

Ігри та розваги

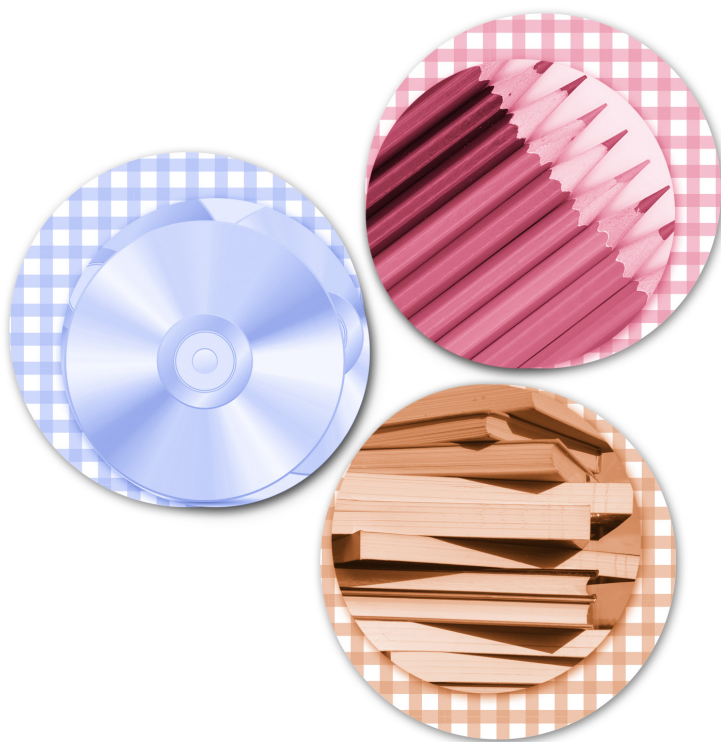
За нотатками
Бл. Едмунда Бояновського





Ігри та розваги

За нотатками Бл. Едмунда Бояновського



Люблін 2022

Переклад:
Олександра Могирчук, Ольга Любич

Методичний висновок:
Єва Зелінська

Редакція
с. д-р наук Марія Опела, проф. КУЛ

Редакційна робота над текстом
Петро Круліковський

ISBN 978-83-67064-41-5
(електронний варіант)

© Згромадження Сестер Служебниць БДНЗ
вул. Едмунда Бояновського 8-10, 39-200 Дембіца

© Видавництво Werset, 2022

Видавництво Werset
вул. Радзішевського, 8/216, 20-031 Люблін
тел. + 48 81 533 53 53
wydawnictwo@werset.pl; www.werset.pl

Зміст

Методичний висновок «Ігри та розваги за нотатками Бл. Едмунда Бояновського»	7
1. Алфавіт	9
2. Янголятко і розбійник	10
3. Бавовняні ганчірки	11
4. Тіні	12
5. Чотири кути, а п'ята піч	13
6. Деркач	14
7. Горщик, або заховання кислого супу	15
8. Господарка або весільні урочистості	16
9. Гра «чому?» і «тому що»	17
10. Гра в горщик	18
11. Григоріанки	19
12. Камінчики	20
13. Корчма	21
14. Плесканка	22
15. На колінах	23
16. Кільце	24
17. Кішка-мишка	25
18. Кішка-мишка (II)	26
19. Боулінг	27
20. Хрестики і нолики	28
21. Горнятко	29
22. Межа	30
23. Мурчик	31
24. Для чого солома?	32
25. Обертання	33
26. Кільце	34
27. Плавець	35
28. Посланець	36
29. Повітря, земля, вода	37
30. Пташечка	38
31. Краб	39
32. Роги	40

33. Рівновага	41
34. Падіння яблука	42
35. Равлик	43
36. Сплячий котик	44
37. Шпилька	45
38. Одяганка	46
39. Уклін	47
40. Вовк і гуси	48
41. Привіт, пане сусіде	49
42. Зайчик в долині	50
43. Зелений	51
44. Склади	52
45. Почуття	53
46. Жаби та лелеки	54

Методичний висновок «Ігри та розваги за нотатками Бл. Едмунда Бояновського»

Сестри зі Згромадження Сестер Служебниць Непорочного Зачаття Пресвятої Діви Марії розробили та перевірили на дітях різного віку 46 різноманітних ігор, які були записані завдяки співпраці з Університетським медіа-центром Люблінського Католицького університету. Серед них є рухливі ігри з різними елементами руху, що проводяться в ігровій кімнаті, на свіжому повітрі, а також ігри, що готують дітей до читання. Їх можна проводити як з однією дитиною, так і з командою, а також з усією групою.

Заслуговує на увагу цікавий підбір ігор за тематикою, змістом, відповідним інтересам дітей, адаптацією їх до виконавських здібностей. Прості предмети і допоміжні засоби, які є в кожній оселі, в найскромнішому обладнаному навчальному закладі, не лише стимулюють дітей до дій, а й спонукають до розширення форм рухів.

Надзвичайно важливою є проста організація та хід ігор не тільки на свіжому повітрі. Заохочення дітей і навіть залучення їх до спільної підготовки, упорядкування та збирання предметів сприяє формуванню соціальних навичок, таких як: взаємопідтримка та допомога оточуючим, розвиток дружніх почуттів, через допомогу молодшим і слабшим.

Під час ігор, особливо на свіжому повітрі, на обличчях дітей спостерігається радісна посмішка, викликана не лише задоволенням потреби рухатися, а й веселими віршиками, переплетеними зі змістом, завдяки яким діти вивчають їх напам'ять.

Елемент індивідуального та групового змагання не тільки під час фізичних занять, а й ігор загартовує дітей емоційно, вчить їх вмінню терпіти невдачі, домовлятися, приймати рішення, адже все це відбувається на великих емоціях.

