

# IGRANJE ZA ZNANJE

- priročnik  
za izvajanje rekreativnih odmorov  
v vrtcih in osnovnih šolah

Prevod in priredba:  
Samo Belavič Pučnik



Naslov: IGRANJE ZA ZNANJE  
- priročnik za izvajanje rekreativnih odmorov v vrtcih in osnovnih šolah

Naslov izvirnika: The 2012-2013 Playbook

Prevod in priredba iger: Samo Belavič Pučnik

Jezikovni pregled: Samo Belavič Pučnik, Kati Rupnik

Ilustracije: Andreja Gregorič

Oblikovanje: Kati Rupnik

Izdajatelj: Nacionalni inštitut za javno zdravje

Tisk: Izdajanje časopisov Jože Dolinšek s. p.

Leto izdaje: 2014

Naklada: 700 izvodov



Igre v priročniku  
so bile prevedene in prirejene  
s soglasjem Playworks



PLAYWORKS

Projekt sofinancira



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

796.035:373.2/.3

IGRANJE za znanje : priročnik za izvajanje rekreativnih odmorov v vrtcih in osnovnih šolah / prevod in priredba Samo Belavič Pučnik ; [ilustracije Andreja Gregorič]. - Ljubljana : Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2014

Prevod in priredba dela: The 2012-2013 playbook

ISBN 978-961-6911-45-0  
1. Belavič Pučnik, Samo  
276648960



9 789616



# IGRANJE ZA ZNANJE

- priročnik  
za izvajanje rekreativnih odmorov  
v vrtcih in osnovnih šolah

Prevod in priredba:  
Samo Belavič Pučnik

Ljubljana, 2014

# Kazalo iger

<b>1. POGLAVJE</b>	<b>1</b>
<b>Vsak začetek je težak ali kako prebiti led</b>	
Žoga spreminja ime	3
Zajček zdravko	4
Najdi nekoga, ki ...	5
Mi gremo pa na piknik	6
Če bi me zares poznal bi vedel, da ...	7
Tiha vrsta	8
Potujoče ime	9
Partner se predstavi	10
Buča in rozina	11
Turnir v igri „Kamen, papir, škarje“	12
Sardele	13
Dirigent iskra	14
Pljus, špric	15
Midva tudi	16
Telefonček opravljuvček	17
Paradižnik	18
Tornado	19
Klic narave	20
Kdo je vzel piškotke?	21
Vidim, vidim!	22
<b>2. POGLAVJE</b>	<b>23</b>
<b>Igre za učenje osnovnih motoričnih sposobnosti</b>	
Sled do aligatorjevega močvirja	25
Živalska farma	26
Ptičje gnezdo	27
Štart na plosk	28
Barve	29
Neskončna štafeta	30
Kozarec s piškoti	31
Razrežimo torto	32
Obtičali smo med plesom	33
Mrtva riba	34
Zajček spi	35
Spusti kolaček	36
Najdi prostor	37
Štirje koti	38
Trgovina z živili	39
Skoči in obstoj	40
Čisto naš ristanc	41
Preskoči reko	42
Rešimo se iz ognjenika	43
Žabe se preskakujejo	44
<b>3. POGLAVJE</b>	<b>45</b>
<b>Igre lovljenja</b>	
Sedem palcev bo lovilo	47
Živali se lovijo	48
Kraja zastave	49
Prva pomoč	50
Milni mehurčki	51
Ujemimo zastavo	52
Igra mačke z miško	53
Menjava stolov	54
Pantomima in lovljenje	55



Skačemo po barvah	56
Osvojimo stožce	57
Ne smejo me ujeti s piškotkom	58
Zmajev rep	59
Orel in miška	60
Komolčarji	61
Vsi lovimo, vsi bežimo	62
Izmikajmo se	63
Nahranimo psa	64
Lisica lovi veверice	65
Ledene kocke	66

#### **4. POGLAVJE** **67**

##### **Igre sodelovanja**

Razvozlajmo klopčič	69
Mravlje na hlođu	70
Hrbet na hrbet	71
Ptice roparice	72
Mižimo in gradimo	73
Nabiramo z zaprtimi očmi	74
Tunel	75
Sedeča odbojka	76
Rušilna krogla	77
Igra s stoli	78
Pantomimina štafeta	79
Vstopi in se usedi	80
Skrivljen krog	81
Zabava v disku	82
Pes lovi svoj rep	83
Obleci me	84
Lisica in zajec	85
Velikani, čarovniki in škratje	86
Izziv z gimnastičnim obročem	87
Izumimo igro	88

#### **5. POGLAVJE** **89**

##### **Osnovne igre in športi za telesno dejavnost na igrišču**

Štirje kvadrati	91
Odbojka z enim odbojem	92
Ujemi in spusti	93
Odbojka v paru	94
Igra menjave polj	95
Kegljanje med dvema ognjema	96
Med ognjem in steno	97
Med dvema ognjema z menjavo ekipe	98
Ognjeni obroč	99
Teci in se izmikaj	100
Kača	101
Helikopter	102
Skakalni izziv	103
Deset	104
21 točk	105
Svetovno prvenstvo v nogometu	106
Rakov nogomet	107
Navzkrižni nogomet	108
Kisle kumarice	109
Baseball	110

## Priročniku na pot

*Priročnik, ki ga pravkar prebirate, je namenjen prav vam, ki se ukvarjate z otroki - pa naj bo to doma, v šoli, v vrtcu ali drugje. Želimo si, da ga uporabljate. Ko nimate prave ideje za zaposlitev otrok, sezite po njem, izberite igro in jim ponudite koristno zabavo v obliki telesne dejavnosti. Hvaležni vam ne bodo le otroci, temveč tudi »njihova telesa«, saj ta v obdobju bujne rasti in razvoja potrebujejo še posebej veliko gibanja. In kaj je lepše kot to, da gibanje dosežemo z igro, kjer se otroci sprostitijo, veselijo in družijo s sovrstniki.*

*Otroci danes večino dneva preživijo v šoli. Pouk od njih pogosto zahteva znaten psihičen napor, daljša obdobja koncentracije in veliko sedenja. Da bi bili tem zahtevam lažje kos, bi morali poskrbeti tudi za zadostno količino gibanja. Žal pa praksa kaže drugače.*

*Z učnimi načrti predvideno število ur namenjenih športni vzgoji se od 1. do 9. razreda zmanjšuje. Kot kažejo raziskave, pa z leti upada tudi telesna dejavnost otrok.*

*Učni načrt za športno vzgojo dodatno priporoča izvajanje »Minute za zdravje« in »Rekreativnih odmorov«. Programa pa sta le priporočena in je zato njuno izvajanje odvisno zgolj od dobre volje in naravnosti posameznega učitelja. V učnem načrtu je predvideno, da se navedena programa izvajata med šolskimi odmori, ki pa so kratki in še kako potrebni tako učencem kot učiteljem. Zato gre naša pobuda v smeri, da bi učitelji takšne krajše premore izvajali med samim poukom - kar med matematiko, spoznavanjem okolja, slovenščino ... Ko opazimo, da otrokom popušča koncentracija, ko postajajo nemirni, zaspani ali se pojavijo drugačne motnje v procesu učenja, je pravi čas za kratko igro. Prepričani smo v pozitivne učinke, saj bodo otroci za igro »izgubljeni« čas nadoknadili z boljšo pozornostjo v preostanku pouka. Verjamemo, da bodo učenci lažje in z večjim veseljem sledili pouku. Morda se bodo celo veselili učne ure, ko lahko pričakujejo »nepričakovani« odmor. V strogo začrtane urnike bi tako vnesli nekaj spontanosti. Prav te spontanosti, pa v današnjem načinu življenja močno primanjkuje. Vse prevečkrat smo ukalupljeni in podvrženi strogim pravilom - spontanost in naključnost sta malodane poniknili. Ali igra danes res ne more biti več samo igra? Mi verjamemo, da je lahko.*

*Igra predstavlja otrokovo notranjo potrebo, zato bi morali biti pouk in druge aktivnosti otroka v šoli prepleteni tudi z igro. Igra predstavlja užitek, sprostitvev in počitek, učenje pa največkrat postane nekaj prav nasprotnega. Pa vendar lahko tudi učenje spremenimo v igro in zabavo. Prikažemo otrokom učenje tudi kot vprašanje časti, zaupanja, uživanja in zabave ter jih tako pripravimo do tega, da ga vzljubijo.*

*Sir Ken Robinson pravi, da današnji šolski sistem otroke uči »od pasu navzgor«, torej učimo in treniramo možgane, učimo se govoriti, pisati in risati, pozabljamo pa na spodnji del, torej noge. Ali se učimo plesati, teči, poskakovati? Premalo. Izkoristimo otroške igre, da to dejstvo vsaj malo ublažimo.*

*Pomembno je, da je redni program v prvem in drugem triletju osnovne šole čim bolj pester. V prvem triletju je poudarek predvsem na igrah in naravnih oblikah gibanja, ki jih večinoma izvajamo frontalno v različnih oblikah (skupine, dvojice, kolona, krog, vrsta itd.). Predvsem za mlajše učence so zanimive tudi štafetne igre in poligoni, pozornost pa je potrebno nameniti tudi plesnim igram. V drugem in tretjem razredu program postopoma obogatimo z osnovnimi prvinami atletike in gimnastike ter z igrami z žogo. V drugem triletju pa splošno znanje učencev dopolnujemo in nadgrajujemo z različnimi specifičnimi športnimi znanji in vsebinami. Izbiramo vsebine, s katerimi učenci razvijajo koordinacijo gibanja, hitrost, gibljivost, ravnotežje in različne pojavne oblike moči. Učenci tudi usvojijo temeljne vsebine gimnastike, plesa, atletike, športnih iger ( odbojka, nogomet, košarka ipd).*

*Naj vam bo pri razvijanju gibalnih sposobnosti otrok v pomoč tudi ta priročnik. Sestavlja ga pet poglavij in v vsakem je nabor iger z drugačnim namenom - igre za spoznavanje, za učenje osnovnih motoričnih sposobnosti, igre pripravljenosti, lovljenja, sodelovanja ter osnovne igre in športi za telesno dejavnost na igrišču. Seveda pa so lahko predstavljene igre le izhodišče za pripravo povsem vaše, čisto posebne igre. Bodite ustvarjalni, iznajdljivi, uporabite otroško domišljijo in se skupaj z otoki igrajte.*

Gibanje je igra in igra naj bo gibanje.  
Za vse, predvsem pa za otroke.  
Igra naj bo otrokom pravica in dolžnost.

Prav to nam, prinaša priročnik »Igranje za znanje«.

Je priročnik za vrtce, je priročnik za šole, za vzgojiteljice, učitelje, profesorje, seveda pa tudi za mamice, očke, dedke in babice.

Je dobrodošla literatura za vse nas, ki tako ali drugače želimo, da bi se vsi otroci veselili, zabavali in razvijali tako, da bi bili zdravi, uspešni in zadovoljni.

Če bi bil lahko žival, katera bi bil in zakaj?

Bil bi hiter kot gepard, gibčen kot mačka, močan kot bik, zvit kot lisica in poskočen kot kenguru.

Ob vajah in nalogah, ki so pred nami lahko to tudi dosežemo.

Še več. S človeško preudarnostjo in razumom lahko našim otrokom pomagamo, da bodo skozi gibanje in vse te naloge zaživel zdravo in polno življenje.

Igrajmo se torej skupaj in osvojimo znanje za igranje in igranje za znanje.

Andreja Vrhovec Kavčič, profesorica športne vzgoje



## Tolmač orodne vrstice

Pod imenom vsake igre vam je v pomoč orodna vrstica za hitro orientacijo ob izbiranju primerne igre. V vrstici je opredeljeno za katero starost otrok je primerna posamezna igra, ali je zasnovana tako, da lahko vanjo vključimo vse otroke, ali so za izvedbo potrebni kakšni pripomočki, ali gre za kratko, nekaj minutno igro, za prehodno igro, ali je primerna tudi za notranje prostore ter ali je primerna za otroke s posebnimi potrebami. Posamezne kratice so natančneje razložene v spodnji legendi.

