

ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

ЕЛЕМЕНТАРНЕ ИГРЕ

Трајање: 15 минута

Циљ: Загревање свих телесних мишића, разбуђивање и припрема за даљи ток часа

• Елементарна игра: “ХВАТАЛИЦЕ У НАРУЧЈУ”

Циљ:
Развој брзине и спретности

Опис:
Један ученик јури остале ученике, који могу да га избегну само ако узму другог ученика у своје наручје.



• Елементарна игра: “ХВАТАЛИЦЕ НА ЧЕТИРИ НОГЕ”

Циљ:
Припрема тела за колут унапред и уназад

Опис:
Сви ученици крећу се четвороношке, а један ученик јури. Додир је могућ само руком.



- Елементарна игра: "НАОКОЛО"

Циљ:

Развој брзине и спретности

Опис:

Ученици стоје у затвореном кругу, а један трчи изван њега. Ког ученика пипне, он трчи у супротном смеру, а његово место остаје празно. Ко од ова два ученика стигне први до празног места-заузима га, а онај који је изван круга, наставља да трчи.

