

# PRÍRUČKA K SEM TÁBOROM



# MILÍ NAŠI VEDÚCI,

Ako všetci vieme, tábory sú neodmysliteľnou súčasťou činnosti našich dorastov, mládeží a SEMu ako takého. Organizujeme ich pravidelne s väčším či menším podielom stresu, trochou napätia, radosťou a vdáčnosťou z vydareného času a zasiahnutých životov našich mladých.



Ako však pripraviť tábor čo najlepšie?  
Na čo všetko si treba dať pozor, práve  
v tomto, pre všetkých nás novom  
období?

Aj tieto otázky sme si kládli v SEMe. Práve preto vám prinášame krátku, stručnú avšak veríme, že prínosnú príručku. Vznikla z našich osobných skúseností ale tiež ako reakcia na aktuálnu situáciu, spojenú s pandémiou Covid-19.

Všetky usmernenia týkajúce sa pandémie vychádzajú z usmernenia hlavného hygienika SR k prevádzke zotavovacích podujatí.

## **SEM -** SPOLOČENSTVO EVANJELICKEJ MLÁDEŽE

Zostavili: Jana Lukáčová, Lea Chynoranská  
Grafické spracovanie: Lea Chynoranská

# PRÍPRAVA TÁBORA

## AKO PRIPRAVIŤ DOBRÝ TÁBOR?

Nižšie nájdete zhrnuté veci, ktoré sú neoddeliteľnou súčasťou kvalitnej prípravy tábora.



**Kvalitný tím** – pre dobré fungovanie tábora je nevyhnutné zložiť spoľahlivý a primerane veľký tím. Je dôležité vybrať ľudí, ktorých nielen poznáte, ale viete aj o ich daroch, talentoch, či slabých stránkach. Tieto informácie pomôžu lepšiemu rozdeleniu úloh a zodpovedností.

### Pozor na:

1. Príliš malý tím – niektoré zbory nemajú k dispozícii dost' vedúcich, ktorí by mohli pokryť všetky potrebné úlohy v tíme (hudobník, vedúci hier, rečník, kuchár...) Netreba sa však báť osloviť susedné zbory, či iných mládežníkov ktorých poznáte. Nový človek môže priniesť nápady a zmenu do zabehaných koľají.



2. Príliš veľký tím – tím, ktorý je príliš veľký je často veľmi neefektívny, pretože sa každý spolieha na toho druhého. Takýto tím, je tiež mimoriadne náročné koordinovať a usmerňovať. K tomuto problému dochádza najmä v prípade, že sa naraz zoberie priveľa nových pomocníkov. Netreba zabudnúť, že nový člen tímu vyžaduje vedenie a usmerňovanie počas celého tábora.

Tip: napíšte si zoznam úloh (kapela, rečníci, hry...), ktoré potrebujete pokryť a skúste postupne dopĺňať mená, tak aby ste mali pri každom políčku niekoho. Zabezpečíte tým, že každý bude mať svoju úlohu a zodpovednosť.



**Hlavný vedúci tábora** – človek, ktorý nevedie len tábor samotný ale aj dozerá na prípravu, rozdeľuje úlohy a taktiež formálne zastupuje tím pred rodičmi. Je dôležité, aby to bol skúsený dospelý vedúci, ktorý disponuje autoritou a organizačnými schopnosťami. Hlavný vedúci komunikuje s jednotlivými členmi tímu, dohliada na dodržiavanie pravidiel a potrebuje zabezpečiť správne a jasné porozumenie jednotlivých úloh.



**Miesto tábora** – výber správneho miesta je jednou z kľúčových úloh príprav. Pred hľadaním samotného miesta si treba odpovedať na nasledujúce otázky:

- „ Aký bude približný počet účastníkov?
- V akom termíne by ste tábor chceli organizovať?
- V akom cenovom rozmedzí sa chcete pohybovať?
- Aké je zameranie vášho tábora?
- Plánujete výlety do okolia?
- Akým aktivitám sa plánujete venovať? “

**POZOR:** Nezapomnite so správcom/majiteľom ubytovacieho zariadenia pred táborom komunikovať v dostatočnej miere.

Všetky tieto faktory je dôležité pri výbere vášho miesta brať v úvahu.



**Táborová téma** – vybrať správny „obsah“ tábora je nepopierateľne jedna z najťažších úloh príprav. Pri výbere témy treba myslieť na jeho potenciálnych účastníkov. Je potrebné zohľadniť ich vek, počet, či tábor bude zameraný najmä na stálych členov dorastu a mládeže alebo bude otvorený novým ľuďom...

Na výber konkrétnej témy si nechajte viac času, premýšľajte nad ňou, modlite sa a uvažujte či je práve toto tím čo potrebujú účastníci počuť. Nezapomnite si tému nakoniec rozpracovať na jej menšie časti a jednotlivé témy, tak aby sa ich obsah neopakoval, ale naopak dopĺňal.