Vrtec–5. razred	V	Bp	Nmi	P	Not	Av, Ad, SI, GI, Čm, Cp	S1
-----------------	---	----	-----	---	-----	------------------------	----

<b>Vrtec–5. razred</b> (starost otrok):	določa, za katero starost otrok je igra primerna;
<b>V</b> Vključujoča:	igra, pri kateri so lahko aktivno udeleženi vsi otroci;
<b>Bp</b> Brez pripomočkov:	Igra, ki ne zahteva pripomočkov;
<b>Nmi</b> Nekaj-minutna igra:	igra traja približno 5 minut - za hitro razgibavanje, pospeši krvni obtok in zbranost otrok pri nadaljnjem pouku;
<b>P</b> Prehodna:	majhne, hitre aktivnosti, ki preko igre omogočajo hitre spremembe, kot je izoblikovanje vrste ali pot od ene k drugi točki;
<b>Not</b> Notranja:	igra, ki jo v primeru slabega vremena lahko izvajamo v zaprtih prostorih, kot je razred;
<b>Posebne potrebe:</b>	igra, je primerna tudi za otroke s posebnimi potrebami;
<b>Av</b> – avtizem	
<b>Ad</b> – A.D.H.D. ali A.D.D.	
<b>SI</b> – slepota ali slabovidnost	
<b>GI</b> – gluhost ali naglušnost	
<b>Čm</b> – čustvene motnje	
<b>Cp</b> – cerebralna paraliza	
<b>S</b> (1, 2 ali 3) Stopnja:	določa razvojno stopnjo vsaki igri – Stopnja 1, 2 ali 3
S1	igra je primerna za vse stopnje razvoja
S2 in S3	igra zahteva nekaj predhodnega znanja in spretnosti

**Pri izvajanju iger S2 in S3, brez predhodnega učenja priporočenih sposobnosti, bodite še posebej pozorni na morebitne napake ali težave v poteku igre!**

## Druga pojasnila in priporočila

### Vodja

V opisih iger je večkrat uporabljen izraz „vodja“.

Praviloma to pomeni vzgojitelj/ica ali učitelj/ica, pri nekaterih igrah (kjer je to navedeno), pa je vodja lahko tudi eden izmed otrok.

### Igra Kamen, papir, škarje

Pri nekaterih igrah v primeru neodločenega izida o zmagovalcu odločimo s pomočjo igre „Kamen, papir, škarje“. Čeprav je igra precej znana, naj za vsak primer ponovimo njen potek:

V igri Kamen, papir, škarje dva nasprotnika s poljubnimi gestami istočasno tvorita in izbirata med tremi različnimi simboli, ki imajo enako verjetnost za zmago, izenačenje ali poraz. Kamen tvorimo s stisnjeno pestjo, papir z iztegnenimi prsti in dlanjo, škarje pa z iztegnjenima palcem in sredincem.

Zakaj je verjetnost za zmago enaka?

Vsi simboli izhajajo iz vsakdanjega življenja, kjer:

- kamen premaga škarje, saj te ne morejo streti kamna,
- kamen „izgub“ proti listu, saj ga ta lahko ovije,
- škarje pa premagajo list, ko ga prerežejo.

„Kamen, papir, škarje“ (KPŠ) je igra za dva igralca, ki jo lahko odigramo večkrat zapored. Vsakokrat si vsak igralec izbere in z dogovorjeno gesto ponazori enega od treh predmetov (kamen, papir ali škarje) in ne ve, kaj je izbral nasprotnik. Če oba izbereta enak predmet, je igra neodločena. Če pa izbereta različna predmeta, je eden od njiju zmagovalec: kamen premaga škarje, škarje premagajo papir, papir premaga kamen.

### Nekaj nasvetov za delo z otroki s posebnimi potrebami

**Avtizem** – zavedajte se, da se bodo nekateri otroci lažje vključili v igro, kot ostali. Avtizem pogosto vpliva na razvoj socialnih (družbenih) sposobnosti, vpliva pa tudi na razvoj govora. V pomoč pri razlagi igre uporabljajte vizualne znake.

**A.D.H.D.** – za otroke z A.D.H.D. je najbolje, če igra zahteva malo ustne razlage (navodil) in vključuje veliko gibanja.

**Slepota in slabovidnost** – uporabite igre, ki imajo jasna, besedna navodila in gibanje v varnem prostoru.

**Gluhost in naglušnost** – v pomoč pri razlagi pravil, načina in cilja igre si pomagajte z vizualnimi znaki.

**Čustvene motnje** – dovolite otrokom, da imajo svoj prostor, obenem pa tudi prostor za umik ali osebo, h kateri se lahko obrnejo, ko se vznemirijo ali se nelagodno počutijo.

**Cerebralna paraliza** – uporabljajte igre, ki vključujejo veliko telesnega gibanja za izboljšanje natančnih ali osnovnih motoričnih sposobnosti.





## 1. POGLAVJE

### Vsak začetek je težak ali kako prebiti led



"Lomilci ledu" so učinkovit in zabaven način tkanja vezi med otroki.  
Najosnovnejše igre pomagajo otrokom pri medsebojnem spoznavanju po imenih.

Druge spodbujajo otroke, da vrstnikom povedo kaj o sebi.

Take izmenjave gradijo odnose med vrstniki.

Sodelovanje v igrah "lomljenja ledu" pripomore k boljšemu počutju otrok  
in lažjemu vključevanju v kasnejše igre in aktivnosti.





## ŽOGA SPREMINJA IME

Vrtec–5. razred	V				Not	Av, Ad, Gl, Čm, Cp	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	--------------------	----

**Velikost skupine:** 10–30  
**Primerna starost:** 5. razred in nižja  
**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** združevati telesne in govorne sposobnosti za medsebojno spoznavanje, razvijati spretnosti z žogo in spomin

**Potrebni pripomočki:** ena ali več žog



### Pred začetkom:

Skupino postavimo v krog in pripravimo eno ali več žog.

### Potek igre:

Vodja naj igro začne z metom, kotaljenjem ali odbojem žoge (odvisno od starosti in sposobnosti otrok) proti enemu od otrok, sočasno pa glasno izgovori ime otroka, ki mu je žoga namenjena.

Otrokom razložimo, da je zelo pomembno, da si zapomnijo, komu žogo podajo.

Žogo si podajajo dokler ne pride enkrat do vsakega otroka. Lahko jim naročite, da se po prejemu in oddaji žoge usedejo na tla. Tako zagotovimo, da vsak otrok prejme žogo samo enkrat.

Ko sprejme žogo zadnji otrok, naj jo vrne vodji.

Potem poizkusimo brez žoge - ponovimo imena otrok v enakem zaporedju kot z žogo.

Ponovno poizkusimo z žogo in ugotovimo, kako hitro lahko opravimo nalogo.

### Vprašanja/naloge med igro:

Kdo ima zamisel, kako bi žoga med vami potovala še hitreje?

Kaj mislite o ideji, da bi dodali še eno žogo?

Ste za to, da izmerimo čas, ki ga potrebujemo za to nalogo in ga potem poskušamo izboljšati?

### Vprašanja za konec:

Kaj mislite, kaj nas uči ta igra? Ali je zabavna?

Ali se spomnite česa, kar bi naredilo igro še boljše, bolj zabavno?

### Dodatne možnosti:

Za popestritev igre lahko dodamo več žog ali pa žoge različnih velikosti.

Način „meči in lovi“ - otroci se postavijo v krog okoli vodje. Vodja nato meče žogo vsakemu otroku v krog. Ko jo ta ujame, vsi ostali na glas izgovorijo njegovo ime. Vodja naredi krog tako, da vsakemu vrže žogo po enkrat, nato pa naredi krog v poljubnem vrstnem redu in ugotovi, kako hitro lahko otroci izvajajo nalogo.

## ZAJČEK ZDRAVKO

Vrtec–5. razred

V

Nmi

Not

GI, SI, Cp

S1

**Velikost skupine:** 8–20

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnosti opazovanja in predvidevanja, timsko delo in ritmičnost

**Potrebni pripomočki:** majhen predmet, po možnosti plišast zajček

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroke razporedimo v krog. Svoje roke naj dajo za hrbet. Izberite otroka, ki bo iz sredine kroga začel igro.

### Potek igre:

Otrok v sredini kroga poskuša ugotoviti, kateri od otrok v krogu v rokah za hrbtom skriva zajčka. Igro začnemo tako, da otrok na sredini zapre oči, ostali otroci pa pričnejo z ritmičnim vzklikanjem "Zajček Zoran, zajček Zoran!"

Med vzklikanjem začnejo s podajanjem igračke za svojimi hrbti.

Ko zajček tako kroži, otrok na sredini odpre oči. Trikrat lahko ugiba, kdo drži zajčka, medtem pa otroci v krogu še vedno ritmično vzklikajo zajčkovo ime in si ga podajajo.

Če ugane, pri kom se nahaja, zamenjata vlogi.

Če pa v treh poizkusih ne ugane, kje je zajček, ga postavimo v krog, na sredino pa pošljemo naslednjega otroka.

### Dodatne možnosti:

Otrokom dajte možnost, da sami izberejo zajčkovo ime.

Vključite lahko več zajčkov.



## NAJDI NEKOGA, KI ...

Vrtec–5. razred

V

Bp

P

S2

**Velikost skupine:** 3–25

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati medsebojno spoznavanje, zaznavanje podobnosti v skupini, govor in poslušanje

**Potrebni pripomočki:** ne

**Pred začetkom:**

Skupino zberemo v omejenem prostoru.

**Potek igre:**

Vodja začne igro s stavkom: "Najdi nekoga, ki ..." in poljubno dopolni stavek.

Možnosti je neskončno. Nekaj primerov:

- ... ima enako število bratov in sester kot ti.
- ... ima enako najljubšo barvo kot ti.
- ... je bil rojen v istem mesecu kot ti.
- ...

Otroci morajo poiskati sebi enakega.

Nastali par se odloči, kdo od njiju je oseba A in kdo oseba B. Nato z dvignjenimi rokami zaploskata.

S tem sporočita, da sta pripravljena.

Vodja nato osebam A in B določi, katero osebno informacijo morajo deliti med seboj.

Spet je neskončno možnosti. Nekaj primerov:

- ... Če bi bil lahko žival, katera bi bil in zakaj?
- ... Povej eno stvar, ki bi jo spremenil, če bi jo lahko, da bi bila šola še bolj prijetna.
- ... Če bi lahko imel čarobno moč, kakšna bi bila?
- ... Kako veš, da je nekdo dober prijatelj?

Ko si odgovorita oba otroka, začne učitelj naslednji krog igre "Najdi nekoga, ki ...".

Optimalno število ponovitev je tri.

**Dodatne možnosti:**

Namesto besednih odgovorov, lahko otrokom postavimo bolj gibalno usmerjene naloge v parih.

Primer: Par naj ugotovi, kako lahko podpirata težo eden drugega, medtem ko stojita vsak na eni nogi in se držita za roke/rame, kako lahko skupaj naredita počep s hrbtoma skupaj ...

Otroke v paru vodimo skozi raztezne vaje.



## MI GREMO PA NA PIKNIK

Vrtec–5. razred

V

Bp

S2

**Velikost skupine:** 3–25

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** uriti izgovorjavo imen, razvijati spomin, prepoznavati črke in njihov zvok, navajati na upoštevanje navodil

**Potrebni pripomočki:** ne

### Pred začetkom:

Skupine otrok (do 6) posedemo v kroge.

