

Cine e liderul?

Acest joc presupune un numar de copii așezați în cerc dintre care unul ales la început, va părăsi încăperea timp de 1 minut. În tot acest timp, copiii rămași vor desemna un lider care le va arăta o mișcare pe care toți trebuie să o facă. Atunci când copilul care a stat afară vine în cameră, toți copiii vor face mișcarea stabilită anterior, iar cel din exterior va trebui să ghicească din 3 încercări cine este liderul (cel de la care a pornit inițial mișcarea). Dacă ghicește, cel ce a fost lider, va ieși afară și va deveni persoana care ghicește, în timp ce din grup va fi desemnat un alt lider. În privința mișcărilor, puteți alege mișcările dansului. Macarena, sărituri într-un picior, alergări pe loc, dansul rațustelor, imitarea mișcărilor unor animale etc.

Jos, jos, foarte jos.

Jocul se desfășoară într-un grup mai mare de copii așezați în cerc. Aveți nevoie de o minge care se va arunca de la un copil la altul, aleator. Persoana care prinde mingea trebuie să o arunce mai departe, și cât de repede. În cazul în care scapă mingea, va trebui să se așeze pe parcursul jocului într-un genunchi. Dacă din nou i se aruncă mingea și o scapă, se va așeza pe sol în ambii genunchi. În cazul în care mingea se aruncă spre el și ratează prinderea, va fi eliminat din joc. Trucul și distracția acestui joc constă în viteza și rapiditatea cu care mingea se aruncă, dar și păcălirea celorlalți prin aruncarea mingii unui alt copil față de cel la care te-ai uitat.

Volei cu patura

Este nevoie de un grup de copii împărțit în 2 echipe și 2 paturi de mărime egală. Copiii vor folosi păturile pentru a arunca mingea dintr-o parte în alta a fileului. Membrii celor două echipe vor ține împreună pătura întinsă, iar o minge va fi aruncată cu pătura, spre cealaltă echipă. Scopul jocului este de a mișca mâinile și picioarele la unison, toți copiii din echipă astfel încât să poată arunca cu patura mingea, înapoi, spre echipa adversă. Jocul se joacă pe scor. Echipa care scapă mingea de 10 ori pe jos, va ieși din joc și va fi desemnată învinsă.

Uit -te sus, uit -te jos

Acesta este un joc ce implică mai mulți copii așezați în cerc și un lider. Când liderul strigă "jos", toată lumea trebuie să se uite în jos, când striga "sus", toți trebuie să ridice privirea. Dacă doi dintre jucători s-au uitat unul în ochii celuilalt, vor țipa și vor ieși alergând din cerc unul după celalalt. Cel prins va ieși din joc, în timp ce copilul care a alergat mai repede se va reîntoarce în cerc. Jocul continuă până când rămân 3 copii.

Surse:

<https://www.didactic.ro/materiale-didactice/jocuri-sportive>

www.suntparinte.ro/...in.../jocuri-sportive-pentru-copii-si-adolescen...