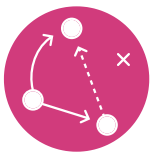
**POZOR:** v nadšení niekedy máme tendenciu vybrať tému, ktorá sa neskôr často ukáže, ako nie veľmi vhodná pre tú konkrétnu skupinu. Určite sa zamyslite nad konkrétnymi témami a tým, do akej miery sa dopĺňajú, opakujú, čo je aplikáciou a nosnou myšlienkou každej z nich. Zamyslite sa nad úskaliami každej z tém dňa a až po dôkladnom zvážení túto tému aplikujte.





**Harmonogram** – pred táborom si pripravte harmonogram dňa, ktorý bude odrážať vaše reálne možnosti a očakávania. Nastavte si ho tak, aby sa činnosti na tábore striedali a brali v úvahu časy potrebné na prípravu (napríklad veľká táborová hra). Bud'te pripravení v nevyhnutných prípadoch (zlé počasie...) tento program upravovať.

POZOR: Nepristupujte ako tím k harmonogramu, ako k niečomu čo si neustále budete pre pocit pohodlia meniť. Urobte všetko preto, aby ste časy jednotlivých programov dodržiavali.



**Plán príprav** – stanovte si s tímom, časový plán dokončovania príprav –kedy budú pripravené hry, semináre, aktivity... V tejto oblasti by sa mal iniciovať najmä hlavný vedúci, ktorý dozerá na stav príprav. Takýto plán nemá slúžiť na znervóznenie tímu, ale naopak mal by zabrániť nepripravenosti a dokončovaniu, či príprave vecí priamo na mieste.

POZOR: prípravy seminárov, workshopov či dokonca tém počas tábora spôsobujú zbytočný stres, nedostatok priestoru venovať sa účastníkom tábora a taktiež nekvalitný obsah samotných tém.



**Prihláška na tábor** – správna prihláška musí spĺňať všetky zákonné rámce (GDPR) a musí byť fyzicky podpísaná zákonným zástupcom. Predlohu takejto prihlášky nájdete aj na našej stránke, odkiaľ si ju môžete stiahnuť a upraviť. Prihláška by mala obsahovať aj všetky potrebné informácie pre zákonného zástupcu – čo si treba zbalit', kontakt na vedúceho tábora zodpovedného za komunikáciu s rodičmi.



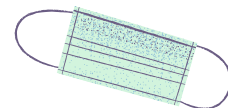
POZOR: Vyhnite sa len online prihláškam bez podpisu a nikdy neberte na tábor/ víkendovku človeka bez platnej prihlášky.



**Zdravotník a Hygiena** – tábory organizované SEMom a našimi členskými mládežami, na základe uznesenia Úradu verejného zdravotníctva nepatria medzi zotavovacie tábory, ale sú len vyvrcholením celoročného neformálneho vzdelávania. Z toho dôvodu sa na nás nevzťahuje celý § 25 zákona 355/2007 a vyhlášky 526/2007

CO TO ZNAMENÁ?

Na tábore nemusíte mať diplomovaného lekára či zdravotnú sestru. Napriek tomu však odporúčame, aby na každom tábore bol zdravotník s čo možno najvyšším dosiahnutým vzdelaním v tejto oblasti.



V rámci tábora taktiež nie je potrebné poslať 30 dní pred konaním tábora oznámenie na Regionálny úrad verejného zdravotníctva. Taktiež nemusíte od detí pýtať potvrdenie o zdravotnej spôsobilosti, či požadovať potvrdenie o zdravotnej spôsobilosti vedúcich. Taktiež nemusíte disponovať lekárničkou vybavenou podľa zákona avšak odporúčame zbalit' čo najkvalitnejšiu lekárničku pre základné potreby tábora.

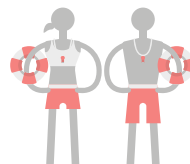
Tip: Zistite si miesto pôsobenia najbližšieho lekára a najbližšej pohotovosti.



**Poistenie** – z bezpečnostných dôvodov odporúčame účastníkov tábora poistiť pre prípady úrazov. Takéto poistenie je nevyhnutné najmä pri výletoch do vysokohorského prostredia.



**Návšteva atrakcií** – k táborom patria aj krátke jednodňové výlety. Pri jeho organizovaní si overte všetky potrebné informácie. Treba si naštudovať otváracie hodiny, možnosti dopravy, zvážiť bezpečnosť a podobne. Najmä pri návšteve kúpalísk vás žiadame o návštevy výlučne zariadenia s dozerajúcim plavčíkom a o dôrazný dohľad nad deťmi.