Чіткі, коротко визначені та сформульовані правила, домовленості та розпорядження дисциплінують дітей, навчають можливості оволодіння, привчають до акуратності, відповідальності та чесності.

Представлені ігри та розваги мають виховне та навчають формуванню цінностей. Вони покращують координаційні навички, такі як рівновага, орієнтування в просторі з оцінкою відстані та напрямку,

вивчення числових співвідношень, кольорів, а також швидкість реакції, кінестетичні відчуття (стрибки, подолання перешкод, прицілювання). Деякі з цих ігор навчають комбінаториці, вмінню порівнювати. Варто також зазначити, що серед представлених ігор є гра, згадана Лукашем Гурницьким і походить із видання Dworzanin Polski (Дворянин Польщі).

Усі вони вимагають зосередження уваги, правильного сприйняття, часто прискороного реагування на сигнал, вирішення завдань (проблем) за можливостями для кожної дитини, але зі значними розумовими зусиллями.

У відеороликах мою увагу привернуло ставлення педагога, який, організовуючи ігри (розваги), створює гарну атмосферу, впроваджуючи радісну атмосферу, дбаючи про самопочуття дітей. Це дуже важливо, тому що, коли діти співпрацюють один з одним, у них розвиваються позитивні риси характеру, свідомо дисциплінованість.

На завершення хотілося б дуже сильно підкреслити, що всі ці ігри та розваги – чудова можливість пограти разом з батьками, бабусями та дідусями вдома та на свіжому повітрі. Деякі з них стануть поверненням у дитинство і принесуть теплу посмішку на додаток до схвалення. Як діти, так і дорослі покращать стан свого здоров'я, ігри опираються на швидкість, силу та витривалість. Спільне перебування з дітьми та спільні ігри сприяють зміцненню родинних зв'язків.

У нас немає на видавничому ринку для вихователів дитсадків, I-III класів, а також для батьків, дідусів і бабусь, так багато товарів із пропозицією рухливих та домашніх ігор, в дитячому садку та на природі. Вважаю, що варто подумати і видати «Ігри та розваги», за примітками Едмунда Бояновського, тим більше, що в пропозицію також входять розваги та ігри, що стосуються, наприклад, народних розваг у Великопольському, Підляшському воєводствам та навіть стародавній Греції.

Єва Зелінська
Методичний консультант

Кожен з дітей обирає з алфавіту одну літеру, з якої вони повинні створити назву, місце і предмет і скласти з ними речення, наприклад: «Мене звати Адам, я повертаюся з аптеки і я приніс ананас». Кожна наступна дитина повинна сказати щось нове, і відповіді не повинні повторюватися. Якщо хтось із дітей не відповідає або думає занадто довго, вони повинні дати подарунок (наприклад, цукерку) як покарання. Ви можете вільно змінювати або додавати предмети та назви, які діти повинні створити від літер алфавіту (рослини, тварини, професії).

Матеріали: цукерки

■ Bojanowski, t. I, c. 4671.



Цікавий факт:

Ця гра була відома ще у стародавніх греків.

<https://siostry.net/ua/ip01>



1. E. Gigilewicz, s. M. L. Opiela (red.), Prace, szkice i notatki Edmunda Bojanowskiego. Inedita, t. I i II, Lublin 2016.

2

Янголятко і розбійник

Вправа для уваги, спритності та форми тіла
під час ходьби та бігу.

Двоє дітей тихенько вирішують між собою, хто з них буде янголом, а хто розбійником. Потім вони розміщуються на стільці і тримають стрічку вгору. Решта дітей, які беруть участь у грі, йдуть один за одним, тримаючи руку на плечі сусіда, і тричі проходять під стрічкою. Після третього повороту діти, що стоять на стільцях, зупиняють зі стрічкою дитину, яка проходить останньою, і кажуть:

«Перше: пройшов

Друге: подаровано

Третє: до кого ти хочеш?»

Затримана дитина обирає, кого вона хоче підтримати. Гра триває, поки всі діти не зроблять цей вибір. Тоді один із дітей, що стояв у кріслі, весело вигукує: «Я — розбійник!» і тікає, а другий голосно каже: «Я – янгол!» і переслідує групу розбійників з дітьми.

Матеріали: стрічка та 2 крісла

■ Bojanowski, t. I, с. 503-504.

<https://siostry.net/ua/ip02>



3

Бавовняні ганчірки

Вправа для уваги, руху і спритності
тіла, руху і спритності рук.

Діти сідають у два ряди обличчям один до одного і кидають всередину невеликий м'ячик з тканини (або клубок вовни). Кожен з них намагається відкинути це іншому. Дитина, біля якої впаде цей м'яч, виходить з ряду і сідає ззаду.

Матеріали: м'ячик або клубок
вовни

■ Bojanowski, t. I, c. 481.

<https://siostry.net/ua/ip03>



4

Тіні

Вправа на зір

Діти діляться на дві групи. Один стає в ряд навпроти стіни, яка підсвічується лампою. За ними ставимо стілець, на який діти з другої групи по черзі будуть залазити і представляти різні пози або предмети, що відкидають тінь на стіну. Дитина, яка найкраще відгадає представлені тіні, приєднується до дітей біля стільця.

Матеріали: лампа, крісло

■ Bojanowski, t. I, c. 491.

<https://siostry.net/ua/ip04>



5

Чотири кути, а п'ята піч

Вправа на увагу, рухи – спритність
і форму тіла при ходьбі та бігу.

Четверо дітей стоять у всіх кутках кімнати, а п'ятий – посередині. За сигналом діти в кутках міняються місцями. Дитина, що стоїть посередині, чекає слушного моменту, щоб зайняти вільний кут. Ця дитина, яка залишилася без кута, є пічкою, тепер він стає посеред кімнати і намагається зайняти вільний куточок у наступному раунді.