Za primer navedemo hrano, ki se začne na enako črko kot naše ime.

### Potek igre:

Otrokom rečemo, naj si predstavljajo, da gremo skupaj na piknik.

Vsak otrok mora s seboj prinesiti „nekaj za pod zob“. Ta priboljšek pa se mora začeti z enako črko, kot njegovo ime.

Igro začne prostovoljec. Povedati mora svoje ime in katero hrano bo prinesel s seboj.

Vsak naslednji najprej predstavi otroka, ki je govoril pred njim in navede hrano, ki jo je ta izbral.

Potem predstavi še sebe in svojo izbrano hrano.

Tretji otrok predstavi oba pred seboj in njuna izbrana priboljška, nato pa še sebe in svojo hrano. Tako poteka igra vse do zadnjega.



## ČE BI ME ZARES POZNAL, BI VEDEL DA ...

Vrtec–5. razred	V	Bp					S2
-----------------	---	----	--	--	--	--	----

**Velikost skupine:** 3–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati govor in poslušanje,  
medsebojno spoznavanje,  
dobro počutje v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### **Pred začetkom:**

Zberemo skupino otrok in jim prikažemo, kako bo igra potekala.

Pred začetkom igre sprožimo pogovor o pozornem poslušanju. Pomagajmo otrokom opredeliti kaj je “pozorno poslušanje” in kako to izgleda - to je, ko nekoga poslušamo in slišimo prav vse, kar govori, ga ne prekinjamo in ne razmišljamo ničesar drugega, niti o tem, kako bi odgovorili sami, če bomo vprašani. Ko “pozorno” poslušamo, smo tudi s telesom obrnjeni proti govorncu, poizkušamo vzpostaviti “očesni stik”, mu prikimavamo ali kako drugače s kretnjami nakazujemo, da spremljamo, kar je bilo rečeno ...

Prepričajmo se, da otroci vedo, kdo je oseba A (poslušalec) in kdo oseba B (govorec).

### **Potek igre:**

Otroke razdelimo v pare in določimo, kdo je oseba A in kdo oseba B.

Oseba A eno minuto tiho posluša osebo B (pri mlajših otrocih je ta čas krajši).

Oseba B zaključuje stavek: “Če bi me zares poznal, bi vedel da ...”.

Informacije, ki jih delijo se lahko navezujejo na različna področja:

- družinske informacije - “Če bi me zares poznal, bi vedel, da sem najmlajši izmed mojih bratcev in sestic”.
- šolske informacije - “Če bi me zares poznal, bi vedel, da je moj najljubši predmet v šoli likovna vzgoja”.
- najljubše in najbolj zoprne stvari - “Če bi me zares poznal, bi vedel, da ne maram brokolija”.
- ali karkoli, kar želijo deliti s prijatelji.

Oseba B zaključuje ta stavek z novimi in novimi informacijami.

Po pretečenem času (1 minuta ali manj) si par vlogi zamenja: A postane govorec, B pa poslušalec.



## TIHA VRSTA

Vrtec–5. razred

V

Bp

P

Not

Gl, Cp

S2

**Velikost skupine:** 3–25

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** spodbujati medsebojno poznavanje,  
negovorno sporazumevanje,  
in upoštevanje navodil

**Potrebni pripomočki:** ne

### Pred začetkom:

Razložimo, da je izziv igre tišina.

Prikažemo in sprožimo pogovor o različnih načinih negovornega sporazumevanja.

### Potek igre:

Otrokom damo nalogo, da se razporedijo v vrsto po določenem zaporedju - glede na višino (od najvišjega do najnižjega), po datumu rojstva (od 1. januarja do 31. decembra), ali kako drugače.

Po prvi nalogi sprožimo pogovor o tem, kakšni so bili izzivi pri tej razporeditvi, pogovorimo se o različnih načinih sporazumevanja, ki so jih uporabljali in drugih ustvarjalnih idejah in poteh, ki bi jih lahko še uporabili.

Določimo drug kriterij za razporeditev.



## POTUJOČE IME

Vrtec–5. razred	V	Bp		Not	GI, SI, Cp	S1
-----------------	---	----	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 3–25

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** utrjevati poznavanje imen,  
razvijati učenje na pamet in  
uriti ponavljanje

**Potrebni pripomočki:** ne



### Pred začetkom:

Otroke razporedimo v krog.

Prikažimo, kako je potrebno govoriti glasno, medtem, ko naredimo določen gib ali potezo.

### Potek igre:

Prvi učenec v krogu naj ob začetku igre glasno pove svoje ime, hkrati pa izvede določen gib, potezo, ki si jo sam izmisli.

Vsi otroci v krogu ponovijo njegovo ime in posnemajo njegov gib ali potezo.

Nato naslednji otrok v krogu pove svoje ime in prikaže svoj gib.

Cela skupina ponovi njegovo ime in gib.

Igra se nadaljuje, dokler ne pridejo na vrsto vsi.

### Dodatne možnosti:

V drugem krogu vodja določi kakšen gib ali potezo naj otrok naredi - naj skočiti od tal, pristane na eni nogi, se zavrti ...

**Vrtčevski otroci:** Otroka, ki izvaja nalogo, postavimo v središče kroga tako, da lahko vsi ostali dobro slišijo njegovo ime in vidijo izvedeni gib.



## PARTNER SE PREDSTAVI

Vrtec–5. razred	V	Bp		Not		S2
-----------------	---	----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 3–25

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** navajati na sodelovanje v skupini in sledenje navodilom, poslušanje, govorno nastopanje in razvijati učenje na pamet

**Potrebni pripomočki:** ne



### **Pred začetkom:**

Skupino otrok zberemo v omejenem prostoru.

Vodja sproži pogovor o pozornem poslušanju. Otroci naj sami ugotovijo, kaj je pozorno poslušanje in kako to izgleda. Pozorno poslušamo takrat, ko slišimo čisto vse, kar nam sogovornik pove, ne da bi ga prekinjali in da med poslušanjem ne razmišljamo o ničemer drugem, niti o tem, kako se bomo na nalogo odzvali sami.

### **Potek igre:**

Otroke razdelimo v pare in določimo, kdo je oseba A in kdo oseba B.

Oseba A eno minuto (pri mlajših otrocih manj) tiho posluša osebo B. Ta se medtem predstavi in pove o sebi kaj zanimivega, kar želi deliti z osebo A.

Osebi A in B zamenjata vlogi.

Vse otroke zberemo v krog.

Eden za drugim zbranim predstavijo svojega partnerja, povejo njegovo ime in druge informacije, ki so jih slišali od partnerja.

### **Dodatne možnosti:**

Pogovor med osebama naj poteka kot intervju, spraševalcem pa vodja razdeli liste z vprašanji.

Listi lahko vsebujejo različna vprašanja.



## BUČA IN ROZINA

Vrtec–1. razred	V	Bp	Nmi		Not	Av, Ad, GI, SI, Cp, Čm	S1
-----------------	---	----	-----	--	-----	------------------------	----

**Velikost skupine:** 5–20  
**Primerna starost:** vrtec–1. razred  
**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** navajati na poslušanje, sledenje in upoštevanje navodil  
in razvijati dobro počutje v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne

### Pred začetkom:

Otrokom razložimo pravila igre. Kot iztočnico, da vstanejo in se začnejo gibati po prostoru, lahko uporabimo “čarobno besedo”.

### Potek igre:

Otroci in odrasli stojijo v krogu.

Odrasli pokažejo, kako izgledata obraza buče in rozine:

- “Obraz buče”= odpremo celo telo.

Stopimo na prste nog. Dvignemo roke in jih iztegnemo, kar se da narazen. Raztegnemo ustnice tako, da usta odpremo kar se da široko, oči močno odpremo in naredimo obraz kot ga ima buča, ki jo izdobljemo za noč čarovnic.

- “Obraz rozine”= pokrčimo se v kepo tako, da sedimo na naših petah (postanemo zelo majhni).

Oči stisnemo skupaj, jih zapremo, ustnice pa potegnemo navznoter in se nam koža na licih močno napne.

Otroci naj vadijo tudi izgovorjavo “Obraz buče” in “Obraz rozine”. Lahko ju tudi poimenujemo “Bučka” in “Rozi”.

Odrasli vodijo igro tako, da izmenjaje, v poljubnem vrstnem redu kličejo Bučko ali Rozi. Otroci se bodo na imeni primerno odzvali ter se krčili ali raztegovali.



## TURNIR V IGRI KAMEN, PAPIR, ŠKARJE

3.–5. razred	V	Bp	Nmi		Not	Av, GI	S1
--------------	---	----	-----	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 10–50

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilji:** razvijati dobro počutje v skupini,  
govorno in negovorno sporazumevanje  
utrjevati poznavanje imen

**Potrebni pripomočki:** ne

### Pred začetkom:

Učencem razložimo pravila igre Kamen, papir, škarje (glej „Druga pojasnila in priporočila“ na uvodnih straneh).

Preverimo, če jih vsi razumejo in kako bodo spodbujali zmagovalce iger.

### Potek igre:

Otroke razdelimo v pare.

Nasprotnika se med seboj predstavita in odigrata igro ali pa neparno število iger, tako da v vsakem primeru, dobimo zmagovalca para.

Poraženec postane navijač zmagovalca in ga spremlja in spodbuja v naslednjih dvobojih z “Gremo ... !”

Zmagovalec se sooči z drugim zmagovalcem.

Po vsakem krogu gre zmagovalec naprej, njegovi poraženci pa postanejo njegovi navijači.

Igra se nadaljuje vse do zadnjih dveh zmagovalcev, ki se pomerita med seboj, ostali pa so v dveh navijaških skupinah, ki navijata vsaka za svojega tekmovalca.

### Drugi naslovi za igro:

Šampion igre Kamen, papir, škarje

Zvezda igre Kamen, papir, škarje



## SARDELE

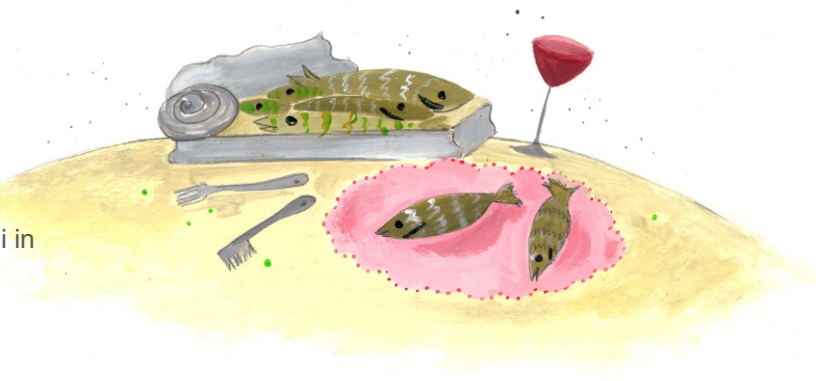
2.–5. razred	V	Bp		Not		S1
--------------	---	----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 10–30  
**Primerna starost:** 2.–5. razred  
**Trajanje:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati ustvarjalnost,  
dobro počutje v skupini in  
orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Določimo veliko igralno površino, ki ima koticke, kamor se otroci lahko skrijejo.  
Prepričajmo se, da učenci razumejo pravila, poznajo meje igralne površine in pomen varnosti pri igri.

### Potek igre:

Eden od učencev se skrije.

Preostali v skupini štejejo ali odštevajo (lahko določimo do koliko morajo šteti). Ko preštejejo se razkropijo in iščejo skrito osebo.

Ko kateri od otrok najde skritega igralca, se mu pridruži na skritem mestu.

Igra se konča, ko so vsi igralci stisnjeni na skritem mestu (kot sardele v konzervi).

Učenec, ki je prvi našel skritega učenca, je naslednji, ki se prvi skrije.