# NA ČO SI DAŤ POZOR

## Na čo si dať pozor pri táboroch v čase pandémie:



**Ubytovanie a prevádzková hygiena** – organizátor tábora je povinný zabezpečiť dôslednú dezinfekciu priestorov tábora – spoločenská miestnosť, jedáleň a najmä hygienické zariadenia. Upratovanie musí byť zabezpečené na dennej báze a v prípade jedálne pred každým podávaním stravy. Používajú sa pri tom prostriedky s virucídnym účinkom. Hygienické zariadenia musia byť vybavené výlučne tekutým mydlom s virucídnym účinkom, jednorazovými utierkami v inom prípade musí mať každé dieťa svoj vlastný uterák. Pri umývaní sa tiež musí nachádzať kôš na jednorazové utierky. V budove by sa tiež mala nachádzať dezinfekcia na ruky – ideálne pri vstupe do budovy, jedálne či spoločenskej miestnosti. Dôležitou súčasťou hygieny je aj časté vetranie spoločných priestorov a izieb. V priestoroch tábora je tiež potrebné zabezpečiť samostatnú izbu a hygienické zariadenie, ktoré v prípade potreby môže slúžiť ako izolačná miestnosť.



Deti sú vylúčené z upratovania s výnimkou vlastných izieb o ktoré sa aj naďalej môžu starať samé. Za hygienu ubytovacích priestorov a jej kontrolu zodpovedá organizátor tábora alebo iná poverená osoba (najčastejšie zdravotník).



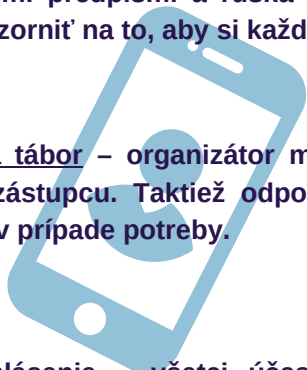
**Maximálna kapacita tábora** – maximálny počet osôb musí v prvom rade spĺňať nariadenia Úradu verejného zdravotníctva SR, ktoré bude v platnosti v čase konania tábora. Taktiež je dôležité dodržiavať kapacitu ubytovacieho zariadenia a jeho kapacitu umelo nenavýšovať.



**Nosenie rúšok v priestoroch tábora** – pre účastníkov a personál letných táborov platí výnimka a preto rúška v tomto prípade nie sú potrebné. Po opustení priestorov tábora sa organizátor a účastníci riadia platnými predpismi a rúška nosia tam, kde sú nevyhnutné. Z tohto dôvodu je organizátor povinný upozorniť na to, aby si každý účastník tábora so sebou zbalil aj svoje rúško (aj viac kusov).



**Prihláška na tábor** – organizátor musí venovať obzvlášť veľkú pozornosť platným kontaktom na zákonného zástupcu. Taktiež odporúčame, aby organizátor poprosil zákonného zástupcu o jeho dostupnosť v prípade potreby.



**Čestné prehlásenie** – všetci účastníci tábora a taktiež personál a vedúci tábora, odovzdajú organizátorovi platné čestné prehlásenie o bez infekčnosti a žiadnych prejavoch covid-19. Toto vyhlásenie bude podpísané v deň nástupu na tábor buď plnoletým účastníkom alebo v prípade detí jeho zákonným zástupcom.



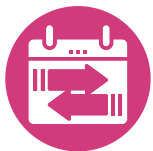
**Doprava** – v prípade cesty na tábor odporúčame zabezpečiť vlastnú dopravu pre jeho účastníkov. V prípade, že to nie je možné je potrebné dodržať všetky platné predpisy o cestovaní hromadnou dopravou (rúško, dezinfekcia...).



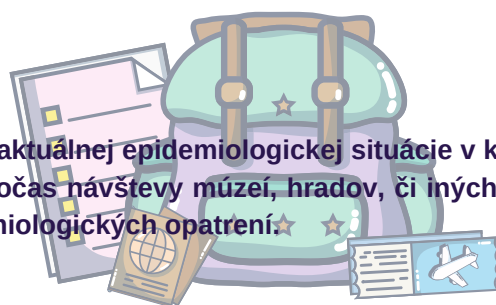
**Osobná hygiena** – organizátor poučí účastníkov tábora o správnom umývaní rúk a použití bezoplachovej dezinfekcie. Zároveň upozorní na správny postup zakrytia nosa a úst pri v kýchaní a prípadnom kašli. Taktiež organizátor je zodpovedný za dozor pri dodržiavaní týchto zásad a hygieny detí.



**Zdravotník** – každý tábor disponuje povereným zdravotníkom (s čo najvyšším vzdelaním v danej oblasti). Prostredníctvom neho je vykonaný vstupný filter účastníkov a taktiež vedúcich tábora. Zároveň zdravotník vykonáva zvýšený dohľad na zdravotný stav a prípadné prejavy ochorenia. Zdravotník počas tábora uchováva u seba prihlášky so zdravotnou anamnézou, čestné prehlásenia (tie uchová minimálne 14 dní po tábore).



