

A gyakorlat címe	Vírus
A gyakorlat típusa	bemelegítő; energetizáló; ismerkedő
Javasolt korcsoport	12-13 éves, 14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	10-20 perc
Helyigény	szabad térben megvalósítható
Eszközigény	lepedő vagy pokróc, kendők
A gyakorlat részletes leírása	<p>A játéktéren terítsünk le egy lepedőt: ez lesz a „kórház”. A játékosok számától függően a játékvezető kiválaszt 1-2 vagy 3 „vírushordozót”, akik a többieket kergetik. Azzal terjesztik a betegséget, hogy hozzáérnek a társaikhoz (a vírusok kendőt viselnek, hogy meg tudjuk őket különböztetni).</p> <p>Az a játékos, akit megérintett a vírushordozó, lefekszik a földre. A többi játékos úgy tudja megmenteni őt, hogy beszállítják a kórházba, azaz elviszik a lepedőre. Ezután újra bekapcsolódhat a játékba.</p> <p>Minden beteget 4 játékosnak kell a kórházba vinnie úgy, hogy a kezét és a lábát fogják. A beteghordozókat nem lehet megfertőzni, amíg a beteget a kórházba viszik, de ha nem négyen, hanem hárman fognak egy beteget, úgy el lehet őket kapni.</p> <p>Játsszunk több kört, legyen mindig más a vírushordozó, lehet több kórházat is lerakni.</p>
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	<p>Mi volt könnyű és mi volt nehéz ebben a gyakorlatban?</p> <p>Mire kellett odafigyelnetek a szállítás közben?</p> <p>Mit éreztetek a különböző szerepekben?</p>
Kulcsszavak (címkék)	teljesítmény, empátia, bizalom, szolidaritás
Forrás	Lohász Cecília-Sőregi Viktória szerk.: Több mint játék, Természetjáró fiatalok Szövetsége, Budapest, 2008