## DIRIGENT ISKRA

2.–5. razred	V				Not	Av, Ad, Čm	S1
--------------	---	--	--	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 10– 30

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Trajanje:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati spomin, opazovanje, negovorno sporazumevanje, koordinacijo oči in rok, ustvarjalnost, sposobnost odločanja in hitrega odzivanja ter medsebojno sodelovanje

**Potrebni pripomočki:** en stožec na dva učenca

**Predpriprava:** določimo območje igranja, zunaj ali znotraj (učilnica zadošča)

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v pare.

Otroka v paru naj si kjerkoli v prostoru stojita nasproti, obrnjena eden proti drugemu.

Med otroka v paru postavimo stožec.

Otroke opozorimo, da igra poteka v tišini.

### Potek igre:

Ko da vodja igre (učitelj, starš ...) zvočni signal, si vsak par brez govorjenja izmisli svoj vzorec ploskanja - uporabljata lahko samo svoje roke.

Parom damo minuto časa, da si vzorec izmislijo, si ga zapomnijo in najdejo pravi ritem ploskanja.

Po minuti vodja zavpije "Iskra". Otroci prenehajo s ploskanjem in se skušajo dotakniti stožca pred svojim partnerjem. V primeru, da se oba otroka stožca dotakneta istočasno, zmagovalca med njima določi igra „Kamen, papir, škarje“.

Otrok, ki se je prvi dotaknil stožca, ga pobere in odide iskat novega partnerja, ki ga išče med tistimi, ki nimajo stožcev. Otroci brez stožcev čakajo na svojem mestu.

Ko so izbrani vsi novi pari, stožec spet položijo na tla medse. Vodja zvočno signalizira začetek nove igre in pari si spet izmislijo nove vzorce ploskanja.

Igra se nadaljuje, dokler vsak otrok ne izmenja najmanj dveh "izumiteljev ploskanja".

### Dodatne možnosti:

Ob igri lahko uporabimo tudi glasbo, kot navdih za izmišljanje novih vzorcev ploskanja.

Otroci začnejo s ploskanjem, ko zaigra glasba. Ko glasbo ugasnemo, otroci prenehajo s ploskanjem in se skušajo prvi dotakniti stožca.



## PLJUSK, ŠPRIC

3.–6. razred	V	Bp		Not	GI	S1
--------------	---	----	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost hitrega razmišljanja in koncentracije  
orientacijo v prostoru ter navajati na upoštevanje navodil

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** skupina se postavi v krog, en igralec pa se postavi na sredino kroga

### Pred začetkom:

Prepričajmo se, da se otroci zavedajo kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre.

Prepričajmo se, da vsi otroci poznajo pravilo, ki pove kaj se zgodi, če postanejo zadnji "pljus".

### Potek igre:

Igralec na sredini kroga je škropilec.

Škropilec naključno z roko pokaže na enega izmed otrok in zakliče "Pljus ali špic"!

Izbrani otrok mora počepniti, takoj zatem pa morata otroka, ki ga obkrožata, "poškropiti" eden drugega. To storita tako, da z roko pokažeta eden na drugega in zakličeta "pljus" ali "špic"!

Počasnejši je poraženec in se mora usesti na tla, čepeči igralec pa vstane in nadaljuje z igro.

Igra se nadaljuje vse dokler ne stojita samo še dva otroka. Zmagovalca med njima določi igra "Kamen, papir, škarje". Zmagovalec postane novi igralec na sredini kroga.

### Dodatne možnosti:

Počasnejši igralec namesto sedenja na tleh - zamenja otroka v sredini kroga.

Počasnejši igralec lahko dobi dodatno nalogo. Po opravljeni nalogi lahko nadaljuje z igro.



## MIDVA TUDI!

2.–6. razred	V	Bp		Not	Av, Sl, Cp	S2
--------------	---	----	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 6–30  
**Primerna starost:** 2.–6. razred  
**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** krepiti medsebojno poznavanje,  
uriti negovorno sporazumevanje,  
poslušanje in govorjenje

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom

Skupina se zbere v zaprtem prostoru.

Otroke postavimo v pare.

S prostovoljcem prikažemo, katere stvari lahko partner pozna, ne da bi za to moral vprašati. Npr: partnerju ni potrebno povedati, da imam rjave lase, ker to lahko vidi. Ni mu potrebno povedati, da hodim v osnovno šolo, ker je moj sošolec/sošolka in to ve tudi on/ona. Lahko pa mu povem, da je moja najljubša jed pica. Kaj pa je tvoja najljubša jed? Ali pa ga vprašam: „V katerem mestu si se rodil/a?“

### Potek igre:

Vsak par ima 1-2 minuti časa, da ugotovi, koliko in katere stvari so jima skupne in ki:

- a) jih eden o drugem še nista vedela
- b) niso vidne

Po poteku časa, se otroci zberejo v krogu, s partnerjem ob sebi.

Pari eden za drugim s skupino delijo eno od skupnih lastnosti.

Skupina posluša in, če ima še kateri od parov enako skupno lastnost, dvigne roko, naredi korak naprej proti sredini kroga in zavpije "Midva tudi"!

Nadaljuje naslednji par. Igra traja dokler vsi pari skupne lastnosti ne deli s skupino.

### Dodatne možnosti:

Otroci naj zamenjajo partnerja, za nalogo pa jim damo navodilo, da morajo najti eno skupno točko s točno določeno vsebino (šport, šola ...).

Izvedemo lahko igro, kjer otroci ne smejo govoriti ampak se lahko sporazumevajo samo s pantomimo. Taka igra ni le bolj zabavna, ampak na ta način otroci urijo tudi negovorno sporazumevanje.



## TELEFONČEK OPRAVLJIVČEK

2.–5. razred	V	Bp	Nmi		Not	SI	S1
--------------	---	----	-----	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Trajanje:** 5–15 minut

**Cilji igre:** razvijati medsebojno sodelovanje in pozorno poslušanje  
ter navajati na upoštevanje navodil

**Potrebni pripomočki:** tabla in kreda (lahko tudi papir in svinčnik)

**Predpriprava:** ni potrebna

### Pred začetkom:

Razložimo in prikažemo način tihega govorjenja/šepetanja.

Skupaj pojdimo preko navodil za igro in povprašajmo po morebitnih nejasnostih.

Otroke razdelimo v ekipe.

V vsaki ekipi izberemo po enega otroka. Izbrani otroci iz vseh ekip se zberejo in skupaj oblikujejo skupno sporočilo oz. trač (govorico).

### Potek igre:

Vodja da znak za začetek igre. Izbrani otrok v svoji ekipi prične s telefončkom in sporočilo šepetaje pove naslednjemu otroku.

Sporočilo nato potuje od otroka do otroka, vse do zadnjega v skupini.

Sporočila „telefonček“ ne sme ponavljati. To je igra v obliki štafete, torej teče od enega do drugega - predajamo informacijo, ki smo jo slišali.

Ko sporočilo prejme zadnji otrok v skupini, mora slišano napisati na tablo. Ekipa, katere zapisano sporočilo je najbližje izvornemu, prejme točko.

Izberemo nove „telefončke“, ki bodo oblikovali novo sporočilo in igro ponovimo.

### Dodatne možnosti:

Namesto sporočila ali govornice, si lahko otroci izmislijo seznam znanih ljudi ali nakupovalni seznam ...

To je odlična možnost za umestitev prehranske piramide, zgodovine, geografije ali katerekoli druge izobraževalne vsebine v igro.



## PARADIŽNIK

3.–6. razred	V			Not	SI	S1
--------------	---	--	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** 3–25  
**Primerna starost:** 3.–6. razred  
**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost hitrega razmišljanja  
**Potrebni pripomočki:** ne  
**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Skupina se stoje ali sede postavi v krog.

### Potek igre:

En otrok prične igro kot „paradižnik“.

Vsi v krogu izmenjaje postavljajo primerna vprašanja. „Paradižnik“ mora na vsako vprašanje odgovoriti z besedo „paradižnik“.

Če se „paradižnik“ zasmehi ali na vprašanje odgovori s katerokoli drugo besedo, potem postane „paradižnik“ oseba, ki je postavila vprašanje.

### Dodatne možnosti:

Spremenimo besedo za odgovarjanje.





## TORNADO

Vrtec–3. razred	V	Nmi	Not	Ad, Cp, GI	S1
-----------------	---	-----	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–3. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** ustvariti dobro počutje v skupin,  
razvijati sposobnost taktičnega razmišljanja  
in spretnosti metanja žoge, navajati na upoštevanje navodil

**Potrebni pripomočki:** navadna otroška žoga

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Poskrbimo, da otroci razumejo, da bistvo igre **ni v posesti žoge**.

Otroci naj razumejo, da se vrti samo „tornado“ in da morajo žogo podati otroku poleg sebe.

### Potek igre:

Otroci naredijo velik krog.

Eden izmed otrok prične igro v sredini kroga kot „tornado“.

Otroci v krogu si z metom podajajo žogo, medtem ko se „tornado“ 10 x obrne okoli svoje osi.

Ko se „tornado“ ustavi, postane naslednji „tornado“ otrok, ki v tistem trenutku drži žogo.

### Dodatne možnosti:

Dovolimo otrokom, da spremenijo smer gibanja žoge, vključimo v igro dodatno žogo ali pa spremenimo število obratov „tornada“.



## KLIC NARAVE

1.–6. razred	V			Not	Ad, SI	S2
--------------	---	--	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 5–20

**Primerna starost:** 1.–6. razred

**Trajanje:** 10–20 minut

**Cilj igre:** uriti poznavanje različnih živalskih zvokov in prepoznavanje človeških glasov  
razvijati ritmičnost, koordinacijo rok in oči

**Potrebni pripomočki:** metrsko ravnilo ali kak drug daljši predmet, ki ga lahko primemo (ustrezna palica)

**Predpriprava:** ni potrebna



**Pred začetkom:**

Otroke postavimo v krog z ramo ob rami, med njimi naj bo le nekaj malega prostora.

Otrok, ki začne igro, je na sredini kroga.

**Potek igre:**

Otrok na sredini kroga zapre oči in se začne počasi vrteti okrog svoje osi. Medtem se krog okoli njega vrtil v smeri urinega kazalca.

Otrok med počasnim vrtenjem 3x udari z ravnilom oz. palico po tleh in da s tem znamenje otrokom v krogu, naj se ustavijo. Ko se vrtenje in kroženje ustavita, mižeči otrok v sredini iztegne roko s palico in tako pokaže na enega izmed otrok v krogu.

Otrok, na katerega je usmerjena palica, prime drugi konec palice. Otrok v sredini kroga izbere katerokoli žival iz živalskega kraljestva (lahko je tudi izumrla žival, kot so dinosavri), izbrani otrok pa mora z glasom to žival kar najbolje oponašati.

Otrok na sredini ima eno možnost, da ugame ime otroka, ki je oponašal zvok živali. Otrok, ki je oponašal žival, pa se naslednji postavi na sredino kroga.

**Dodatne možnosti:**

Igra se lahko imenuje tudi Kraljestvo živali.



## KDO JE VZEL PIŠKOTKE?

Vrtec–1. razred	V		P	Not	Cp	S1
-----------------	---	--	---	-----	----	----

**Velikost skupine:** 5–20

**Starostna skupina:** vrtec–1. razred

**Dolžina igranja:** 10 minut

**Cilj igre:** združevati telesne in govorne sposobnosti za medsebojno poznavanje, razvijati spretnosti z žogo, spomin in govorno sporazumevanje

**Potrebni pripomočki:** navadna otroška žoga

**Predpriprava:** otroci se stoje postavijo v krog



### Pred začetkom:

Vadimo podajanje žoge s kotaljenjem in vsedanje po oddaji žoge.

Vadimo besedilo pesmice.