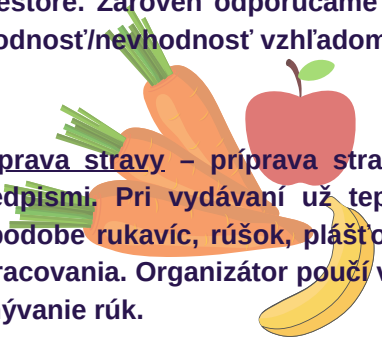
**Jednodňové výlety** – výlety sa môžu organizovať podľa aktuálnej epidemiologickej situácie v krajine. Na tento účel odporúčame použiť súkromnú dopravu. Počas návštevy múzeí, hradov, či iných miest organizátor zabezpečí dodržiavanie všetkých protiepidemiologických opatrení.



**Hry a aktivity** – v prípade priaznivého počasia odporúčame tráviť čo najviac času vo vonkajšom priestore. Zároveň odporúčame vyvarovať sa priveľmi kontaktným hrám a pri každej hre zvážiť jej vhodnosť/nehodnosť vzhľadom k aktuálnej situácii.



**Príprava stravy** – príprava stravy musí byť zabezpečená v súlade so sprísnenými hygienickými predpismi. Pri vydávaní už tepelne spracovanej stravy je dôležité dodržiavať zvýšenú hygienu v podobe rukavíc, rúšok, plášťov. Deti sa môžu podieľať na príprave jedla do času jeho tepelného spracovania. Organizátor poučí vybrané deti o hygienických zásadách a taktiež dohliadne na správne umývanie rúk.



Personál kuchyne musí mať k dispozícii vlastné hygienické zariadenie, umývadlo s tekutým mydlom, jednorazové utorky.



# Postup v prípade výskytu Covid-19

Napriek snahe organizátora tábora a dodržiavaniu všetkých stanovených pravidiel môže dôjsť k objaveniu sa nákazy COVID-19 na tábore. Z tohto dôvodu musia byť všetci organizátori táborov pripravení aj na túto možnosť. Nasledovné kroky boli vypracované na základe usmernenia Úradu verejného zdravotníctva a je nutné ich v prípade podozrenia na nákazu COVID-19 v plnom rozsahu dodržať.



**Izolácia** – organizátor je povinný zabezpečiť priestor na izoláciu chorého spolu so samostatným hygienickým zariadením (WC, teplá tečúca voda na umývanie rúk, jednorazové uteráky, samostatný kôš). Je potrebné zabezpečiť aj samostatný príbor, pohár, tanieru, ktoré sa budú umývať osobitne a nezamiešajú sa s riadom zdravých osôb. Organizátor tábora zabezpečí zvýšenú hygienu kľučiek, vodovodných kohútikov a ďalších kontaktných miest.



**Zabránenie skupinovej nákazy** – v momente prepuknutia alebo podozrenia z nákazy, musí dôjsť k izolácii všetkých z nákazy podozrivých osôb, ale taktiež aj ich blízkych kontaktov (spolubývajúcich na izbe).



**Návrat domov** – organizátor je povinný okamžite upozorniť rodičov alebo iných zákonných zástupcov na vyskytnutie ochorenia a neodkladnej povinnosti zabezpečiť odvoz z tábora. Zároveň je organizátor povinný upozorniť rodičov na neodkladnú povinnosť nahlásiť ochorenie do 14 dní po odchode z tábora nielen samotnému organizátorovi ale aj na Úrad verejného zdravotníctva.



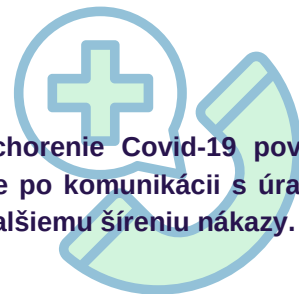
**Dezinfekcia** – organizátor je povinný zabezpečiť okamžité vydezinfikovanie miest, v ktorých sa nachádzal chorý a taktiež všetkých priestorov v ktorých sa pohyboval.



**Informácie** – organizátor je v prípade prepuknutia podozrenia na ochorenie Covid-19 povinný okamžite informovať regionálny úrad verejného zdravotníctva. Následne po komunikácii s úradom budú organizátorovi uložené protiepidemické opatrenia, aby nedošlo k ďalšiemu šíreniu nákazy.



**Zrušenie tábora** – v prípade preukázania výskytu ochorenia COVID-19, bude tento tábor okamžite zrušený. V prípade, že sa preukáže iné infekčné ochorenie bude ďalší postup závisieť od rozsahu nákazy.



