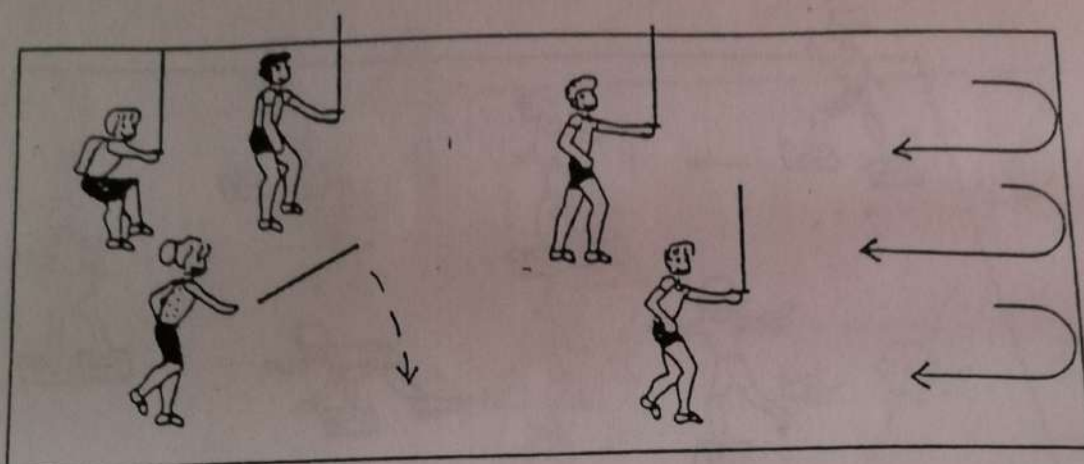


“Οι Ισορροπιστές”



- Χώρος : Ανοιχτός ή κλειστός
 Υλικά : Ραβδάκια πλαστικά, κιμωλία
 Αρ. Παιδιών : 8-10
 Ηλικία : 10-12
 Στόχοι : Γενική επιδεξιότητα (ισορροπία)

Περιγραφή : Χαράσσονται στο δάπεδο δύο παράλληλες γραμμές, οι οποίες απέχουν μεταξύ τους δέκα (10) μέτρα. Πίσω από τη γραμμή αφετηρίας βρίσκονται τα παιδιά σε παράταξη, ενώ το καθένα έχει στην κατοχή του ένα ραβδάκι. Με την έναρξη του παιχνιδιού, ισορροπούν τα ραβδάκια τους κάθετα επάνω στο “δείκτη” του δεξιού χεριού και βαδίζοντας όσο πιο γρήγορα μπορούν, προσπαθούν να φτάσουν ως την τελική γραμμή και να επιστρέψουν πάλι στην αφετηρία, χωρίς να τους πέσουν τα ραβδάκια.

Κανόνες : 1) Εάν το ραβδάκι κάποιου παιδιού πέσει, αυτό μπορεί να το σηκώσει και να ξανασυνεχίσει το παιχνίδι από το ίδιο σημείο, αλλά χρεώνεται με ένα βαθμό “ποινής” στο συγκεκριμένο παιχνίδι.

2) Τα παιδιά δεν πρέπει να συγκρούονται μεταξύ τους κατά την διάρκεια του παιχνιδιού. Ο υπεύθυνος κάποιας “σύγκρουσης” χρεώνεται με ένα βαθμό “ποινής”.