### Potek igre:

Pesmica:

**Razred:** Kdo je vzel piškotke iz steklene posodke?

Učiteljica ... (ime) je vzela piškotke iz naše posodke!

**Učiteljica:** Kdo, jaz?

**Razred:** Ja, ti!

**Učiteljica:** Jaz že nisem kriva!

**Razred:** Kdo pa te piškotke skriva?

Nato učiteljica zakotali žogo proti enemu od učencev v krogu, izgovori njegovo ali njeno ime in se usede.

Ko učiteljica izgovori otrokovo ime, ga razred ponovi in nadaljuje s pesmico ...

**Razred:** ... je vzel/a piškotke iz naše posodke!

In povedo pesmico do konca.

S kotaljenjem žoge nadaljujemo dokler ne pridejo na vrsto vsi otroci in vsi sedijo na tleh.



## VIDIM, VIDIM!

Vrtec–2. razred	V		Nmi	P	Not	Av, Ad, Čm, Cp	S1
-----------------	---	--	-----	---	-----	----------------	----

**Velikost skupine:** ni pomembna  
**Primerna starost:** vrtec–2. razred  
**Dolžina igranja:** manj kot 10 minut

**Cilj igre:** krepi ustvarjalnost in samozavest (ker se pri tej igri ne moremo zmotiti) ter zavedanje, da imamo za sodelovanje v igri vsi enake možnosti razvijati motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** stožci za omejitev gibalnega prostora

**Predpriprava:**

- igro lahko izvajamo na prostem, v telovadnici ali v razredu
- pred igro pritegnimo pozornost otrok
- razložimo in točno prikažimo meje dovoljenega gibanja in njihove lastne telesne omejitve



### Pred začetkom:

Prepričajmo se, da otroci vedo, da NE SMEJO imeti kakršnihkoli telesnih stikov z ostalimi otroki (da preprečimo poškodbe).

Otroci morajo natančno vedeti, kje smejo hoditi, da ne odidejo nekam, kamor ne smejo (npr.: iz razreda, izven šolskega igrišča ...).

### Potek igre:

Otroci pričnejo s hojo v prostoru, ki je omejen s stožci. (Hoja bo bolj zabavna, če jim damo usmeritev - na primer hodijo naj kot v upočasnjem posnetku, kot frajerji, kot zombiji ...).

Ko vodja izgovori besede: "Vidim, vidim ...", otroci "zamrznejo".

Potem skupaj v en glas vprašajo: "Kaj vidiš?"

Vodja pove: "Vidim ..." - si poljubno zamisli kaj vidi.

Karkoli izbere, morajo otroci oponašati v prostoru, ki jim je določen za gibanje.

PRIMER: Vodja: "Vidim, vidim!"

Otroci: "Kaj vidiš?"

Vodja: "Vidim SUPERJUNAKA, ki leti po zraku!"

(Otroci oponašajo letenje superjunaka po zraku)

Ko otroci končajo z oponašanjem, vodja ponovno izgovori: "Vidim, vidim" in igra se nadaljuje enako kot prej, spremeni se le "naloga" za oponašanje.



## 2. POGlavJE

### Igre za učenje osnovnih motoričnih sposobnosti



Tako, kot se morajo pri branju otroci najprej naučiti abecede, morajo razviti določene sposobnosti tudi pri športu in igri.

Vaje iz tega sklopa so gradbene kocke  
s katerimi bomo to lahko dosegli.

Nekateri otroci se povsem spontano naučijo poskakovati in skakati, drugi to dosežejo z načrtnimi vajami in spodbujanjem.

Vaje v tem poglavju so primerne za vse osnovnošolske stopnje.

Pomagajo graditi osnovno bazo spretnosti  
in hkrati razvijajo posameznikove zmožnosti.

Vzpostavljajo tudi enotne vzorce gibanja za celotno skupino otrok.



## SLED DO ALIGATORJEVEGA MOČVIRJA

Vrtec–2. razred	V		Nmi		Not	Av, Ad, GI, Čm, Cp	S1
-----------------	---	--	-----	--	-----	--------------------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** razvijati ravnotežje, koordinacijo gibanja in pozornost

**Potrebni pripomočki:** kolebnice (po potrebi)

**Predpriprava:** za črto lahko uporabimo črte na zunanjem šolskem igrišču ali v telovadnici ali pa jih naredimo s kolebnicami

### Pred začetkom:

Razložimo, da je cilj igre, da otroci ostanejo na črti, ki ponazarja aligatorjevo sled.

Vodja razloži pomembnost spremljanja otrok, ki hodijo pred nami, saj jih lahko s svojo nepazljivostjo vržemo s poti.

### Potek igre:

Otrokom povemo, da se ta trenutek vsi podajamo na območje, kjer živi aligator.

S tem označimo začetek igre.

Da bi bili varni pred aligatorjem, morajo otroci ostati na črti, torej na varni poti. Če pa stopijo s črte, jih lahko za nogo zagrabi aligator. Bodimo dramatični, da bo otrokom bolj zabavno.

Otroci naj nam sledijo po črtah in če v bližini „opazimo“ aligatorja, jih na to opozorimo!

### Druge možnosti:

Spremenimo močvirje v kaj drugega (bazen z morskimi psi, krater vulkana ...)



## ŽIVALSKA FARMA

Vrtec–5. razred	V	Bp		P	Not	SI	S2
-----------------	---	----	--	---	-----	----	----

**Velikost skupine:** 20–40  
**Primerna starost:** vrtec–5. razred  
**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati  
sposobnost poslušanja  
in sodelovanja

**Potrebni pripomočki:** ne  
**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroke razporedimo v krog. Preštejejo naj se „na pet“.  
Vsaki od številke od ena do pet določimo eno vrsto živali.  
Otrokom povejmo, katera žival sodi h kateri številki in jim razložimo, kako se ta žival oglašča.  
Živali so lahko: pes (laja), raca (kvaka), krava (muka), mačka (mijavka), ovca (bleja), lev (rjove) ...  
Preverimo, če vsi otroci vedo za svoje številke oz. živali.

### Potek igre:

Otroci morajo imeti med igro zaprte oči.  
Z oponašanjem živali in poslušanjem drugih, morajo v prostoru v počasnem gibanju in miže poiskati sorodne živali. Roke naj imajo dvignjene pred seboj, kot varnostna odbijača pred trkom.  
Igra je končana, ko se „živali“ v vseh skupinah najdejo med seboj ali ko se zbere prva skupina enakih živali.

### Dodatne možnosti:

Namesto številke lahko otrokom razdelimo slike različnih živali, ki jih morajo potem predstavljati z zanje značilnim zvokom.

Glede na starost in sposobnost otrok, jih lahko razdelimo na več ali manj živali in s tem naredimo manjše ali večje skupine.

#### 2. način - iskanje para:

Naredimo živalske kartice z ali brez slik, samo z napisom - upoštevajmo starost otrok.

Igro začnimo tako, da vsem otrokom razdelimo živalske kartice (vsakemu svojo, slike naj ne kažejo drugim otrokom).

Razložimo jim, da se morajo gibati po prostoru tako, kot je značilno za njihovo žival (za mlajše otroke, bo verjetno potrebna tudi slika živali na kartici).

Med oponašanjem živali in gibanjem po prostoru, otroci iščejo svoj par - enako žival.

Ko se enaki živali najdetā, se par združi in na mestu počaka na vse preostale pare.



## PTIČJE GNEZDO

Vrtec–6. razred

V

Bp

S2

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

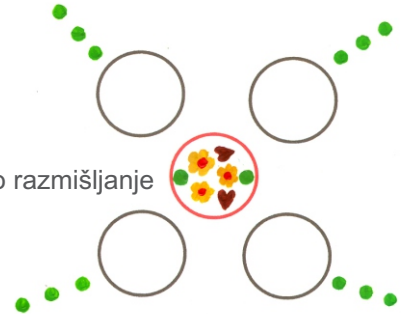
**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** navajati na sodelovanje v skupini in razvijati taktično razmišljanje

**Potrebni pripomočki:** gimnastični obroči in teniške žogice ali žogice za žongliranje ali kaj podobnega, kar predstavlja piškotke in gnezda

**Predpriprava:**

- pet gimnastičnih obročev, ki predstavljajo ptičja gnezda, razporedimo tako, kot je narisano na zgornji sliki
- žogice oz. piškotke položimo v srednje gnezdo
- otroke razdelimo v štiri skupine, ki se v koloni razvrstijo vsak za svojim gnezdom



### Pred začetkom:

Prepričajmo se, da se otroci zavedajo kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre. Skupaj še enkrat ponovimo pravila - otroci naj nam jih razložijo.

### Potek igre:

Cilj vsake ekipe je, da v svojem gnezdu zbere šest piškotkov.

Na znak za začetek prvi otroci iz vseh kolon stečejo po piškotek v gnezdo na sredini.

Vsak lahko nese samo en piškotek naenkrat.

S piškotkom se otrok v teku vrne do svojega gnezda, kjer piškotek odloži. Takrat lahko z izvajanjem naloge prične naslednji otrok v koloni.

Otroci pobirajo piškotke iz srednjega gnezda, dokler jih tam ne zmanjka. Ko pa jih v srednjem gnezdu zmanjka, jih lahko pobirajo iz drugih gnezd. Otroci svojega gnezda ne smejo braniti in pri tem ovirati drugih.

Igra se konča, ko eno od gnezd prvo zbere šest piškotkov.

### Dodatne možnosti:

Otroci lahko branijo svoje gnezdo tako, da „tatinsko srako“ ulovijo. Ko je ptica roparica ujeta, se mora v svoje gnezdo vrniti brez piškotka, z izvajanjem naloge pa nadaljuje naslednji otrok.



## ŠTART NA PLOSK

Vrtec–2. razred	V	Bp	Nmi	P	Not	Av, Ad,GI, Čm, Cp	S1
-----------------	---	----	-----	---	-----	-------------------	----

**Velikost skupine:** 5–30  
**Primerna starost:** vrtec–2. razred  
**Trajanje:** 5 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost poslušanja in motorične sposobnosti  
**Potrebni pripomočki:** ne  
**Predpriprava:** natančno določimo pravokoten prostor za tek, ki naj bo vidno omejen



### Pred začetkom:

Otroci naj vedo, na kateri „vzorec“ ploskanja lahko pričnejo teči. Zaploskajmo nekajkrat z različno ponovitvijo ploskov, npr. dvakrat ali šestkrat - s tem pokažemo, kako se pravilni znak NE sliši. Nato jasno zaploskajmo 3x in razložimo, da je to pravilni znak za začetek teka.

### Potek igre:

Otroci poslušajo in čakajo na znak treh ploskov zapored  
- ko zaploskamo 3x zaporedoma, otroci stečejo na drugo stran polja, kjer imamo označeno mejo. Pri tem naj se ne dotikajo drugih tekačev.  
Ko otroci to nalogo nekajkrat uspešno ponovijo, jim za opravljanje naloge določimo drugačno vrsto teka, npr. tek nazaj, s poskoki, v galopu ...

### Dodatne možnosti:

Spremenimo število zaporednih ploskov, ki oznanjajo začetek teka.  
Spremenimo ritem ploskanja in tako otežimo poslušanje pravilnega „vzorca“ za začetek teka.  
Če imamo v skupini otroke, ki slabše slišijo, lahko za začetek teka uporabimo drugačne znake.

### Prilagoditve za izvajanje igre v zaprtem prostoru:

Namesto ploskanja uporabimo tlesk s prsti, da zmanjšamo jakost zvoka.  
Prilagodimo oblike gibanja in s tem zagotovimo varno izvajanje igre v zaprtem, omejenem prostoru.