# Bonus:

## Hry a aktivity nielen na tábor

Ako nepokaziť dobrú hru?

Aj dobrá hra sa dá jednoducho pokaziť, aby sa to nestalo aj vám, prinášame niekoľko jednoduchých zásad na ktoré si treba dať pri organizácii každej hry a aktivity pozor.

- 1** Pri novej hre sa vždy uistite, či naozaj dobre rozumiete pravidlám. Prejdite si ju od začiatku až do konca, uistite sa, že viete ako skončí, na čo si treba dať pozor a ako by sa pri danej hre dalo podvádzať či dokonca zraniť. Uistite sa, že pre všetky tieto prípady máte jasne stanovené pravidlá.
- 2** Pravidlá sa pri novej hre vždy zapíšte a pred ich vysvetlením hráčom ešte raz prečítajte.
- 3** Pripravte si všetky pomôcky vopred. Nikdy nehľadajte pomôcky počas hry alebo na poslednú chvíľu pred ňou.
- 4** Hru vysvetľujte zaujímavo, stručne a jasno. Zapamätajte si, že ideálna hra je vysvetlená do 1 minúty.
- 5** Vysvetlite všetky pravidlá na začiatku, nikdy ich nedopĺňajte počas hry, pokiaľ to nie je špecifickým zámerom hry.
- 6** Ak vysvetlenie pravidiel aj pri veľkej hre trvá prídlho, buď nejde o dobrú hru alebo treba nájsť iný/nový spôsob na jej vysvetlenie.
- 7** Uistite sa, že všetci aktéri hry, najmä iní vedúci rozumejú pravidlám a svojej úlohe v hre.
- 8** Pri hodnotení súťažných hier, buďte vždy féroví a zásadoví. Nikoho neuprednostňujte.
- 9** Zapamätajte si, že hra musí baviť nielen vedúcich, ale aj samotných hráčov. Ak ide o dlhú, stanovišťovú hru nezabudnite jej účastníkov motivovať a povzbudzovať.
- 10** Nebojte sa hry upravovať podľa vašich potrieb. S trochou námahy sa dajú aj staré a známe hry zmeniť na niečo nové. Napríklad stará známa električka a drobnou úpravou kedy sa signál posielal na stlačení ušného lalôčika sa stane novou vtipnou hrou, pokojne aj na von.

! Vedúci musia byť tí najmotivovanejší hráči. Ak nechcú hrať hru vedúci, nebudú ju hrať aj účastníci.

Ak sa vám podarí dodržať všetky tieto zásady, ste na najlepšej ceste pripraviť zaujímavé hry a aktivity pre deti, dorast a mládež.

Dole vám ponúkame niekoľko našich overených hier a aktivít.

### Katastrofy

Princípom hry je vyhnúť sa nejakým spôsobom štyrom rôznym katastrofám.

- 1. Tornádo-** všetci sa musia združiť na jednom mieste tak aby ich tornádo neodfúklo. Toto miesto vyberá vedúci hry
- 2. Povodeň-** všetci hráči musia zdvihnúť nohy tak aby sa im nedotýkali zeme napríklad si môžu sadnúť na stoličku alebo na stôl
- 3. Nálet-** radšej si musia skryť hlavu pod stoličku alebo stôl a však nemôžu stoličku zdvihnúť nad svoju hlavu
- 4. Zemetrasenie-** vedúci hry vyberie dvere v miestnosti respektíve zárubňu dverí pod ktorú sa budú všetci hráči musia schovať pred zemetrasením

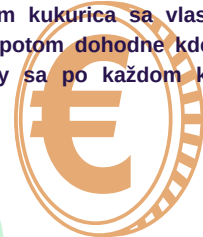
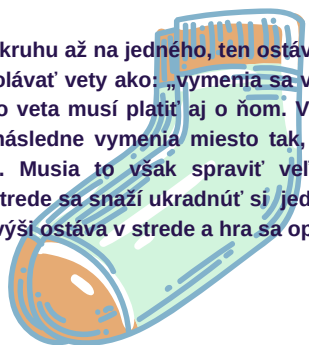
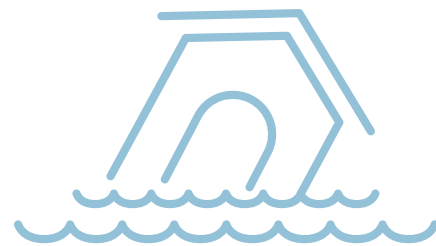
Vyhráva hráč, ktorý je najrýchlejší a ani raz sa nepomyli.