■ Bojanowski, t. I, c. 471.

<https://siostry.net/ua/ip05>



Вправа на слух, рухи тіла та спритність.

У грі беруть участь двоє дітей, решта – спостерігачі. Обоє гравців мають бути із зав'язаними очима. У одного з них в руках рифлені та гладкі шматки дерева. Він імітує звук волокна, вдаряючи один об одного, цим самим імітуючи звуки птаха деркача. Друга дитина повинна доторкнутися до них. Ця гра також є цікавою для дітей, які спостерігають за гравцями, тому що для двох дітей із зав'язаними очима доводиться по черзі шукати і тікати один від одного, нічого не бачачи.

Матеріали: рифлені і гладкі шматки дерева або дзвоники

■ Bojanowski, t. I, c. 492.



Цікавий факт:

Ця гра походить від стародавнього звичаю, описаного Юзефом Оссолінським, коли старші придворні ходили по селах і жартували з молодшими. Закривали їм очі, виводили в поле і, давши в руку виїмчастий шматок дерева, вдаряли по ньому палицею так, що вона видавала характерний звук і заманювала деркача. Тим часом старші хлопці вибігали з криївки і насміхалися над молодшими. Звідси такі приказки: послав його до деркача (вивів його в поле), ловить деркачів (не знає, що робить), він уже пограв у деркача (уже має досвід), йде за деркачем (він зробить це вперше), ловити для нього деркача (йому потрібен досвід), головний мисливець на деркача (несвідомий, хвалиться тим, чого не знає).

<https://siostry.net/ua/ip06>



7

Горщик, або заховання кислого супу

Вправа на увагу, пам'ять, рух та зграбність рук

Ставимо на землю старий горщик. Ми прибираємо всі предмети, об які можна спіткнутися або впасти. Одна дитина стає в десяти кроках від горщика, інші діти зав'язують йому очі, дають палицю в праву руку і хустку в ліву. Дитина тричі обертається і йде до горщика. Після того, як він стоїть на місці, він б'є палицею, щоб зламати його. Якщо він пропускає три спроби, він кидає перед собою хустку, щоб позначити, де він зупинився. Перемагає та дитина, яка розбиває горщик. Якщо жоден із гравців не досягає успіху, перемагає той, чия хустинка знаходиться найближче до горщика.

Матеріали: горщик, палиця, хустинки

■ Bojanowski, t. I, c. 546-547.

<https://siostry.net/ua/ip07>



8

Господарка або весільні урочистості

Вправа на тренування розуму,
уяви, руху та спритності рук.

Один з дітей виконує роль господарки і сідає на платформу (наприклад, на стілець), щоб було добре видно решту дітей. Господарка має з собою яблука, горіхи та цукерки і приймає дітей. Поруч з нею двоє помічників, які приводять дітей. Господарка ставить їм запитання, щоб перевірити їх навички (наприклад, дівчата запитують, чи вміють вони пекти, готувати, прибирати, прати; хлопчики вміють косити газон, розпалювати піч, рубати дрова тощо). Діти показують виконання цих вправ, а в нагороду отримують від господарки яблуко чи щось інше.

В іншому варіанті господарку замінюють мати чи батько, які шукають чоловіка для дочки або дружину для сина. Тоді помічники стають сватами, а інші діти, які беруть участь у грі, – кандидатами в чоловіка або дружину.

Матеріали: яблука, горіхи, цукерки

■ Bojanowski, t. I, c. 482-483.

Цікавий факт:

Гра взята з історії Росії. Цариця, видаючи за своїх дочок, перевіряла вміння та таланти кандидатів.

<https://siostry.net/ua/ip08>



Діти сідають у коло. Один із них ходить всередині кола і у кожного довільно про щось запитує. Запитання мають починатися зі слова «чому», а відповіді зі слова «тому що», наприклад, питання: «Чому сьогодні свято?», відповідь: «Тому що сьогодні не будній день». Коли дитина помиляється і починає запитання чи відповідь іншим словом, вона дає фрукти або інший подарунок, яке потім має забрати, виконавши завдання.

■ Bojanowski, t. I, c. 520.

<https://siostry.net/ua/ip09>



10 Гра в горщик

Вправа на тренування уваги, спритність і форму тіла при ходьбі та бігу.

Діти стають в коло дуже близько один до одного так, щоб їх плечі торкалися. Одна дитина швидко обходить усіх, потім показує пальцем на когось із них. Вибрана дитина тікає в зворотному напрямку. Перемагає та дитина, яка швидше оббіжить коло і стане на порожньому місці. З іншого боку, той, хто приходить пізніше, віддає свою цукерку, і гра починається спочатку.

Матеріали: цукерки (або інші солодощі).

■ Bojanowski, t. I, с. 520.

<https://siostry.net/ua/ip10>



Вправа для руху тіла та спритності
за допомогою ходьби і бігу.

Один із хлопців, який швидко бігає, надягає мотузку з нанизаними на неї цукерками і втікає до призначеного місця. Інші діти ганяються за ним і знімають цукерку зі шнурка, співаючи:

Гре, Гре, Гре, Гре, Грегоріаночки!
Біжіть, ловіть цукерки!

Коли бігун досягає фінішу і на мотузці немає цукерок, він залишається без солодошів. Діти, які виграли цукерки, можуть поділитися з ним. Якщо бігун досягає фінішу з цукерками, він може залишити їх собі або поділитися з іншими.

Матеріали: цукерки, мотузка.

■ Bojanowski, t. I, c. 477-478.