## BARVE

Vrtec–1. razred	V		Nmi			Ad, Cp	S1
-----------------	---	--	-----	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–1. razred

**Trajanje:** 5 minut

**Cilj igre:** utrjevati poznavanje barv, razvijati sposobnost poslušanja, orientacijo v prostoru in motorične sposobnosti, navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** nekaj predmetov različnih barv

**Predpriprava:** postavimo barvne predmete poljubno po igralnem prostoru



### Pred začetkom:

Z vidnimi pripomočki (stožci ali črta s kreda) omejimo igralno površino.

Z otroki preglejmo barve.

Otrokom vnaprej določimo obliko gibanja - hoja, tek, poskakovanje, račja hoja ...

Otroke opozorimo na pazljivost pri gibanju med ostalimi.

### Potek igre:

Vodja na glas pove eno izmed barv. Vsi otroci se morajo premakniti s prej določeno vrsto gibanja do točke, kjer je predmet imenovane barve in z eno nogo stopiti na to točko.

Prepričajmo se, da so vsi otroci našli pravo točko. V primeru, ko imamo večjo skupino otrok, postavimo več točk z enako barvo in s tem preprečimo možnost prevelikega števila otrok na isti točki - otroke poskušamo usmeriti k enekomerni razporeditvi po več točkah enake barve.

Dajmo otrokom možnosti, da imenujejo kakšen drug predmet enake barve. "Sonce je rumeno!

Tudi naši svinčniki so rumene barve!"

Igro začnimo ponovno z izbiro druge barve.

### Dodatne možnosti:

Namesto izbiranja barv, lahko izbiramo predmete, npr. trava. Otroci se morajo premakniti do točke, ki je enake barve kot trava (zelena točka).

### Prilagoditve za izvajanje igre v zaprtim prostoru:

Prilagodimo oblike gibanja in s tem zagotovimo varno izvajanje igre v zaprtih, omejenih prostorih.

## NESKONČNA ŠTAFETA

1.–5. razred		Nmi		GI	S1
--------------	--	-----	--	----	----

**Velikost skupine:** 4–30

**Primerna starost:** 1.–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** krepiti sodelovanje,  
razvijati koordinacijo oči in rok,  
motorične sposobnosti in sposobnost pozornega opazovanja

**Potrebni pripomočki:** štafetna palica,  
žogica ali kak drug predmet,  
dva stožca za vsako ekipo

**Predpriprava:**

- stožca postavimo približno 6 metrov narazen (razdaljo prilagodimo glede na starost in telesno pripravljenost otrok)
- med stožci posameznih ekip naj bo vsaj za dve dolžini rok razmaka
- ena stran stožcev označuje štartno točko
- otroci morajo biti razdeljeni v ekipe po 4-6 otrok



### **Pred začetkom:**

Vsaka ekipa se prešteje na 6 - 1., 2., 3., 4., 5., 6. (če jih je v posamezni ekipi 4 ali 5, potem se preštejejo na 4 ali 5). Otroci z liho številko ostanejo pri štartnem stožcu, otroci s sodo številko gredo k nasprotnemu stožcu. Preverimo, da so otroci številčno pravilno razporejeni.

### **Potek igre:**

Prvi otrok v vrsti pri štartnem stožcu prične s tekom proti drugemu stožcu z izbranim štafetnim predmetom v roki. Štafeto pri nasprotnem stožcu preda naslednjemu otroku.

Tekači morajo štafeto položiti točno v soigralčevo roko. Štafete ne smejo metati.

Sotekmovalci morajo na nasprotni strani čakati, da pridejo na vrsto - prezgodnji štarti in menjave mest niso dovoljeni.

Tekači morajo dati vse od sebe. Če je kateri od otrok utrujen, lahko tek upočasni, predajo štafete pa mora opraviti.

Ekipe se med seboj ne smejo ovirati.

Ekipo nadaljuje s štafeto dokler ne damo znaka za konec igre.

### **Dodatne možnosti:**

Otroci lahko nalogo opravljajo na drugačen način, na primer, namesto teka morajo poskakovati, oponašati račjo hojo ...

Na poligon lahko postavimo različne ovire, ki jih morajo otroci med tekom premagovati, npr.: po tleh lahko postavimo gimnastične obroče, v katere morajo otroci sonožno skočiti. V obroču morajo otroci narediti pet sonožnih poskokov in potem nadaljevati štafeto ...

## KOZAREC S PIŠKOTI

Vrtec–5. razred

V

Bp

Ad, Gl, Čm

S1

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 15–20 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost pozornega poslušanja in motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** označimo pravokoten prostor, ki je dovolj velik za lovljenje



### Pred začetkom:

Prikažimo :

- varno lovljenje: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Otroke razporedimo na eno od črt igralne površine. Poskrbimo, da je med njimi dovolj prostora.

Vadimo besedilo, ki ga mora znati cela skupina: "Piškotkova pošast, Piškotkova pošast ali si lačna?" Vprašanje skupina izgovarja soglasno.

Še enkrat pokažimo meje igrane površine in razložimo, da otroci postanejo pomočniki pri lovljenju, če prekoračijo ali zapustijo igralno površino.

### Potek igre:

Razložimo, da so otroci piškotki, mi pa smo Piškotkova pošast. Bliža se čas kosila in Piškotkova pošast je mogoče že lačna.

Otroci morajo vprašati vodjo "Piškotkova pošast, Piškotkova pošast ali si lačna?"

- Če odgovorimo z "DA", morajo otroci poskušati priteči na drugo stran igralnega polja, ne da jih ulovimo,
- če odgovorimo z "NE", morajo otroci ostati na svojem mestu in ponavljati vprašanje, dokler ne rečemo "DA".

Otroci, ki so ujeti, postanejo naši pomočniki pri lovljenju.

### Variacije:

Za starejše otroke spremenimo ime pošasti, saj so za Piškotkovo pošast že prestari.

Ko otroci razumejo igro in igra poteka brez težav, lahko za vodjo določimo enega izmed otrok.

## RAZREŽIMO TORTO

1.–3. razred	V	Bp	Nmi		Not		S1
--------------	---	----	-----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 10–40

**Primerna starost:** 1.–3. razred

**Trajanje:** 5–15 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost hitrega razmišljanja in motorične sposobnosti, navajati na sodelovanje v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroci se primejo za roke in sklenejo krog. Ta krog je torta.

Prikažimo varen način "rezanja torte":

- izberimo prostovoljca, ki bo pomagal pri demonstraciji,
- z demonstratorjem, združimo roki. Združeni roki postaneta nož za rezanje torte
- za „rezanje“ torte ne potrebujemo sile. Otroci v krogu morajo „nožu“ dovoliti „rezanje“ torte brez upiranja.

Prepričajmo se, da se otroci zavedajo kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre.

Poudarimo, da morajo otroci - da bi bili uspešni - sodelovati s svojim partnerjem. Eden od partnerjev ne more vleči drugega okrog torte - teči morata eden poleg drugega.

### Potek igre:

Dva otroka, ki sta nož za rezanje torte, se držita za roki, hodita okrog torte in se odločita, kje želita prerezati torto. Ko se odločita, na katerem mestu torte bosta rezala, to storita z gibanjem sklenjenih rok naprej-nazaj (kot rezanje), počasi in nežno prerežeta roki stoječih v krogu.

Otroka, katerih roki sta bili z rezanjem razdruženi, spustita svoje partnerje in se združita v par.

V torti tako nastane luknja.

Novo nastali par mora steči okoli torte v nasprotni smeri kot „nož“ do prostega prostora, kjer je bil odrezan kos torte. Pri tem poskuša prehiteti prvi par („nož“).

- par, ki je hitrejši, spet postane del torte.
  - par, ki je počasnejši, postane nov nož za rezanje torte. V primeru neodločenega izida (oba para sta enako hitra v teku okrog torte) zmagovalca določi izid igre "Kamen, papir, škarje".
- Igro nadaljujemo dokler niso vsi otroci vsaj enkrat v vlogi noža za rezanje torte.



## OBTIČALI SMO MED PLESOM

Vrtec–5. razred	V		Nmi		Not	Ad, Av, Gl, Sl, Cp, Čm	S1
-----------------	---	--	-----	--	-----	------------------------	----

**Velikost skupine:** 8–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5–15 minut

**Cilj igre:** krepiti vzdržljivost,  
razvijati motorične sposobnosti, koordinacijo,  
spodbujati poslušanje in pozornost

**Potrebni pripomočki:** avdio predvajalnik

**Predpriprava:** - določimo prostor brez ovir za ples (približno 6 x 6 metrov ali več)  
- izberemo ustrezno glasbo



### Potek igre:

Otroci plešejo na predvajano glasbo.

Ko se glasba „ustavi“, morajo plesalci pri prči „okameneti“ v trenutnem položaju, vse dokler spet ne zaslišijo glasbe.

Če kateri od plesalcev ne obstane takoj, ko glasba utihne, mora med ponovnim predvajanjem glasbe najprej narediti 10 poskokov, nato nadaljuje s plesom.

Ker gre za aerobno obliko igre, jo je bolje izvajati v zaprtih prostorih.

### Dodatne možnosti:

Enega izmed otrok lahko izberemo za opazovalca ali strokovno žirijo. Ta opazuje plesalce in izbere takega, ki ima še posebej izstopajoče gibe. Ko glasba utihne, opazovalec prikaže te gibe ostalim. Ob ponovnem predvajanju glasbe poizkušajo plesalci izvajati ta nov plesni gib.

Namesto dodatne naloge v obliki 10-ih poskokov, lahko otrokom določimo drugačno nalogo, npr.: sklece, vajo za ravnotežje, oponašanje določene osebe ...



## MRTVA RIBA

Vrtec–5. razred	V	Bp	Nmi		Not		S1
-----------------	---	----	-----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 2–50

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti in navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna

### Pred začetkom:

Otroke opozorimo, da si mora vsak poiskati svoj prostor - pri tej igri ni nobenih telesnih stikov. Razložimo jim, kako izgleda mrtva riba in to tudi pokažemo.

### Potek igre:

Vodja začne igro z odštevanjem „5 - 4 - 3 - 2 - 1 - MRTVA RIBAAAA!“ . Med odštevanjem lahko otroci prosto tekajo po prostoru. Če igro izvajamo v učilnici, naj otroci hodijo in govorijo potih, na zunanjem igrišču ali v telovadnici pa so lahko glasnejši.

Ko vodja reče “MRTVA RIBA”, morajo vsi otroci oponašati mrtvo ribo. Običajno to vključuje ležanje na tleh.

Vodja se zatem sprehodi med „ribami“ in išče žive ribe - tiste, ki se premikajo.

Če se otrok premakne (tudi, če pomežikne z očmi), je izločen in mora oditi na rob igralne površine.

### Potek igre:

Otroci, ki so izločeni iz igre, lahko vodji pomagajo pri odkrivanju morebitnih premikov ali pa poizkušajo izvabiti premik mrtvih rib (vendar brez telesnega stika).



## ZAJČEK SPI

Vrtec–5. razred	V	Bp	Nmi	Not	Av, Čm	S1
-----------------	---	----	-----	-----	--------	----

**Velikost skupine:** poljubna

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti in navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:**

- igro lahko izvajamo na prostem, v telovadnici ali v razredu
- za igranje na prostem omejimo igralno površino



### **Pred začetkom:**

Otroke opozorimo, da si morajo poiskati vsak svoj prostor - pri tej igri ni nobenih telesnih stikov. Vprašajmo jih, kako zajček skače in kako spi ter jim to tudi demonstrirajmo.

### **Potek igre:**

Vodja igre zakliče poljubno besedo, s katero se igra začne. Zajčki lahko potem poskakujejo naokrog in so glasni kolikor jih je volja (če igro izvajamo v učilnici, naj otroci poskakujejo in govorijo tiše!)

Ko vodja zakliče: "Zajček spi!", morajo vsi otroci kar se da dobro oponašati spečega zajčka. Pogosto to vključuje ležanje na tleh (včasih vključuje tudi zvoke smrčanja).