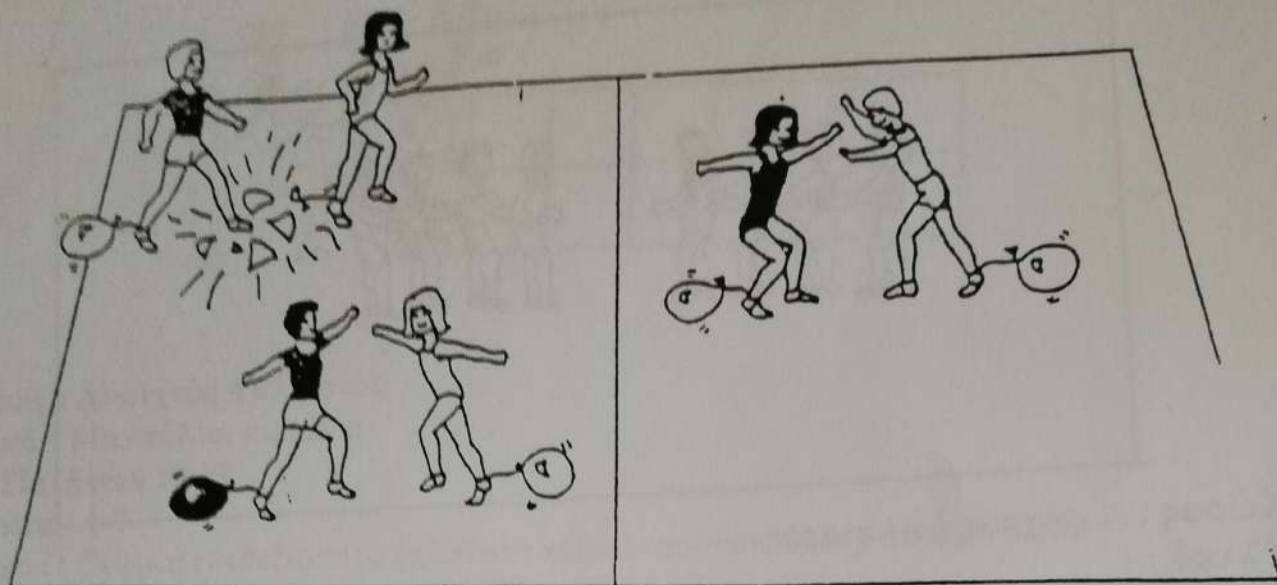
3) Δεν επιτρέπεται να αλλάζουν χέρι “ισορροπίας” κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

Το παιχνίδι μπορεί να επαναληφθεί για μερικές φορές. “Νικητές” είναι τα παιδιά που θα επιστρέψουν πρώτα στην αφετηρία και θα έχουν τους λιγότερους βαθμούς “ποινής”.

Διδακτικές προτάσεις : Το βάρος και το μήκος των ραβδιών να είναι ανάλογα προς την ηλικία και τις ικανότητες των παιδιών. Σε κάθε νέο παιχνίδι τα παιδιά να αλλάζουν χέρι “ισορροπίας”. Μπορεί να ζητηθεί από τα παιδιά να επιστρέψουν με την πλάτη στραμμένη προς την κατεύθυνση κίνησης ή με άλλο τρόπο μετακίνησης.

Παραλλαγή : 1) Το ίδιο παιχνίδι παίζεται και από δύο ομάδες, οι οποίες ξεκινούν από αντίθετες κατευθύνσεις. Ακόμη μπορεί να παιχθεί και σε ζευγάρια (τα παιδιά πιασμένα χέρι-χέρι).

“Τα σπασμένα μπαλόνια”³



Χώρος : Ανοιχτός ή κλειστός (παραλληλόγραμμο 8×15 μέτρα)

Υλικά : Μπαλόνια-καρούλι με κλωστή

Αρ. Παιδιών : 12-14 (δύο ομάδες)

Ηλικία : 8-10 και 10-12

Στόχοι : Γενική επιδεξιότητα (ετοιμότητα, αντίδραση), τακτική

Περιγραφή : Κάθε παιδί δένει με μία κλωστή (0,5 μέτρο), το μπαλόνι του στον αστράγαλο του ενός ποδιού του. Με την έναρξη του παιχνιδιού τα παιδιά της κάθε ομάδας προσπαθούν, να “σπάσουν” τα μπαλόνια των “αντιπάλων” πατώντας τα με τα πόδια.

Κανόνες : 1) Εάν κάποιο παιδί βγει έξω από τα όρια του γηπέδου, “τιμωρείται” με αποκλεισμό πέντε (5) δευτερολέπτων από το παιχνίδι και επανέρχεται πάλι σ’ αυτό.

