być ciągnięty po ziemi. Zadaniem uczestników jest złapanie śledzia innych osób oraz uchronienie swojego śledzia przed złapaniem. Wygrywa ta osoba, która pozostaje jako jedyna z niezdeptanym śledziem. Zabawę można przeprowadzić również z nadmuchanymi balonami.

14.Co się dzieje?

Jedna osoba wychodzi z pokoju. Pozostałe osoby aranżują jakąś scenę lub sytuację (grają ją). Kiedy osoba wraca, ma zgadnąć, co się dzieje w tej chwili, co reszta przedstawia, np. wszyscy umierają na jakąś zarazę. Osoba może zadawać pytania, aż sytuacja będzie jasna (aż odgadnie, co się dzieje)

WARIANTY: pytania mogą być tak konstruowane, żeby można było na nie odpowiedzieć tak lub nie. Odpowiedzi mogą być udzielane tylko w postaci mimicznej

15.Na stole szklanka

Na stole szklan-ka ka, (ruch ręką kładzenia szklanki na stół)

Na szklance pian-ka ka, (ruch robienia pianki w górę – robimy kóło i je zakończamy takim cypelkiem)

A ja wciąż szu-ka-kam (robimy rolnetkę z rąk i patrzymy w lewo, prawo)

Swego Kochan-ka-ka, (krzyżujemy ręce na sercu)

Tuż pod balko-ne-nem, (pokazujemy rękoma balkon – półkole przed nami)

U pięknej Don-ny-ny (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)

Na mandoli-nie-nie (udajemy, że gramy na mandolinie)

Grał rycerz Kon-ny-ny (robimy ruch jedną nogą jakbyśmy wsiadali na konia)

„O piękna don-no-no (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)

zostań mą żon-ną-ną (krzyżujemy ręce na sercu)

O piękna don-no-no (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)

zostań mą żon-ną-ną!” (krzyżujemy ręce na sercu)

A piękna Don-na-na (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)

Wielce wzruszo-na-na (wachlujemy sobie twarz, jakbyśmy powstrzymywali się od płaczu)

Spadła z balko-na-na (pokazujemy rękoma balkon – półkole przed nami)

W jego ramio-na-na (ruch rozchylających się ramion)

A rycerz Kon-ny-ny (robimy ruch jedną nogą jakbyśmy wsiadali na konia)

Nie złapał Don-ny-ny (robimy palcem wskazującym ruch sprzeciwu i potem rękoma zarys postaci w powietrzu)

Bo waga Don-ny-ny (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)

Miała trzy ton-ny-ny (pokazujemy palcami 3)

A don-na-na rze-kła-kła, (robimy rękoma zarys postaci w powietrzu)
jakby się wście-kła-kła: (dajemy ręce na biodra i robimy wkurzoną minę)
„Ja nie chcę cie-bie-bie, (machamy palcem wskazującym na znak sprzeciwu)
ty pusty ł-bie-bie.” (pokazujemy palcem na głowę)
Więc rycerz ko-ny-ny, (robimy ruch jedną nogą jakbyśmy wsiadali na konia)
jak obrażo-ny-ny (krzyżujemy ręce na piersi i patrzymy gdzieś w bok)
Pojechał ko-no-no (robimy ruch jedną nogą jakbyśmy wsiadali na konia)
W dalekie stro-ny-ny. (ruch machania ręką, żegnania)

16. Wirus

Stajemy w kole i śpiewamy!

And up tudududu (u góry machamy rękoma naprzemienne – taki tasak)

And down tudududu (tasak do dołu)

And right tudududu (tasak w prawo)

And left tudududu (tasak w lewo)

Up! Down! Right! Left! (pokazujemy góra, dół, prawo, lewo)

Aaaaand actiooon! (dajemy ręce do tyłu obejmując osoby obok nas/na słowo ‘action’
robimy jakąś pozycję)

Link do piosenki i układu z youtube: [Wirus](#)

17. Muzyka tematyczna

Dzielimy się na 3-5 grup, następnie prowadzący wyznacza tematykę np. woda, kolory i po kolei każdy z zespołów ma zaśpiewać 3-4 linijki piosenki w których jest mowa o wodzie lub w jakiś sposób jest poruszana tematyka wody a zespół umie obronić utworu że trzyma się tematu. Piosenki nie mogą się powtarzać. Jeśli jakiś zespół zaśpiewa piosenkę która już była lub nie ma pomysłu na piosenkę, a kolejny zespół ma co zaśpiewać to odpadają.

