

ИГРЕ ЗА РАЗВОЈ СКАКАЊА, СПРЕТНОСТИ И СНАГЕ

Замајац

Учесници су подељени у 2 врсте и у паровима. Парови држе између себе палицу. На дати знак последњи пар прекорачује палицу учесника испред њих и поставља се на чело екипе. Екипа која пре изврши задатак је победник.

Рвачи

Простор за извођење борбе износи 4x4 м.

По два играча настоје да сигурним захватом баце свог противника на тло и то:
хватањем за руке,
хватањем око трупа,
хватајем за ногу,
хватањем око појаса.

Нападнути се брани углавном тиме што измиче захватима противника. Уколико за 20 секунди ни један играч не буде избачен на тло, борба остаје неодлучна.

Жабице и роде

Ако нема обележених терена, обележимо правоугаони терен. На бочним странама иза линија су учесници који представљају жабице, а унутар су два учесника који представљају роде. Жабице суножним скоковима покушавају да пређу са једне на другу страну, а да их при томе роде, које се крећу скачући на једној нози, не ухвате. Кад рода ухвати жабицу, улоге се мењају.

Скочи даље и више

Учесници се деле у 2 екипе које треба да савладају 2 препреке. Прва је састављена од 2 међусобно размакнута конопца (јарак) који треба прескочити у трку. Следећа препрека је вијача коју вртимо и коју, такође, треба прескочити. Екипа која прва изврши задатак је победник.

Ко се шуња око куће?

Играчи седе у кругу. У средини круга седи играч затворених очију. Одређени играч шуња се врло тихо према играчу у средини круга. Овај мора руком показати правац одакле је чуо шум. Покаже ли тачно према играчу који се шуњао, овај се мора вратити на своје место. Ако успе да се дошуња до играча у средини крага, мора га дотаћи руком и тада они мењају улоге.

Весела штафета

У току трчања деца морају извести разне задатке: У једној руци имају пратић, а другом бацају пуњену лоптицу. Лоптицу оставе на месту где узму два комада папира. Затим ходају по њима, стављајући комад по комад папира на земљу да не би згазили на земљу. И даље држе штапић. Оставе два комада папира на месту где их чека

послужавник пун кестена. Ставе послужавник на главу и држе га једном руком, док у другој држе штапић.

Ако који кестен испадне морају га покупити, ставити на послужавник и наставити трчање.

Прозивање бројева

Сви ученици седе на својим местима -у потиљак. Учитељ одреди бројеве према реду клупа, нпр. они што седе у првим клупама су број 1, а у другим бр. 2, итд. Испред реда сваке екипе на удаљености од два метра од клупе нацртамо круг у који постави обруч или на крајевима везано мало уже. Када учитељ прозове неки број, нпр. број 3, прозвани из сваке клупе отрчи до круга, стану у обруч и провуку се подижући га од ногу до главе, спусте обруч у круг и враћају се на своје место. Онај ученик који се први врати на своје место доноси поен својој екипи.

Игра се понавља, а бројеви се могу прозивати наизменично, или узастопно један исти број да би децу збунили. Победник је екипа која сакупи више поена. Оставе послужавник с кестењем и гурају руком лопту по тлу, а у драгој држе штапић.

Борба за одржање

Играчи се поделе у две групе. Једна група легне потрбушке на струњачу, а играчи друге групе настоје да их скину са струњаче. Играчи на струњачи могу се бранити на све начине, али при том не смеју заузети виши положај од клечећег нити смеју пустити струњачу. Играч који се брани а дотакнуо је било како тло око струњаче, испада из борбе.

Живо уже

Играчи се построје у четири реда, једни насупрот другим. На средини борилишта повуче се црта-мета. Први из сваког четворореда пружи руке, а остала тројица поставе се једни иза других, обухвативши претходног око појаса. На дати знак почиње надвлачење четворореда. Победио је онај ко је противнички четвороред превукао преко мете. Ако играчи пусте руке и иако нису превучени опет су изгубили игру.

Рода и жабе

На средини дворишта или игралишта нацрта се круг који представља бара у којој се налази већи број ученика који скакутањем и кретањем oponашају жабе. Жабе би хтеле на обалу али им прете роде које би их ухватиле. Ухваћена жаба мења улогу са родом.



Дванаест сати

12 играча се распореди у кругу, као што су бројеви на сату. У средини је играч, који у руци држи дугачак штап, који прелази главног играча у кругу. Средњи играч лагано клизи штапом окол -наоколо попут казаљке на сату, а сваки играч кад му се приближи штап, зарони главом под воду.

Отимање палице

Парови ухвате палицу обема рукама и на дати знак настоје да је отму једни другима.