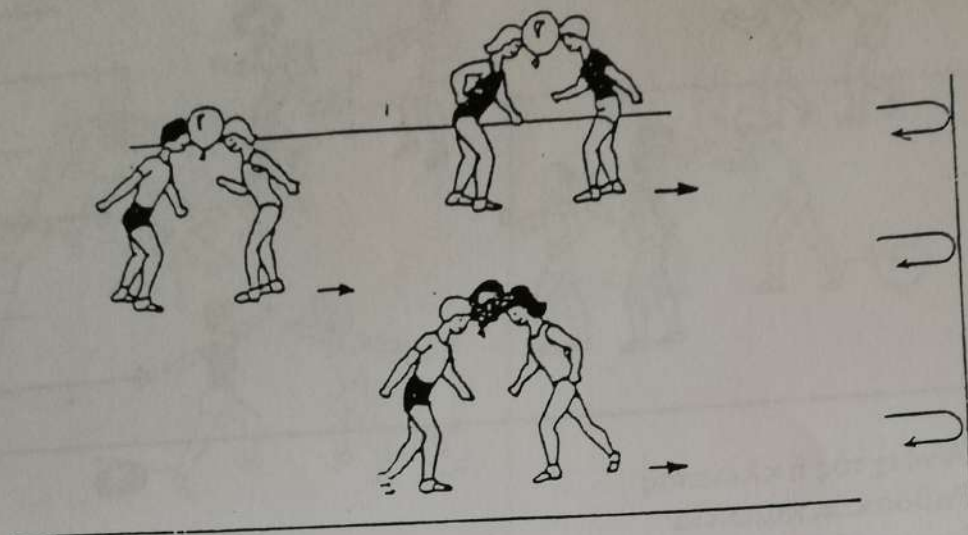
2) Εάν το μπαλόνι κάποιου παιδιού σπάσει από “πάτημα” κάποιου “αντιπάλου”, το παιδί αυτό βγαίνει από το παιχνίδι.

3) Το παιχνίδι έχει συγκεκριμένη χρονική διάρκεια και στο τέλος “κερδίζει” η ομάδα της οποίας τα παιδιά θα καταφέρουν να σπάσουν τα περισσότερα μπαλόνια των “αντιπάλων”.

Διδακτικές προτάσεις : Τα παιδιά δεν πρέπει να συγκρούονται μεταξύ τους κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Τα μπαλόνια να δένονται καλά στους αστραγάλους των παιδιών. Να υπάρχουν εφεδρικά μπαλόνια και σε κάθε επανάληψη του παιχνιδιού, να αλλάζει το πόδι στο οποίο δένεται το μπαλόνι.

Παραλλαγή : Κάθε παιδί έχει δύο μπαλόνια (ένα σε κάθε πόδι).

“Οι Σιαμαίοι”⁴



Χώρος : Κλειστός (Παραλληλόγραμμο 5×10 μέτρα)

Υλικά : Μπαλόνια, κιμωλία

Αρ. Παιδιών : 10-12

Ηλικία : 8-10

Στόχοι : Γενική επιδεξιότητα (συντονισμός), συνεργασία

Περιγραφή : Τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια. Σε κάθε ζευγάρι αντιστοιχεί ένα μπαλόνι. Τα παιδιά κάθε ζευγαριού τοποθετούν τα μπαλόνια ανάμεσα στα μέτωπά τους και με την έναρξη του παιχνιδιού, προσπαθούν να φτάσουν από τη μία τελική γραμμή του γηπέδου στην άλλη και να επιστρέψουν πάλι στην αφετηρία βαδίζοντας προς τα πίσω. Φυσικά προς τα πίσω βαδίζει αυτός που είναι προς την κατεύθυνση κίνησης ενώ το ταίρι του ακολουθεί με μέτωπο στραμμένο προς την κατεύθυνση κίνησης. Κατά την επιστροφή αλλάζουν ρόλους.

Κανόνες : 1) Εάν το μπαλόνι κάποιου ζευγαριού πέσει κάτω, τα παιδιά μπορούν να το σηκώσουν και να το ξανατοποθετήσουν ανάμεσα στα μέτωπά τους, για να συνεχίσουν το παιχνίδι από το ίδιο σημείο.