Цікавий факт:

Ця гра була відомою серед школярів, яких батьки проводили по селах на початку весни, на св. Григорія. Назва цього свята – Григоріанки – походить від події, пов'язаної зі св. Григорієм. Він приводив дітей на ринок, щоб вони там могли навчатися. Він також платив за їхнє навчання. Він вважався покровителем дітей, які починають вчитися в школі.

<https://siostry.net/ua/ip11>



Вправа на увагу та спритність.

Покладіть в руку п'ять камінчиків, а потім підкиньте їх. Коли камінчики будуть в повітрі, швидко поверніть руку і спробуйте зловити їх усіх. Перемагає той, у кого в руці буде більше камінчиків.

Матеріали: п'ять камінчиків (або, наприклад, дрібні горіхи).

■ Bojanowski, t. I, c. 512.

Цікавий факт:

Гра в камінці була відома в Стародавній Греції як пенталіта.

<https://siostry.net/ua/ip12>



Вправа на тренування розуму, уваги
та пам'яті та спритності.

Діти сідають у коло і приймають такі функції чи імена: корчмар (господар), корчмарка (господиня), хліб, смажена риба, юшка, печеня тощо, тобто все, що є в корчмі. Один із дітей знаходиться в центрі кола, він стає «мандрівником» і починає розмову. Якщо він згадає якесь із перерахованих назв, тобто дітей, він повинен встати. Якщо дитина забуває це зробити, вона має щось віддати, наприклад, солодощі. Коли мандрівникові набридає розмова, він вигукує: «Корчма горить!» Тоді всі встають, міняються місцями, а той, хто залишився без місця, є новим мандрівником.

■ Bojanowski, t. I, c. 498-499.

<https://siostry.net/ua/ip13>



14 Плесканка

Вправа на рух і спритність тіла.

Діти підкидають м'яч вгору і за цей час плескають тричі спереду, три рази ззаду і знову три рази спереду. Потім вони повинні зловити м'яч, перш ніж він впаде на землю.

Матеріали: м'яч.

■ Bojanowski, t. I, c. 490.

<https://siostry.net/ua/ip14>



15 На колінах

Вправа для всіх частин тіла.

Вішаємо перстень на тонку нитку на висоті близько метра від підлоги. Навпроти дитина стає на праве коліно, а ліву ногу тримає (у повітрі) лівою рукою. У правій руці у нього палиця, якою він намагається вдарити по центру підвішеного перстня і зняти його, зберігаючи рівновагу. Той, для кого це вдасться – отримує приз.

Матеріали: перстень, нитка, паличка.

■ Bojanowski, t. I, c. 485.

<https://siostry.net/ua/ip15>



16 Кільце

Вправа на тренування уваги, руху
і спритності тіла при ходьбі та бігу.

Малюємо на землі стільки кіл, щоб хтось із дітей залишився без кола. Під плескання в долоні або звук дзвіночка кожна дитина повинна вийти зі свого кола і стати в інший. Дитина без кола намагається в цей час зайняти вільне місце.

Матеріали: крейда, дзвіночок.

■ Bojanowski, t. I, c. 471.

<https://siostry.net/ua/ip16>



17

Кішка-мишка

Вправа на увагу, біг і спритність тіла.

Діти шикуються в два ряди досить близько один до одного, тримаючи в руках маленькі жердини (або надуті повітряні кульки). Двоє обраних дітей — кіт і мишка. У грі йдеться про те, що кіт ловить мишку. Миша може проходити через центр, навколо та між розташованими рядами, де знаходиться її ямка. Кота в нього не пускають, але й миша не може перебувати в ньому занадто довго. Коли кішка потрапляє в ямку миші, діти відганяють її, б'ючи паличками або повітряними кульками.

Матеріали: жердини або повітряні кулі.

■ Bojanowski, t. I, c. 530.



Цікавий факт:

Ця гра була популярна у Великопольському воєводстві і розвивала спритність у дітей.

<https://siostry.net/ua/ip17>



18 Кішка-мишка (II)

Вправа на увагу, біг і спритність тіла

Один із дітей виконує роль мишки, а інший kota. Інші гравці оточують мишку по колу, тримаючись за руки. Кішка залишається за межами кола. Поки діти танцюють і обертаються по колу, кіт намагається знайти шлях між дітьми і вислизнути, щоб зловити мишку. Під час танцю діти піднімають або опускають руки і наближаються один до одного, щоб кішка не потрапила в коло, тобто в мишачу ямку. Якщо йому вдається розірвати ланцюжок, то найближчі до миші відкривають коло, відпускають мишку і відразу закривають, щоб кіт не звільнився з нього і не побіг за мишею. Діти намагаються тримати kota в колі, так як раніше не дозволяли йому зайти. Якщо кіт стискається, діти знову садять мишку в коло. Гра триває до тих пір, поки кіт не торкнеться миші або не зловить її. Пара, між якою кіт спіймав мишку, виступає в ролі kota і мишки.

■ Bojanowski, t. I, c. 473.

<https://siostry.net/ua/ip18>



19 Боулінг

Вправа на всі частини тіла, спритність
тіла, рухи і спритність рук.

На землі малюємо крейдою квадрат, в якому робимо хрест, як у вікні. По кутах квадрата розміщуємо чотири кеглі, і на його кінцях ще чотири. У середину розміщуємо дев'яту найвищу шпильку, яку ми називаємо королем. Відзначаємо крейдою місце, з якого будемо кидати кульки. Перемагає той, хто збиває найбільшу кількість кеглів, а той, хто збиває найменше, розміщує кеглі в наступному раунді.

Матеріали: 9 кеглів, куля для боулінгу, стрічка або мотузка, крейда.

■ Bojanowski, t. I, с. 481.