18. Przesyłka

Siadamy tak aby każdy miał wyznaczone miejsce, np. krzesła lub na karimacie mają siedzieć tylko 3 osoby. Następnie każdy wybiera sobie nazwę jakiegoś miasta (nie mogą się powtarzać) gdy każdy ma przydzielone miasto prowadzący który nie ma miejsca mówi „przesyłka leci z warszawy przez Poznań do Sosnowca” w tym momencie wszystkie wypowiedziane miasta wstają i zamieniają się miejscami zadaniem osoby wypowiadającej słowa jest podsiadnięcie kogoś i kolejna osoba „wysłała przesyłkę”

Na poznanie swoich imion

19.Łapki, uderzanie w ręce,

Uczestnicy stają w kręgu, wyciągają przed siebie ręce, wnętrzem dłoni do góry. Jedna osoba staje w środku (Łapacz Łapek). Ktoś z kręgu rozpoczyna zabawę, wywołując imię innego gracza. Łapacz ma za zadanie uderzyć w dłoń wywołanej osoby. Zadaniem wywołanej osoby jest wypowiedzenie imienia kolejnej osoby z kręgu zanim Łapacz uderzy w jej dłoń. Kolejne wywoływane osoby powinny wskazywać na uczestników, którzy jeszcze nie byli wywołani, w szczególności nie można „odbijać” między sobą imion. Jeśli Łapacz Łapek zdąży uderzyć w dłoń wywołanej osoby – zamieniają się miejscami. Jeśli wywołana osoba zabierze rękę przed Łapaczem lub w jakikolwiek inny sposób ucieknie przed nim – zamieniają się miejscami. Jeśli Łapacz nie zdąży uderzyć w dłoń wywołanej osoby, zanim ona wywoła następną – gra toczy się dalej.

20.Króliczki

Siadamy w kole. Od jednej osoby zaczynami liczyć, tak aby każdy miał swoją liczbę. Zaczynająca osoba podnosi obie ręce i robi nimi króliczki, które podczas jej mówienia machają swoimi uszami (palec wskazujący i środkowy), osoby siedzące obok niej podnoszą jedną z rąk, przy której dana osoba mówiąca się znajduje, wywołuje ona po liczbie kolejną osobę. Kolejne osoby wraz z osobami obok robią tak samo.

Przykład

“Króliczek numer jeden wywołuje króliczka numer osiem”

“Królicze nr 8 wywołuje króliczka nr 4”

Odpada ta osoba, która:

- Nie odpowie na swoje wezwanie
- Wywoła osobę, która już odpadła
- Nie robi króliczka osobie po np. swojej prawej stronie, gdy ta będzie kogoś wywoływać

21.Zip - zap

Wszyscy siedzą w okręgu. Jedna osoba jest w środku i wskazuje na wybraną przez siebie osobę. Jeśli powie „zip” osoba wskazana musi podać imię swojego sąsiada po prawej, jeśli powie „zap” musi podać imię osoby po lewej. Jeśli natomiast osoba w środku powie „zip-zap” osoby po lewej i prawej stronie wskazanej osoby zamieniają się miejscami. Później grę można utrudnić wprowadzając „zip-zip”, lub „zap-zap”, wtedy osoba wskazana musi podać imię osoby siedzącej o dwa miejsca od niej. Jak ktoś się pomyli wchodzi do środka. Jeśli się pomyli lub odpowie po dłuższej chwili, idzie do środka. W trakcie zabawy prowadzący może dawać kilkakrotnie sygnał do zmiany miejsc.

22.Złap moje imię

Wszyscy przedstawiają się swoimi imionami. Jedna z osób dostaje piłkę i rzuca ją do kogoś. Osoba która łapie, musi wypowiedzieć imię osoby która piłkę rzuciła. Następnie rzuca do następnej. Zabawa trwa aż wszyscy nauczą się imion wszystkich.