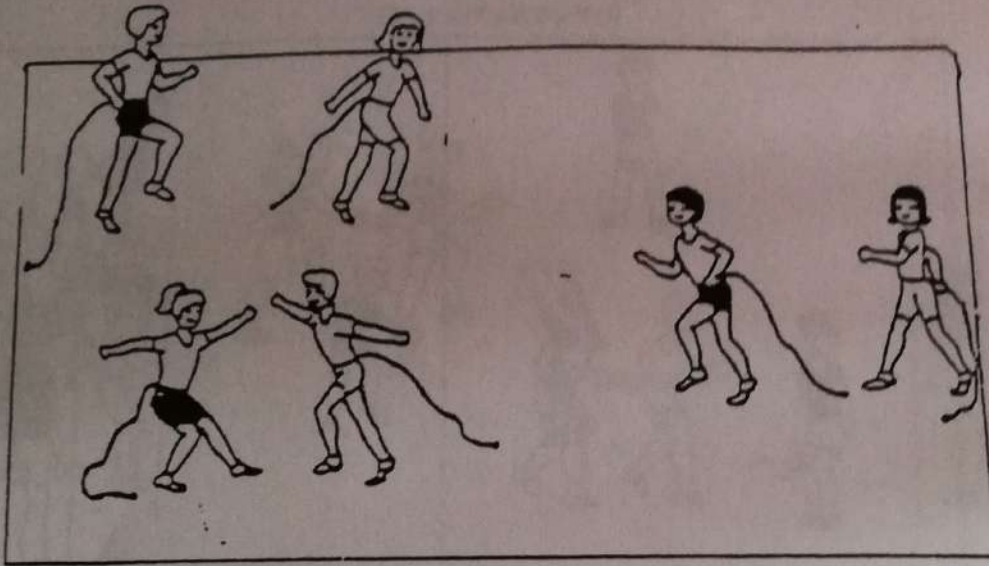
2) Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού τα ζευγάρια δεν πρέπει να συγκρούονται μεταξύ τους. Στο τέλος του παιχνιδιού “νικητές” είναι τα ζευγάρια που θα επιστρέψουν πρώτα στην αφετηρία.

Διδακτικές προτάσεις : Να στηρίζουν (ισορροπούν) τα μπαλόνια μόνο με τα μέτωπα, χωρίς τη βοήθεια των χεριών τους. Να υπάρχουν πάντα εφεδρικά μπαλόνια. Κατά το διαχωρισμό των ζευγαριών πρέπει να προσεχθεί το ύψος των δύο παιδιών (να έχουν περίπου το ίδιο ύψος).

Παραλλαγή : α) Το ίδιο παιχνίδι μπορεί να παιχτεί με τα παιδιά να βαδίζουν με πλάγια βήματα.

β) Το μπαλόνι να “μεταφέρεται” ανάμεσα στις κοιλιές ή τις πλάτες των παιδιών.

“Οι καλικάντζαροι”



Χώρος : Ανοιχτός ή κλειστός (παραλληλόγραμμο 10×20μ)

Υλικά : Σχοινάκια, κιμωλία

Αρ. Παιδιών : 12-14 (δύο ομάδες)

Ηλικία : 8-10

Στόχοι : Τρέξιμο, κυνηγητό, γενική επιδεξιότητα

Περιγραφή : Κάθε παιδί έχει ένα σχοινάκι, το οποίο “στερεώνει” πίσω στο λάστιχο της φόρμας του, έτσι ώστε όταν τρέχει το σχοινάκι “σέρνεται” στο δάπεδο (“ουρά Καλικαντζάρου”). Με την έναρξη του παιχνιδιού τα παιδιά της κάθε ομάδας προσπαθούν να “πατήσουν” τις “ουρές” των παιδιών της “αντίπαλης” ομάδας, για να τις αποσπάσουν ενώ συγχρόνως προσπαθούν να προστατέψουν τις δικές τους.
Κανόνες : 1) Όποιο παιδί “χάσει” την ουρά του, μπορεί να την ξανατοποθετήσει στη θέση της και να συνεχίσει το παιχνίδι αλλά, η ομάδα του χρεώνεται με ένα βαθμό “ποινής”.

2) Εάν κάποιο παιδί βγει έξω από τα όρια του παιχνιδιού η ομάδα του χρεώνεται με ένα βαθμό “ποινής”. Στο τέλος του παιχνιδιού (διάρκεια 5-6 λεπτά) “κερδίζει” η ομάδα με τους λιγότερους βαθμούς “ποινής”.

Διδακτικές προτάσεις : Τα παιδιά να μην συγκρούονται μεταξύ τους κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Τα σχοινάκια απλώς μπαίνουν μέσα στη φόρμα έτσι ώστε να αποσπώνται εύκολα με ένα πάτημα.

Παραλλαγή : α) Εάν τα σχοινάκια διπλωθούν, έτσι ώστε οι “ουρές” να είναι κοντές (να μην σέρνονται στο δάπεδο), το κλέψιμο της ουράς μπορεί να γίνεται με τα χέρια μόνο.

β) Το ίδιο παιχνίδι μπορεί να παιχτεί και σε ζευγάρια.