<https://siostry.net/ua/ip19>



20 Хрестики і нолики

Вправа на тренування розуму,
терпіння та уваги.

На аркуші паперу (бруківці або землі) малюємо дві паралельні лінії, віддалені одна від одної, а потім ще дві поперек них (навхрест). Таким чином, на аркуші є дев'ять місць – одне закрите посередині, і близько восьми відкритих. У грі беруть участь дві людини. Діти по черзі вписують обраний знак – тире або кружечки, поки не заповнять три поля по прямій. Перемагає той, хто першим набере свої знаки вздовж, поперек або по діагоналі.

Матеріали: крейда, папірець, олівець
або ручка.

■ Bojanowski, t. I, c. 550.

Цікавий факт:

Ця гра дуже стара, але все ще популярна. Хоч і проста, але це вже тренує навички комбінації, тобто вміння порівнювати, що є першою ознакою дії розуму.

<https://siostry.net/ua/ip20>



Вправа на тренування уваги і всіх частин тіла.

Один із дітей лівою рукою тримає чашку на голові і бігає навколо дітей, які його оточують. Вони перебивають його і кажуть: «Горнятко, Горнятко, дай нам пити, дай нам пити!» Дитина відповідає: «Хто хоче пити, нехай сам іде по воду!». Усі діти уникають Горнятка, бо кого доторкнеться він ногою, той замінить його. Якщо дитина, що біжить, упускає чашку, інші учасники гри придумують йому завдання.

Матеріали: чашка, вода

■ Bojanowski, t. I, c. 513.



Цікавий факт:

Ця гра була взята з подібної гри, яка була відома в Стародавній Греції.

<https://siostry.net/ua/ip21>



Вправа для всіх частин тіла.

Діти діляться на дві рівні групи і стають в ряди навпроти один одного. Між ними проводимо лінію або прокладаємо мотузку (символ між ними). Кожен з дітей намагається перетягнути на свій бік осіб з протилежного ряду. Перемагають ті, хто тягне до себе всіх своїх суперників. В якості покарання вони можуть наказати переможеним виконати завдання.

Матеріали: крейда або мотузка.

■ Bojanowski, t. I, c. 514.

Цікавий факт:

Ця гра була відома ще в Стародавній Греції. Про неї згадує Платон. Гра «Miedza» розвиває м'язи і є гарною гімнастичною вправою. Відома також інша форма цієї гри — перетягування канату.

<https://siostry.net/ua/ip22>



Вправа на тренування слуху і пам'яті.

Усі діти стають у коло і беруться за руки. Одному з дітей зав'язують очі, а в руку дають надуту повітряну кульку. Відтепер він називається Мурчик. Потім він потрапляє всередину кола, а коли повітряна куля торкається одного з дітей, починає муркотіти. Після цього голосу Мурчик повинен вгадати, кого він торкнувся. Якщо він не вгадає, всі повертають коло кілька разів, а Мурчик повторює гру, поки не зможе вгадати. Якщо він вгадає, яка це дитина, то зав'язує йому очі і виводить в центр кола. Веселощі починаються від початку.

Матеріали: повітряна куля, хустинка
(для зав'язування очей).

■ Bojanowski, t. I, c. 492.

<https://siostry.net/ua/ip23>



24 Для чого солома?

Тренування розуму – уяви.

Усі діти сідають у коло. Один з них стає посередині і ставить кожному по черзі запитання: «Для чого можна використовувати солому?» Веселощі триває кілька ходів поспіль, і діти щоразу намагаються сказати щось нове. Дитина, яка не відповідає або дає неправильну відповідь, повертає щось назад, наприклад, цукерку. Цю гру можна змінити, час від часу змінюючи тему питання.

Матеріали: фрукти, цукерки чи інші солодощі або інші речі.

■ Bojanowski, t. I, c. 496.



Цікавий факт:

цю гру згадував Лукаш Гурницький, у творі польський Придворний. Серед дітей його поширював єпископ Петро Томицький (1464-1535).

<https://siostry.net/ua/ip24>



25 Обертання

Вправа для всіх частин тіла,
спритності та руху.

Кидаємо м'яч так, щоб він відскочив від стіни або стіни. За цей час ми швидко повертаємося, щоб зловити м'яч зверху чи знизу.

Матеріали: м'яч

■ Bojanowski, t. I, с. 490.

<https://siostry.net/ua/ip25>



Вправа уваги, спритність тіла,
рухи і спритність рук.

На нитку (або стрічку) нанизайте кільце і зав'яжіть його кінці. Діти стають у коло, тримають в руках шнурок і, танцюючи, переміщують кільце між собою з руки в руку. У центрі кола знаходиться одна дитина, його завдання знайти кільце, яке постійно рухається, а решта дітей повинні утрудняти йому це. Дитина, у якої було кільце, коли його знайшли, міняється місцями з дитиною, яка його шукала.

Під час гри діти, які утворюють коло, можуть співати пісні, наприклад:

Ручка через ручку
Пускає обручку
Геть, геть від мене!
Ти шукаєш марно.

Матеріали: стрічка або шнурок, кільце.

■ Bojanowski, t. I, c. 480.

Цікавий факт:

ця гра була популярна у дітей на Підляшші.

<https://siostry.net/ua/ip26>



Вправа для всіх частин тіла.

Розставляємо в ряд три табуретки, на які кладеться хлопчик на спину. Потім середній табурет висувається з-під нього так, що ноги хлопчика опинилися на одній табуретці, голова — на іншому, а випрямлений тулуб — у повітрі. Даємо хлопчику палицю і одягаємо капелюхи на чотири табуретки, розміщені по обидва боки голови і ніг. Забава полягає в тому, щоб збити всі ковпачки з табуреток за допомогою тростини, зберігаючи при цьому положення тіла.