Vodja nato hodi med spečimi zajčki in je pozoren na kakršnokoli premikanje.

Če se otrok premakne (tudi če odpre oči), mora opraviti dodatno nalogo (npr.: poskoke, tek na mestu 10 sekund ...). Potem nadaljuje z igro.

### **Dodatne možnosti:**

Namesto iskanja premikov, lahko vodja išče najboljšega spečega zajčka, ki potem od vodje dobi petko (tlesk z dlanmi nad glavo) in / ali potem lahko izbere novo žival

Zamenjava živali - speča kravica /kuža/muca/levček/opica... (Otroci morajo oponašati in zveneti kot izbrana žival).

## NAJDI PROSTOR

Vrtec–5. razred	V	Bp	Nmi	P	Not	Ad, Gl, Čm, Cp	S1
-----------------	---	----	-----	---	-----	----------------	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** spodbujati k iskanju lastnih poti pri reševanju problemov, navajati na sledenje navodilom, razvijati spomin, pozorno poslušanje koordinacijo oči in rok ter orientacijo v prostoru, motorične sposobnosti, ravnotežje

**Potrebni pripomočki:** učilnica ali površina, ki je podobno velika kot igrišče za košarko (lahko tudi: kolenice in košarkaške žoge)

**Predpriprava:** natančno označimo meje igralne površine (če igro izvajamo na travnati površini, meje označimo s stožci)



### Pred začetkom:

Točno določimo, kje lahko otroci izberejo svoje mesto (morajo biti znotraj igralne površine).

### Potek igre:

Otroci naj si poiščejo vsak svoj prostor na igralni površini. To bo njihovo prvo mesto.

Razložimo otrokom, da si morajo zapomniti, kje točno so si izbrali svoje prvo mesto.

Otroci morajo biti med seboj oddaljeni najmanj za eno dolžino roke.

Potem jim damo znak, da si najdejo svoje drugo mesto. Ponovno jih spomnimo, naj si skušajo zapomniti svoje prvo in sedaj še drugo mesto.

Za mlajše otroke, sta dve izbrani mesti povsem dovolj. Starejši otroci si lahko pri tej igri izberejo 4 ali 5 mest.

Po končani izbiri mest, pošljemo otroke na njihovo prvotno mesto.

Na naš znak, morajo otroci oditi na svoje drugo mesto. To opravijo preko različnih nalog: s skoki, v hoji, s čim krajšim časom dotikanja stopal s tlemi, z "moonwalk hojo", s poskoki po eni nogi, kot flamingo, kot velikani, v račji hoji, hoji nazaj, z oponašanjem pingvinje hoje, žabjimi poskoki ...

Med opravljanjem naloge, odštevajmo od deset ali pet navzdol, dolžina odštevanja je odvisna od težavnosti naloge in od starosti otrok (poskoki po eni nogi, pingvinja hoja ... lahko zahtevajo nekoliko več časa, hitra hoja, skiping in podobne naloge pa nekoliko manj).

### Dodatne možnosti:

Otroci naj za prehod od enega do drugega mesta predlagajo svojo obliko premikanja.

## SPUSTI KOLAČEK

Vrtec–5. razred	V				Not	Ad	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** več kot 10

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati orientacijo v prostoru, motorične sposobnosti, koordinacijo oči in nog ter navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** stožci (po možnosti polovični stožci, brez špice)

**Predpriprava:** katerikoli prostor z jasno označenimi omejitvami

### Pred začetkom:

Pokažimo otrokom "kolačke" in jim povejmo kako so slastni.

### Potek igre:

Še enkrat opozorimo otroke na meje in varno lovljenje.

Stožce razdelimo približno tretjini otrok.

Otroci brez stožcev lovijo tiste s stožci. Ko so ti ulovljeni, "spustijo kolaček" in stečejo proč.

Otrok, ki ulovi kolaček, ga pobere in preostali lovilci ga začnejo loviti.

### Dodatne možnosti:

Namesto stožcev lahko uporabimo tudi druge predmete in jih drugače poimenujemo.

Igro lahko spremenimo tudi v igro "Lovimo ime" tako, da lovilci kličejo imena: "Hej ...(ime) spusti kolač!"

V kolikor igro izvajamo v učilnici, se prepričajmo, da se otroci zavedajo, kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre.

Otroci lahko igro odigrajo tudi s poskoki, na kolenih ...



## ŠTIRJE KOTI

1.–5. razred	V	Bp	Nmi	Not	Ad, GI	S1
--------------	---	----	-----	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 5–40  
**Primerna starost:** 1.–5. razred  
**Trajanje:** 5–20 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost odločanja, negovorno sporazumevanje in motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:**

- igralna površina s štirimi koti; to je lahko učilnica ali šolsko dvorišče
- če igralna površina nima vidno označenih kotov, jih označimo s stožci ali pa uporabimo črte igrišča



### Pred začetkom:

Otroci naj se enakomerno razporedijo v vse štiri kote.  
Opravimo poskusno igro z vodjo na sredini igralne površine.

### Potek igre:

Vodja zapre oči ter počasi in glasno odšteva od 10 do 0.  
Med odštevanjem lahko ostali otroci zamenjajo kot tako, da tiho odidejo v drug kot ali pa ostanejo v istem. Ko vodja prešteje do nič, morajo vsi otroci stati v kotih. Če do konca odštevanja niso prišli do zelenega kota in so obtičali nekje vmes, se morajo usesti na tla.  
Po končanem odštevanju, vodja z roko pokaže v smer enega od kotov in šele potem lahko odpre oči.

- Vsi otroci, ki se nahajajo v izbranem kotu, se morajo usesti na tla.
- Če v izbranem kotu ne stoji noben otrok, lahko otroci, ki že sedijo v tem kotu, ponovno vstanejo in se aktivno vrnejo v igro.

Ko stoji le še en otrok, ta postane novi vodja.

### Dodatne možnosti:

Vodjo zamenjamo vsaki dve minuti.  
Vodja lahko izbere kot, ki bo med odštevanjem najglasnejši.  
Igro lahko izvajamo tudi na prostem.  
V kolikor za igralno polje uporabljamo kakršnokoli igrišče, lahko sproti razlagamo tudi pravila igre kateri je igrišče namenjeno, npr: košarka, nogomet, odbojka ...



## TRGOVINA Z ŽIVILI

Vrtec–5. razred	V					Ad	S1
-----------------	---	--	--	--	--	----	----

**Velikost skupine:** 20–50

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati spomin, motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru, navajanje na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** najmanj 12 stožcev (po 4 v različnih barvah, npr. 4 zeleni, 4 rumeni, 4 rdeči, 4 oranžni, 4 vijolični, 4 modri ...)

**Predpriprava:** - v prostoru postavimo 3-6 kvadratov s stožci (večja je igralna površina, bolj je igra zabavna)



### Pred začetkom:

Prikažimo:

- varno lovljenje: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec, ulovljene osebe.

Opozorimo otroke, da se morajo zavedati prisotnosti ostalih otrok, ki tekajo po prostoru.

Za vsak niz določimo eno vrsto sadja ali zelenjave, ki ustreza barvi stožcev

(npr: oranžna = pomaranča ali korenček, rumena = limona ...).

Prepričajmo se, da otroci znajo ponoviti vrsto sadja ali zelenjave za vsako pripadajočo barvo.

### Potek igre:

Igro prične vodja, ki ima vlogo nakupovalca. Med sprehajanjem po "trgovini" (po igralni površini med kvadrati iz stožcev) se odloči in pove: "V trgovini moram kupiti nekaj ... limon!"

V tistem trenutku morajo vsi otroci steči v prostor, ki ga označuje kvadrat z rumenimi stožci, pri tem pa jih nakupovalec ne sme ujeti.

Otroci, ki so med nakupovanjem ujeti, postanejo dodatni nakupovalci/lovilci.

### Dodatne možnosti:

Otroci lahko igro pričnejo kot delavci v trgovini, vodja pa je šef trgovine.

Na njegov ukaz, morajo delavci denimo pomivati tla.

Takrat se otroci gibljejo po trgovini in se pretvarjajo, da pomivajo tla - vse do trenutka, ko vodja zopet zakliče: "Nakupovalec potrebuje ... limone!" In takrat morajo vsi otroci ponovno poskušati priti v kvadrat rumene barve, ne da bi bili pri tem ujeti.

## SKOČI IN OBSTOJ

Vrtec–2. razred	V	Bp		Not	Ad, Av, GI	S1
-----------------	---	----	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost poslušanja, ravnotežje in motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** igralno površino omejimo na primerno velikost



### Pred začetkom:

Pokažimo, kako se je potrebno izogibati medsebojnim stikom.

Otroci morajo znati ponoviti vsa pravila in znake.

Otroke razporedimo po igralni površini tako, da se med seboj ne ovirajo in se ne bodo zaletavali.

### Potek igre:

Otroci morajo med igro ostati znotraj določene igralne površine.

Na prvi znak: otroci pričnejo poskakovati, skakati ...

Na drugi znak: otroci "zamrznejo" v položaju, v kakršnem se znajdejo ob znaku (na eni nogi, z roko in nogo na tleh ...) in poskušajo obdržati ravnotežje.

Večkrat ponovimo; spremenimo obliko znaka (npr.: ploskanje, žvižganje ...).

### Dodatne možnosti:

Otroci lahko igrajo igro tako, da poskušajo na glavi obdržati manjše vrečke napolnjene z rižem ali fižolom (ali čim podobnim).

Otroci naj se pri izvajanju vaje v parih držijo za roki - s tem jim otežimo vzdrževanje ravnotežja.



## ČISTO NAŠ RISTANC

Vrtec–2. razred

Not

Ad, Av, Gl, Čm, Cp

S1

**Velikost skupine:** 5–20

**Primerna starost:** vrtec–1. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti, ravnotežje in spomin, uriti prepoznavanje črk in številk

**Potrebni pripomočki:** risalni papir, škarje, lepilni trak

**Predpriprava:** majhno področje na prostem ali učilnica



**Pred začetkom:**

Izrežemo različne oblike (trikotnike, kroge ali kvadrate) in nanje narišemo črke in/ali številke.

Položimo jih na tla, po celotni igralni površini.

**Potek igre:**

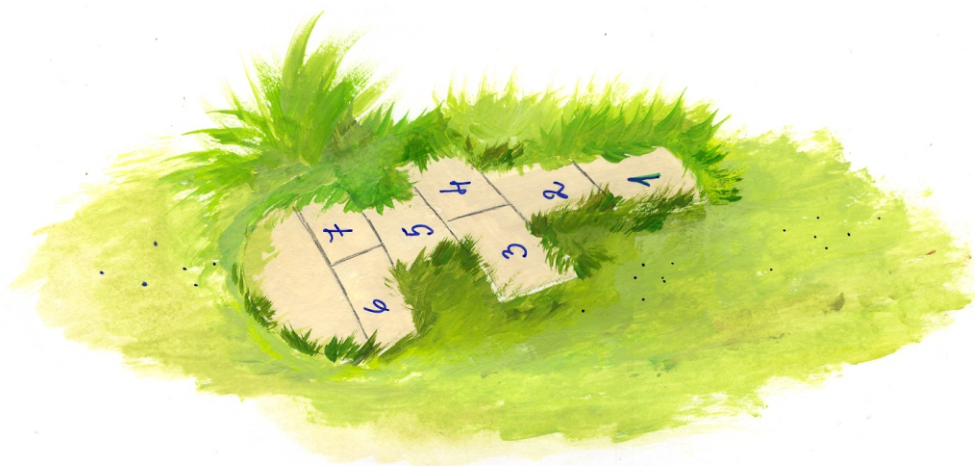
Otrok prične z igro na enem robu igralne površine. S skoki ali poskoki poskuša skakati od lika do lika, enakih oblik (od kvadrata do kvadrata ...).