### Vymenia sa všetci tí...

Všetci hráči si posadajú do kruhu až na jedného, ten ostáva v strede kruhu. Jeho úlohou je vyvolávať vety ako: „vymenia sa všetci tí čo majú červené ponožky“ táto veta musí platiť aj o ňom. Všetci tí čo majú červené ponožky si následne vymenia miesto tak, aby nikto nesedel tam kde predtým. Musia to však spraviť veľmi rýchlo pretože človek ktorý bol v strede sa snaží ukradnúť si jedno miesto pre seba. Komu miesto nezvýši ostáva v strede a hra sa opakuje.

### Kukurica

Hráči sa rozdelia na dva tímy (tím1 a tím2) Tímy si sadnú oproti sebe pozdĺž stola (buď jedného dlhého alebo dvoch spojených). Tím1 si popod stôl posúva mincu a tím2 sa snaží sledovať kde sa momentálne minca nachádza. Keď tím2 povie stop, hráči tímu1 musia zdvihnúť ruky zaťaté v päst' na stôl. Následne povedia spolu nahlas ku-ku-ri-ca na prvé tri slabiky buchnú o stôl päst'ami a na poslednú otvorenými dlaniami. Slovom kukurica sa vlastne snažia skryť zvuk buchnutia mince o stôl. Tím2 sa potom dohodne kde je podľa nich minca. Ak uhádnu získavajú bod. Tímy sa po každom kole striedajú.





### Medúza

Hráči sedia v kruhu a medzi nimi je schovaný tichý zabijak takzvaná medúza. Pomocou žmurknutia v tichosti zabíja ostatných hráčov. Vždy keď na niekoho žmurkne hráč počká 5 sekúnd a následne hrá svoju smrť (otočí si stoličku). Ak má nejaký hráč podozrenie kto by mohol byť týmto tichým zabijakom povie nahlas „obviňujem“ a ukáže na svojho podozrivého. V tomto okamihu sa môžu aj ostatní hráči vyjadriť k tomu, kto by mohol byť tichým zabijakom. Ak bolo obvinenie pravdivé hra sa končí. V prípade, že hráč obvinil nevinného človeka tak vypadáva a hra pokračuje.

### Jazdec, princezná a rytier

Hráčov rozdelíme do dvojíc (najlepšie by bolo ak by boli dvojice výškovo približne rovnaké). Dvojice sa snažia znázorniť nasledujúce tri pózy

1. Jazdec- jeden z dvojice tomu druhému vyskočí na chrbát
2. Princezná- jeden z dvojice chytí toho druhého na ruky ako princeznú

3. Rytier- jeden z dvojice si kľakne na jedno koleno a na to druhé si mu sane druhý z dvojice

Vedúci hry tieto tri pozície čoraz rýchlejšie opakuje. Vyhráva v dvojica ktorá sa ani raz nepomýli a je zo všetkých najrýchlejšia.

### Rozprávky

Hráčov rozdelíme na dva tímy. Tím1 má za úlohu vybrať nejakú rozprávku, ktorú bude tím2 znázorňovať. Z tímu2 odídu všetci až na jedného dobrovoľníka za dvere alebo z miestnosti. Tím1 prezradí názov rozprávky tomuto dobrovoľníkovi. Ten má daný nejaký čas na to, aby si rozmyslel akým spôsobom znázorní rozprávku bez slov. Potom čo vyprší tento čas do miestnosti je zavolaný ďalší hráč z tímu2. Tomu je rozprávka znázornená jeho spoluhráčom. Musí si to zapamätať a následne to ukázať ďalšiemu hráčovi. Takto si to zopakujú všetci až príde rad na posledného hráča z tímu2. Ten musí uhádnuť o akú rozprávku ide. Tímy sa po každom kole striedajú a vyhráva ten s vyšším počtom bodov.

### Pokrievka

Hráči si posadajú do kruhu a každému hráčovi pridáme nejaké číslo. Následne vyberieme dobrovoľníka, ktorý bude v strede kruhu a v ruke drží pokrievku. Hráč v strede otočí pokrievku hore nohami a roztočí ju. V okamihu kedy pokrievku roztočí zvolá číslo. Hráč so zvolaným číslom sa snaží dostať k pokrievke avšak hráči, ktorí sedia po jeho stranách sa ho snažia zastaviť. Ak ho zadržia a nestihnú zastaviť pokrievku predtým ako sa prestane točiť zostáva v strede.



### Osobnosti

Medzi hráčmi sa rozdájú lístočky a perá. Každý hráč má za úlohu napísať na každý lístok meno nejakej osobnosti. Po čase sa všetky lístočky pozbierajú, poskladajú a dajú do nádoby. Následne sa hráči rozdelia na dva tímy. Každý tím si vyberie dobrovoľníka. Tento dobrovoľník má za úlohu za minútu opísať čo najviac osobnosti na lístkoch (nesmie použiť žiadny základ slova, ktorý by sa týkal priamo mien). Ak túto osobnosť nepozná alebo si nie je istý, môže ju preskočiť (avšak len 3x). Po minúte sa spočítajú body ktoré dosiahol a zapíšu sa. Tímy sa pravidelne striedajú po každom kole. Vyhráva tím z vyšším počtom bodov.