23.Zabawa Grzesia

Grupę dzielimy na połowy i między nimi dwie osoby rozpościerają koc, prześcieradło, tak żeby żadna grupa nie widziała przeciwnej. Z każdej drużyny do koca zbliża się jedna osoba. Koc opada i kto pierwszy krzyknie imię osoby z drugiej strony wygrywa, a przegrana osoba przechodzi do drużyny wygranego. Gramy do póki wszyscy będą w jednej drużynie.

Dla leniuszków, aby zbytnio się nie zmęczyć

24.Killer

Prowadzący w sposób nie jawny wybiera kilerą i policjanta. Uczestnicy siadają w kręgu. Kiler za pomocą mrugnięcia jednym okiem eliminuje innych uczestników. Zadaniem kilerą jest wyeliminowanie wszystkich uczestników gry, a policjanta złapanie kilerą.

25.Gdyby ta osoba była

Jedna osoba wychodzi. Grupa ustala jedną osobę którą będą opisywać. Osoba, która wyszła wraca i zadaje pytania o ustaloną osobę typu: "Jaka byłaby ta osoba gdyby drzewem (kolorem, porą roku, samochodem itp.), to była...". Wyznaczone osoby odpowiadają.

Zadaniem osoby która pyta jest odgadnięcie o której osobie mowa.

26.Czekolada

Potrzeba: tabliczka mlecznej czekolady, talerzyk(może być plastikowy),nóż i widelec, szalik, czapka i rękawice oraz kostka do gry

Przebieg zabawy: siadamy wokół wyłożonej na talerzyk niepołamanej tabliczki czekolady i rzucamy kostką po kolei osoba po osobie, w momencie gdy ktoś wyrzucił „6” zakłada czapkę szalik i rękawiczki bierze do rąk sztucę i odkrawamy nimi sobie kostkę czekolady i nabijając na widelec można ją zjeść, jedz czekoladę tafelek po tafelku tak długo jak długo nikt inny nie wyrzuci „6” w tym momencie osoba szybko wszystko odkłada a kolejna osoba ubiera ekwipunek. Bawimy się tak długo jak długo jest czekolada.

27. Taniec pingwina

Mam dwa bilety (pokazujemy dwa palce)

I idę do kina (maszerujemy)

W drodze do kina (nadal maszerujemy)

Coś mnie wygina (wyginamy się do tyłu)

To nowy taniec (ruszamy się na boki)

Małego pingwina (obracamy z złączonymi nogami, ręce przyklejamy do nóg z wystawionymi dłońmi na zewnątrz - tak jak pingwin)

28. Klaskanie

Ustawiamy się w okrąg i kładziemy przed sobą dłonie, kiedy uderzamy dłonią o podłogę kolejna ręka robi to samo tworząc swego rodzaju fale, lecz gdy ktoś uderzy dwukrotne zmienia kierunek fali. Ręka która się pomyli odpada a gracz musi ją schować za plecami.

29. Węzeł Gordyjski, zabawa w zaplatanie rąk

Ustawiamy się w okrąg i wyciągamy ręce do przodu. Następnie zamykamy oczy i na sygnał prowadzącego robimy powolne kroki do przodu, łapiąc pierwszą nie swoją wolną dłoń, kiedy wszyscy trzymają się za ręce to otwieramy oczy i nie puszczając się próbujemy rozplatać węzeł tak aby powstało koło.

30. Toster

Wszyscy stoją w okręgu. Jedna osoba jest w środku koła i wskazuje kogoś mówiąc: TOSTER. Wskazana osoba podskakuje jak gotowa grzanka, a osoby stojące po jej prawej i lewej stronie łapią się za ręce, tak by „grzanka” była w środku. Kto się pomyli wchodzi do środka.

Inne dziwne przedmioty (oczywiście można samemu wymyślać najróżniejsze rzeczy):
MIKSER – osoba środkowa podnosi dłonie nad głowy osób po bokach, a te zaczynają się obracać

SŁOŃ – osoba w środku pokazuje trąbę, a osoby po bokach wielkie uszy

MAŁPA – środek drapie się po brzuchu i głowie, a sąsiedzi łaskoczą go po bokach

SUPERMEN – środek prezentuje mięśnie, a boki wskazują na niego z podziwem