Матеріали: 6 табуретів, 4 шапки, тростина.

■ Bojanowski, t. I, с. 484-485.

<https://siostry.net/ua/ip27>



28 Посланець

Тренування пам'яті, руху та форми тіла.

Діти стають у коло. Один із них заходить всередину і, співаючи лічилку, після кожного слова торкається іншої дитини:

«Нам потрібен посланець в дорогу,
Всі кажуть: я не можу
Я не хочу.
Тож на кому зупиниться черга
Має занести послання
Розумію! Ось ти!»

Дитина, на яку випало останнє слово, стає посильним і отримує від того, хто вираховував завдання – видати доручення кільком дітям, імена, яких буде згадано. Воно має складатися з головного і додаткового завдання, які відрізняють дієслова ти «мусиш» і «можеш», напр. ти «Мусиш сказати для Яцка щоб пішов до саду копати і Каші щоб нарвала трави, йдучи до мене привітай від мене Михайла». Якщо посильний помилиться в головному завданні – дає фант, тобто щось взамін і повторює доручення. Якщо помилиться в додатковому завданні, повторює його ще раз, але без фантів. У обох випадках завдання виконуються так довго, поки це не буде зроблено добре. Коли все вдасться зробити правильно, грає розпочинається заново, а той, який виконував завдання визначає наступного посильного.

■ Bojanowski, t. I, c. 499.

<https://siostry.net/ua/ip28>



Діти сідають у коло. Один з них тримає хустку і кидає її обраній дитині і вимовляє одне зі слів «повітря», «земля» чи «вода». Якщо він каже: «повітря», то дитина, яка отримала хустку, повинна швидко назвати тварину, яка живе в повітрі (наприклад, голуб, ластівка, муха), якщо каже: «земля», то обрана дитина називає тих, хто живе на землі (наприклад, собака, кіт, кінь) або в землі, і якщо кажуть «вода», треба вказувати на істот, що живуть у воді (наприклад, риба, короп, щука). Складність гри збільшується, коли людина, яка кидає хустинку вимовляє два слова, наприклад «повітря» і «земля». Тоді необхідно замінити тих тварин, які можуть перебувати в повітрі і на землі. Дитина, яка не відповідає швидко або повторює відповідь іншої людини, стає на коліна і чекає, коли хтось знову кине їй хустку. Коли він відповідає правильно, він сідає, а якщо не відповідає правильно – стає на коліна на інше коліно. Після третьої неправильної відповіді дитина вибуває з гри.

Матеріали: хустинка

■ Bojanowski, t. I, c. 496.

<https://siostry.net/ua/ip29>



Вправа уваги та руху тіла,
спритність у ходьбі та бігу.

У грі має брати участь непарна кількість дітей. Беруться за руки і стають у коло. Один із них заходить всередину і, обернувшись, співає:

«На вулиці гуляє птах,
Шукаючи зернятко жита .
І я танцюю в колі цім
І оберу тебе завзято»

В кінці пісні він обирає одного з дітей, а потім решту поєднують у пари. Дитина, яка залишилася без пари, йде в центр і веселощі починаються заново.

■ Bojanowski, t. I, с. 470-471.

<https://siostry.net/ua/ip30>



31 Краб

Тренування уваги, руху
та спритності тіла.

Стаємо спиною до стіни і кидаємо м'яч між ніг так, щоб він відскочив спочатку від стіни, а потім від землі. Намагаємося зловити м'яч зверху або знизу.

Матеріали: м'яч

■ Bojanowski, t. I, с. 490.

<https://siostry.net/ua/ip31>



Тренування розуму – уяви.

Діти кладуть два пальці на стіл. Один з дітей піднімає пальці і каже: «Віл має роги, корова має роги, баран має роги, конь має роги». Інші діти, які тримають пальці на столі, піднімають їх щоразу, коли речення правильне. Хто помиляється, той дарує свій улюблений овоч іншим.

Гра може бути модифікована, вибираючи замість рогів інші загальні риси тварин або предметів, наприклад, летить соловей, летить лека, орел, баран.

Матеріали: овочі

■ Bojanowski, t. I, c. 496.

<https://siostry.net/ua/ip32>



Тренування уваги, руху і спритності
рук та всіх частин тіла.

Дитина кладе на руку згорток кольорового паперу, пір'їнку (або інший довгий і легкий предмет), а вправніший – палицю чи тростину і намагається знайти рівновагу. Водночас дитина повинна ходити, опускатися на коліна, позмінно сідати і вставати. Коли дитина набере вправності, вона може покласти предмет на пальці або перекидати його з однієї руки на другу.

Матеріали: кольоровий папір, перо,
палиця, тростинка.

■ Bojanowski, t. I, с. 479-480.

<https://siostry.net/ua/ip33>



34 Падіння яблука

Тренування уваги та бігу,
спритності всіх частин тіла.

Повісьте яблуко чи грушу на нитку так високо, щоб дитина під час стрибків могла дотягнутися до неї паличкою. Діти стають в ряд і по черзі біжать до груші чи яблука. У тому місці, де висить яблуко чи груша, вони підскакують і намагаються торкнутися його палицею. Хто вдарить овоч, той отримує його як нагороду. Також на нитку можна повісити кільце, яке потрібно зняти паличкою. Хто в цьому досягне успіху, той отримує приз.

Матеріали: яблуко, нитка, паличка.

■ Bojanowski, t. I, с. 484.

<https://siostry.net/ua/ip34>



Тренування відчуття дотику.

Діти стають у коло. Один дітей обирається равликом, потім сідає в центр кола і повністю покривається великим шарфом/ковдрою, залишаючи невеликий отвір для проходження руки. Решта дітей підходять до равлика і співають:

« Равлик, покажи мені роги!
За вареники отримаєш гроші.
Якщо ви вгадуєш для розваги
Яке листя і траву ти торкаєш?»