### Hlava, ramená, kolena

Hráčov rozdelíme do dvojíc a medzi každú dvojicu položíme plastový pohár a v prípade nedostupnosti plastových pohárov to môže byť aj topánka). Vedúci hry následne opakovaním hovorí: hlava, ramená, kolena, palce a hráči sa musia vždy dotknúť menovanej časti tela. Po nejakom čase opakovania vedúci hry zvolá pohár. Vtedy sa snažia hráči čo najrýchlejšie uchmatnúť pohár alebo topánku. Ten z dvojice čo je rýchlejší postupuje do ďalšieho kola. V ďalšom kole sa dvojice utvoria z tých ktorí ostali v hre. Hrá sa až kým nezostane jeden najrýchlejší víťaz.

### Vymení sa číslo

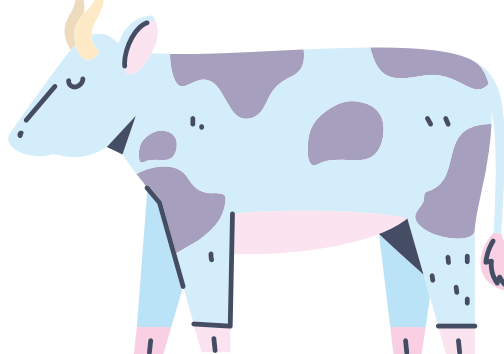
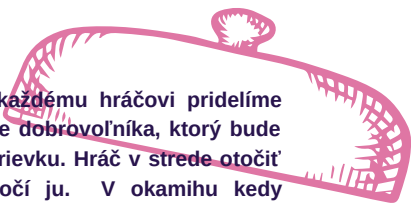
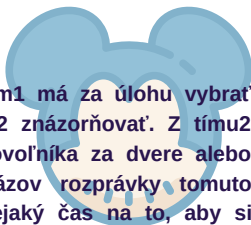
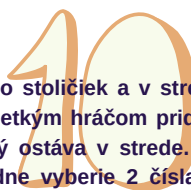
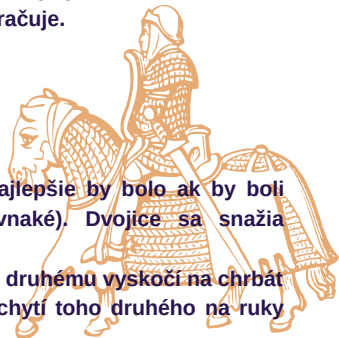
Spravíme kruh zo stoličiek a v strede kruhu spravíme z papierovej pásky na zemi štvorec. Všetkým hráčom pridáme číslo. Hráči si posadajú do kruhu až na jedného ktorý ostáva v strede. Tomuto zaviažeme oči šatkou. Človek so šatkou si následne vyberie 2 čísla. Tieto čísla sa snažia vymeniť si svoje miesta s tým, že sa v procese musia dotknúť štvorca, ktorý je nalepený na zemi. Dobrovoľník v strede sa ich snaží poslepiacky chytiť. Koho chytiť ostáva v strede. Ak nikoho nechytí volá nové dva čísla.

### Šialená krava

V tejto hre ide hlavne o rýchlosť. Poznáme tri pozície

1. Zdravá krava- sa hráči musia postaviť na všetky štyri
2. Šialená krava- hráči si ľahnúť na chrbát a kopu rukami a nohami
3. Mŕtva krava- hráči sa musia vyvaliť na bok

Úlohou vedúceho hry je tieto tri pozície opakovať v inom poradí a čoraz rýchlejšie. Hráči, ktorí sa pomýlia alebo sú príliš pomalí vypadávajú.



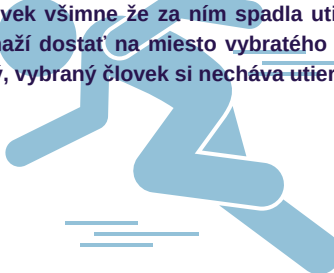
### Indián na 10

Jeden z účastníkov sa stáva indiánom na 10. Môže to byť táborník ale aj vedúci. Tento "indián" zvolá „indián na 10“ neočakávane a začne nahlas počítat' do desať. Ostatní sa za túto krátku dobu musia čo najlepšie skryť. Keď dopočíta do 10 začína indián hľadať. Musíme nájsť všetkých avšak ten koho nájde ak prvého sa stáva "indiánom".



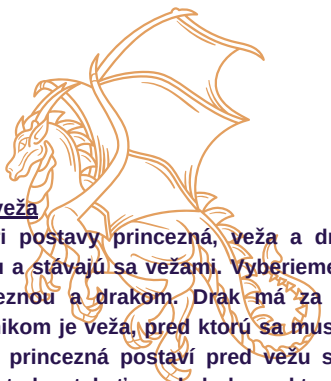
### Utierka

Hráči sa postavia do kruhu a vyberie sa jeden dobrovoľník, ktorý bude v stred. Tento dobrovoľník v ruke drží utierku/ šatku prechádza sa okolo kruhu a vyberie si toho kto ho bude naháňať tým, že za daným človekom pustí na zem utierku. Keď si daný človek všimne že za ním spadla utierka musí začať naháňať dobrovoľníka. Ten sa snaží dostať na miesto vybraného človeka. Ak tam dobehne bez toho aby bol chytený, vybraný človek si necháva utierku a hra sa opakuje.



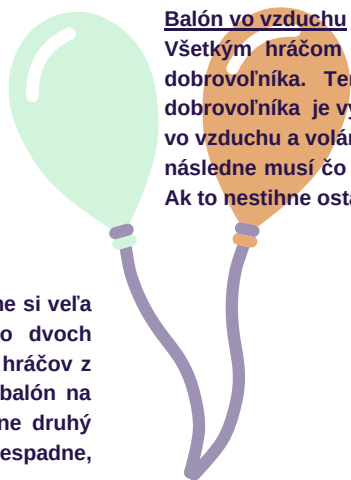
### Princezná drak a veža

V tejto hre sú tri postavy princezná, veža a drak. Hráči sa postavia do kruhu a stávajú sa vežami. Vyberieme dvoch, ktorí sa stávajú princeznou a drakom. Drak má za úlohu chytiť princeznú. Jej únikom je veža, pred ktorú sa musí postaviť. V okamihu kedy sa princezná postaví pred vežu sa veža stáva princeznou. Musí teda utekať pred drakom, ktorý sa ju snaží chytiť. Ak drak princeznú chyti vymieňajú si úlohy a princezná sa stáva drakom.



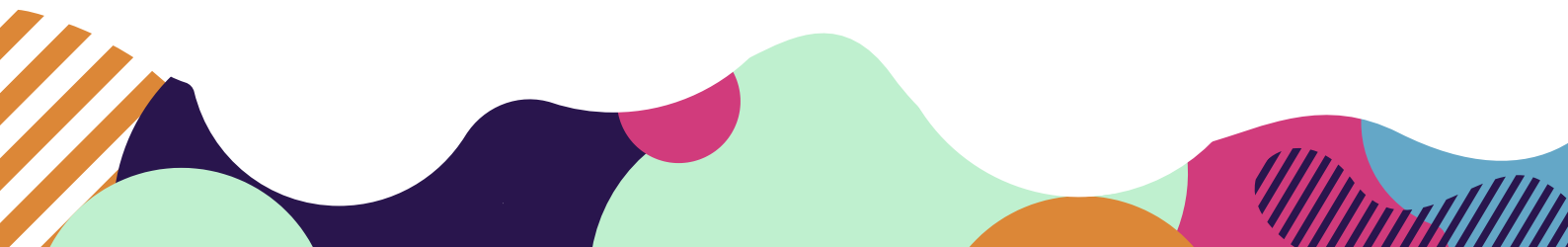
### Balón vo vzduchu

Všetkým hráčom priradíme číslo. Hráči sa postavia do kruhu až na jedného dobrovoľníka. Tento dobrovoľník má v ruke vodný balón. Úlohou tohto dobrovoľníka je vyhodit' balón čo najvyššie do vzduchu a zároveň zakričať „balón vo vzduchu a volám číslo...“. Človek s číslom, ktoré bolo vybrané následne musí čo najrýchlejšie utekať a chytiť balón predtým ako padne na zem. Ak to nestihne ostáva v strede.



### Volejbal s balónmi

Natiahneme si špagát asi vo výške hlavy a pripravíme si veľa balónov naplnenými vodou. Hráčov rozdelíme do dvoch tímov a každému tímu dáme veľkú plachtu. Úlohou hráčov z jedného tímu je pomocou plachty prehodiť vodný balón na stranu protihráčov. Keď jednému tímu balón spadne druhý tím získava bod. Takto si balón prehadzujú až kým nespadne, vtedy sa do hry dostáva nový balón.





MINISTERSTVO ŠKOLSTVA,  
VEDY, VÝSKUMU A ŠPORTU  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



---

© Spoločenstvo evanjelickej mládeže 2020

📍 Zvonárska 23, 040 01 Košice

☎ 055/622 00 96

✉ sem@sem.sk

🌐 www.sem.sk

Toto podujatie bolo podporené z dotácie Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR "Programy pre mládež 2014-2020", ktorú administruje IUVENTA - Slovenský inštitút mládeže.