Укрита хусткою дитина простягає стиснуту руку, піднімає вказівний і середній пальці, прикидаючись рогами равлика, торкається предметів, які йому подарували діти, і вгадує, що це таке. Об'єктами можуть бути, наприклад, листя з дерев, польові квіти, трави, фігурки, маленькі іграшки.

Пізніше діти можуть дати равлику розпізнати два, три, чотири і, нарешті, п'ять об'єктів одночасно, які равлик, торкаючись до нього відповідною кількістю пальців, повинен розпізнати відразу. Дитина, предмети якої вгадала равлик, замінює його, і він приєднується до решти дітей.

Матеріали: шарф або ковра, дрібні предмети, щоб відгадати (наприклад, листя, трави, польові квіти, фігурки, маленькі іграшки).

■ Bojanowski, t. I, c. 494-495.

Цікавий факт:

ця гра взята з повсякденного життя, коли діти зустрічають равлика і розмовляють з ним з перших двох рядків цитованої потішки. Коли він розтягує роги, вони торкаються до них, змушуючи равлика приховати їх.

<https://siostry.net/ua/ip35>

Тренування уваги, уяви та спритності.

З розкиданої колоди карт формуємо коло, розміщуємо на ньому картковий будиночок, в якому нібито спить кіт. Весело витягти з-під будиночка якомога більше карт, щоб не розбудити кота, тобто не зруйнувати конструкцію. Будинки можуть бути побудовані будь-якими плануваннями, рядами або складатися з кількох поверхів.

Матеріали: колода карт

■ Bojanowski, t. I, с. 480

<https://siostry.net/ua/ip36>



Один із дітей виходить із кімнати, інші ховають шпильку, яку потім шукатиме за допомогою музики. Чим далі ви знаходитесь від об'єкта, який шукаєте, тим тихіше ви будете чути музику, а чим ближче до неї, тим голосніше вона буде. Більше дітей можуть взяти участь у цій грі і разом шукати заховані предмети – закуски чи фрукти, які згодом можуть стати для них нагородою. Музику можна замінити дзвіночком або будь-яким інструментом, наприклад, губною гармонікою.

Матеріали: шпилька або фрукти,
музичний плеєр, музичний
інструмент або дзвіночок.

■ Bojanowski, t. I, c. 494.

<https://siostry.net/ua/ip37>



38 Одяганка

Тренування уваги, руху,
спритності і форми тіла.

Дитина, що грає, відбиває м'яч від землі і імітує дії, наприклад, одягається, миється, одягає взуття, штани, розчісується. Кожну з дій необхідно виконати і зловити м'яч, який падає. Все повторюється тричі.

Матеріали: м'яч

■ Bojanowski, t. I, c. 490.

<https://siostry.net/ua/ip38>



Тренування уваги і зору.

Одного з дітей вибирають, щоб він вгадав, кому поклонитися. Інші діти, по черзі, відходять убік і тихенько визначають, кому інший повинен вклонитися. Після обговорення вони шикуються в коло з повітряними кульками в руках. Дитина, яка має вгадати, заходить у середину кола і уважно за всім спостерігає, намагаючись розпізнати, кому вона має вклонитися. Якщо він вгадає і кланяється правильній дитині, то він має право брати участь у повторній грі і вибирає того, хто має замінити його. Якщо він вклониться не тій людині, то всі діти будуть бити його повітряними кулями, поки він не зможе вийти з кола. Веселощі починаються заново, і вгадує той, хто помилково вклонився.

■ Bojanowski, t. I, c. 531-532.



Цікавий факт:

Ця гра схожа на гру «Золотий м'яч», в якій ніхто з дітей не знає, у кого є м'яч, крім його власника. Тому ніхто не може розкрити таємницю і вказати, у кого знаходиться м'яч. Тому ця гра складніша і вимагає більше уваги. У грі «Уклін» діти знають секрет, тому часто несвідомо розповідають людині, яка відгадує, наприклад, дивлячись на дитину, або змінюючи власний вираз обличчя.

<https://siostry.net/ua/ip39>



40 Вовк і гуси

Тренування уваги, руху і спритності
тіла при ходьбі та бігу.

Діти шикуються один за одним, тримаючись за руки. Перша гуска – мати, її обов'язок захистити своїх дітей, бо вовк хоче всіх гусей зловити. Гра починається так: вовк сідає посередині і вдає, що копає яму і розпалює багаття. Гуска-мама з дітьми кілька разів обходять її і починається розмова:

Гуска: Для чого ця ямочка?

Вовк: До вогню.

Гуска: А це вогонь, для чого?

Вовк: Щоб нагріти воду.

Гуска: А ця вода?

Вовк: Помити тарілки.

Гуска: А ці тарілки?

Вовк: Для гусей.

Гуска: А де вони у вас?

Вовк: За моїм поясом!

Коли вовк вимовляє свої останні слова, він накидається на останнього із гусей.

■ Bojanowski, t. I, c. 472-473.

Цікавий факт:

У 19 столітті ця гра була відома майже по всій Польщі.

<https://siostry.net/ua/ip40>



41 Привіт, пане сусіде

Вправа на увагу, рух – спритність тіла
і спритність при ходьбі та бігу.

Діти стають один навпроти одного в два ряди, щоб між ними було достатньо місця для двох осіб. Один із дітей стрибає на одній нозі (мінючи її) або на обох ногах посередині між рядами. Одна дитина продовжує стрибати і каже дитині, яка стоїть перед ним: «Привіт, сусід!» Друга дитина також стрибає в середині рядів, потім один повертається праворуч, а інший — ліворуч і стрибає за межі рядів, оббігаючи їх спиною до спини, поки вони не зустрінуться на іншому кінці один проти одного. Тоді перший питає другого: «Як справи, пане сусіде (сусідку)?», а другий відповідає: «Як бачите, не встигаю». Вони обидва стрибають у свої попередні положення, цього разу в середині між рядами, але також спиною до спини та обличчям до інших дітей. На іншому кінці кожен запитує нового сусіда: «Як справи?» Відповідають: «Спасибі, сусіде, добре, стрибайте далі!» Тоді перша пара стрибає далі, а новий сусід стрибає між рядами і запитує дитину перед ним: «Як справи?» Той відповідає: «Як бачите, у мене немає часу». Потім вони стрибають, як перша пара.

Веселощі тривають, доки всі діти не рухаються.

[або:]

Гра досягає кульмінації, коли всі діти рухаються. Тоді ті, хто почав стрибати першими, зупиняються, тому що в них уже немає нових сусідів, і до них приєднується більше дітей. Гра закінчується, коли всі діти зупиняються.

■ Bojanowski, t. I, c. 470.

<https://siostry.net/ua/ip41>



42 Зайчик в долині

Тренування уваги, руху і спритності
тіла при ходьбі та бігу.

На землі (бруківці, підлозі) малюємо коло, яке перетинаємо двома лініями навхрест. Дитина, обертаючись у колі все швидше й швидше, повинна безпомилково вдарити то однією, то іншою ногою в частині невеликого кола. Він повинен рухатися, не пропускаючи при цьому такту пісні, яку він співає:

В долині стрибає заєць,
Пікидає ноги в такт
І ніби я його кидаю
Хочу бути зайченням.

Матеріали: шнурок, крейда або
малярський скотч
(для розмітки хреста).

■ Bojanowski, t. I, c. 470.



Цікавий факт:
Пісню про зайчика співали горяни в Татрах.

<https://siostry.net/ua/ip42>



Тренування уваги та пам'яті.

Двоє дітей домовляються мати з собою щось зелене на певний проміжок часу, наприклад, листочок, гілочку чи хустку. Потім вони визначають, що вони повернуть у відповідь, якщо їх спіймають без жодного із зелених предметів.

Матеріали: листя, гілочки,
різнокольорові хустки.

■ Bojanowski, t. I, с. 497-498.



Цікавий факт:

ця гра тренує пам'ять і вчить зав'язувати міцні дружні стосунки.

<https://siostry.net/ua/ip43>



44 Склади

Тренування уваги, мислення
та сприйнятливості.

Діти сідають у коло. Один із них тримає хустку і, вимовляючи перший склад слова, кидає хустку іншій дитині, завдання якої — закінчити склад так, щоб з'явилося слово, наприклад, мама, малий. Гра полягає в тому, щоб якомога швидше доповнити слово і передати хустку іншому учаснику гри.

Матеріали: Хустинка

■ Bojanowski, t. I, c. 507.

<https://siostry.net/ua/ip44>



П'ятеро дітей сидять на підлозі по колу. Кожне з них є одним із органів чуття: зір, слух, дотик, нюх і смак. Шоста дитина перераховує речі або предмети, пов'язані з будь-яким із почуттів, які спадають йому на думку. Якщо сказане відчувається якимось відчуттям, то відповідна дитина має встати. Якщо до однієї руки пасує більше ніж одне відчуття, то встають двоє або більше дітей. Кожен з них повинен сказати, чому або чому він не встав. Наприклад, шоста дитина каже «яблуко». Усі діти встають, крім того, що чують, і говорять:

«Я бачу яблуко» (зір).

«Яблуко смачне» (смак).

«Яблуко пахне» (нюх).

«Я доторкаюся до яблука» (доторкнутися).

З іншого боку, дитина, яка чує, каже: «Я не встала, бо яблуко само по собі не видає звуків».

Той, хто не встає або встає без потреби, повинен щось повернути, наприклад, фрукти чи солодоші.

Матеріали: фрукти або солодоші
або інші речі.

■ Bojanowski, t. I, c. 491.

<https://siostry.net/ua/ip45>



Тренування уваги, руху та спритності тіла,
спритності в ходьбі та бігу.

Діти діляться на дві групи, одні жаби, інші лелеки. Вони стоять разом із членами своєї команди. Жаби підходять до межі, де стоять лелеки, а двоє найсміливіших дітей виходять за межі і, наслідуючи квакання жаб, починають розмову:

Один: Привіт, хай, кум, кум!

Другий: Привіт, хай, кум, кум!

Один: Друг!

Другий: Що?

Один: у тебе є брат?

Друге: Ні, немає

Перший: Де він подівся

Друге: Взяв Пан

Один: Що за Пан?

Другий: пан Лелека.

або:

Рачу, Рачу

Перший: Привіт, хай, кум, кум, гей жаба ...

У тебе є брат, друже?

Друге: Хі, хю, кум, кум, я не маю брата

Вони забрали його у мене з цього світу

Перший: Хто ж у тебе, жабенятко, брата взяв?

Два: Гей, панове, лелеки.

Що вони ходять по канаві.

Лелеки: Гей! У воду

Ми будемо ловити жаб.

Лелеки відповідають: раді, раді і накидаються на маленьких жабенят, але вони можуть переслідувати їх, стрибаючи на одній нозі. Гра

триває доти, доки лелека-жаби або жаби не зловлять, якщо якась із них перетне межу жаб.

■ Bojanowski, t. I, c. 474.



Цікавий факт:

Подібна гра була відома ще в Стародавній Греції. Один з гравців тікав на двох ногах, а інший переслідував його, стрибнувши на одній нозі.

<https://siostry.net/ua/ip46>