Preden otrok skoči na naslednji lik, mora prepoznati črko ali številko na katero bo skočil.

**Dodatne možnosti:**

Vodja je skakalec, medtem ko otrok izbira črke ali številke.

Namesto črk ali številk lahko za igro uporabimo tudi barve, živali ...



## PRESKOČI REKO

Vrtec	V		P	Not	Ad, Av, GI, Čm, Cp	S1
-------	---	--	---	-----	--------------------	----

**Velikost skupine:** 5–20  
**Primerna starost:** vrtec  
**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti, koordinacijo in ravnotežje

**Potrebni pripomočki:** - pripomočki za preskakovanje (kolebnice, gimnastični obroč, lepilni trak za tla ...)  
- vsakemu otroku za preskakovanje zagotovimo vsaj en predmet

**Predpriprava:** učilnica ali telovadnica



### Pred začetkom:

Za osvojitve osnov skakanja, prikažimo otrokom sonožno skakanje z uporabo rok (zamah rok naprej), nato ga vadimo skupaj z otroki.

### Potek igre:

Otrokom razložimo, da smo se odpravili na sprehod po gozdu in bomo morali morda med sprehodom preskočiti potoček ali manjšo reko. Otroci naj pričnejo hoditi po gozdu (igralni prostor) in ko naletijo na oviro v obliki potočka ali reke (izbrani predmeti na tleh), jo morajo preskočiti in si pri tem ne smejo zmočiti nog. Vsak otrok vajo izvaja sam, neodvisno od drugih. Pri doskoku morajo otroci doskočiti na obe nogi hkrati; nogi naj bosta razširjeni približno za širino bokov, kar omogoča dobro, stabilno osnovo pri doskoku. Po doskoku otrok nadaljuje s hojo po gozdu do naslednje ovire. Poudarek mora biti na stabilnem sonožnem doskoku, zagotavljanju stabilnosti in lovljenju ravnotežja.

### Dodatne možnosti:

Otrokom lahko naročimo, da na risalne liste narišejo reke, drevesa ter oblikujejo svoj gozd. Izdelke uporabimo za pripravo in dekoracijo igralne površine. Pretvarjamo se lahko, da gremo na izlet in spotoma preskakujemo ovire. Igro lahko uporabimo kot sprostitev ob branju knjige o rekah (in drugih vodah) in o različnih oblikah potovanj (po kopnem, po vodi ...).

## REŠIMO SE IZ OGNJENIKA

Vrtec–3. razred	V				Not	Av	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** 5–30

**Primerna starost:** vrtec–3. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati ravnotežje in motorične sposobnosti, spodbujati sodelovanje

**Potrebni pripomočki:** nekaj gimnastičnih obročev

**Predpriprava:** položimo gimnastične obroče po tleh, lahko v ravni vrsti, „cik-cak“ ali drugače

### Pred začetkom:

Prikažimo, kako se je potrebno izogibati kontaktu z ostalimi.

Otroci morajo poznati pravila in znake in jih morajo biti sposobni ponoviti.

Otroci naj se postavijo v ravno kolono.

### Potek igre:

Otrokom recimo, da smo se znašli v spečem ognjeniku in edina možnost, da varno zbežimo od tam preden ognjenik izbruhne je ta, da skačemo s kamna na kamen (kamni so gimnastični obroči).

Otroci morajo teči, skakati ali poskakovati po kamnih posamično (eden naenkrat).

Vsak, ki uspešno premaga ovire, počaka ostale v vrsti na drugi strani.

Če kamen zgreši, gre nazaj na konec kolone in ponovno poizkusi ubežati ognjeniku.

Igra se zaključí, ko vsi otroci uspešno premagajo ovire in se rešijo iz ognjenika.

### Dodatne možnosti:

V skupinah starejših otrok poskušamo nalogo izvesti v parih.

Ko otroci igró dojaméjo, nekoliko razmaknémo gimnastične obroče in tako otežimo opravljanje naloge.

Ko otrok zgreši obroč, lahko igró nadaljuje, vendar le po eni nogi. Če naredi še eno napako, odstranimo kamen, kjer je bila storjena druga napaka, otrok pa lahko za poskok ponovno uporabi obe nogi.





## ŽABE SE PRESKAKUJEJO

2.–5. razred

V

Bp

Ad,GI

S1

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Dolžina igranja:** 15–20 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje  
in razvijati motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** postavmo štartno in ciljno črto (če je potrebno)



### Pred začetkom:

Otroke postavimo v dve koloni. Med seboj so oddaljeni toliko, da je med njimi dovolj prostora za „pristanek“ skakajoče žabe.

Prikažimo varen način preskoka človeka; ta mora biti med skokom na tleh negiben in v določenem položaju (sklonjen, leži na trebuhu - odvisno od zelene višine ...).

Prepričajmo se, da se vsi otroci zavedajo pomena varnega izvajanja igre in potrebe po sodelovanju.

### Potek igre:

Otroci so žabe, ki želijo s poskoki po listih lokvanjev priti z ene na drugo stran ribnika.

Da ne padejo v vodo, morajo žabe ena preko druge skakati v ravni liniji.

Zadnji v koloni bo prvi začel s preskoki.

Skače preko drugih žab v koloni pred njim. Ostali so pokrčeni nizko pri tleh (ali v ležečem položaju).

Ko poskakujoča žaba priskače do začetka kolone, se pokrči proti tlam in čaka, da jo preskočijo še druge.

Ko to stori, je na vrsti naslednja zadnja žaba v koloni.

Preskakovanje se nadaljuje, dokler kolona ne pride do ciljne črte ali vsi ne ponovijo določenega števila preskokov (npr.: vsak otrok pride 2x na vrsto za preskakovanje ...).

### Dodatne možnosti:

Preverimo, kako hitro ali kako visoko lahko skače posamezna „skupina žab“.

Igra lahko poteka v obliki štafetne igre večih skupin.



### 3. POGlavJE

## Igre lovljenja



Igre lovljenja so že dolgo med najbolj priljubljenimi oblikami iger.

Ta podatek marsikoga preseneti.

V športnem smislu si lovljenje le stežka predstavljamo kot "pravo" igro.

Pa vendar so igre lovljenja soglasno uspešne in zabavne tako za osnovnošolske otroke, kot tudi za širši krog otrok; preko njih se lahko učijo mnogih osnovnih motoričnih spretnosti, te pa vodijo v kasnejše, kompleksnejše oblike iger in športnih panog.

Igre lovljenja, ki so opisane v tem poglavju, imajo velik razpon; ene temeljijo na smotru učenja gibčnosti in spretnosti izogibanja, druge - kompleksnejše - učijo in spodbujajo otroke k sodelovanju, timskeemu delu in strateškemu razmišljanju.

Preizkusite igre, predstavite jih otrokom in uživajte v veselju, ki jih bodo izzvale!



## SEDEM PALCEV BO LOVILO

2–6. razred

V

Ad

S1

**Velikost skupine:** 10–50  
**Primerna starost:** 2.–6. razred  
**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok,  
občutek za skupen prostor,  
motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** barvne majice

**Predpriprava:** določimo veliko igralno površino  
z jasnimi mejami - površina mora biti dovolj velika, da lahko otroci tečejo



### Pred začetkom:

Skupaj preverimo meje igralne površine.

Izberimo sedem otrok, ki bodo izbiralci.

Sedem izbiralcev naj si obleče sedem barvnih majic.

Prikažimo :

- varen način lovljenja: nežen dotik kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

### Potek igre:

Sedem izbiralcev stoji v igralnem polju, ostali otroci pa se razporedijo po črtah, ki omejujejo igralno površino. Otroci na mejnih črtah se obrnejo navzven in zaprejo oči ter iztegnejo roko z iztegnjenim palcem navzgor. Izbiralci gredo poljubno okrog in izberejo sedem otrok (vsak izbere enega tako, da se dotakne njegovega palca).

Ko to naredijo, sočasno povedo: "Sedem palcev bo lovilo, nekaj jih je dotaknilo!"

Otroci, ki so bili izbrani (so čutili dotik na svojem palcu), postanejo lovilci in lovijo sedem izbiralcev - ugotoviti morajo, kdo med njimi se je dotaknil njihovega palca.

Lovilci lovijo izbiralce v barvastih majicah toliko časa, dokler ne ulovijo in ugotovijo, kateri izbiralec se je dotaknil njihovega palca.

Če lovilce ne ujame pravega izbiralca, mora ta naglas reči: "Nisem bil jaz!"

Vodja lahko igro tudi časovno omeji - po tem se lahko začne nov krog.

## ŽIVALI SE LOVIJO

Vrtec–2. razred	V	Bp	Nmi			GI	S1
-----------------	---	----	-----	--	--	----	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje:** 5–10 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok, motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru, navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** določimo veliko igralno površino z jasnimi mejami - površina mora biti dovolj velika, da lahko otroci tečejo

### Pred začetkom:

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Z otroki obnovimo poznavanje meja igralne površine in posledic, če te meje prekoračijo.

Razdelimo otroke v dve skupini in za vsako skupino določimo vrsto živali.

Skupini naj vadita glasovno oponašanje določene živali.

### Potek igre:

Cilj igre je, da ena od skupin vse živali iz nasprotnne ekipe spremeni v živali svoje vrste.

Ko se igra začne, vsi otroci z glasovi oponašajo svojo vrsto živali in ob tem poizkušajo uloviti katero od nasprotnih živali. Lovljenje mora potekati na varen način.

Ko je otrok ulovljen, se spremeni v žival, kot je tista, ki ga je ulovila.

Igra se nadaljuje, dokler vsi otroci ne postanejo živali enake vrste.

### Dodatne možnosti:

Določimo več živalskih skupin.

Izberimo 1-3 otroke, ki jih ostali ne morejo spremeniti v živali svoje vrste in na ta način zagotovimo nepretrgan potek igre.

Za slušno prizadete otroke lahko igro prilagodimo tako, da namesto z glasovi, živali oponašajo s telesnimi gibi, mimiko.





## KRAJA ZASTAVE

3.–6. razred

V

Ad, Čm, Gl

S1

**Velikost skupine:** 15–40  
**Primerna starost:** 3.–6. razred  
**Trajanje:** 15–20 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti,  
orientacijo v prostoru ter  
koordinacijo oči in rok

**Potrebni pripomočki:** zastavice iz blaga, robčki ali manjše majice  
(po en kos za vsakega otroka)

**Predpriprava:** - igralna površina velikosti igrišča za košarko  
- igralno površino lahko omejimo tudi z enakomerno razporejenimi stožci



### Pred začetkom:

Prikažimo primer, kam lahko otroci dajo zastavico (v hlačni žep ali žep trenirke, tako da je vidne najmanj 3/4 zastave).

Poudarimo pomen varnega lovljenja in pravične igre, izpostavimo tudi, da se zastavice ne sme ščititi pred krajo, kotaliti po tleh, dvigovati zastavice s tal ali klicati za drugimi: "Goljuj"!

Preverimo, če katero od pravil igre otrokom ni razumljivo.

### Potek igre:

Vsi otroci se prosto gibajo znotraj igralne površine in se poskušajo izogibati eden drugemu.

Če otrok uspe zgrabiti zastavico drugega otroka, mora le-to položiti na tla.

Ko je zastavica na tleh, se mora otrok, ki mu je bila odvzeta, usesti, počepniti ali poklekniti na tla.

Če se otrok brez zastavice želi vrniti v igro, mora poskušati ukrasti zastavico nekemu, ki še teka naokrog.

### Dodatne možnosti:

Ulovljenim otrokom dovolimo, da se po tleh premikajo po kolenih.

Kraja dvojne zastave: uporabimo dve zastavi (v vsakem žepu ena). Otrok je izločen iz igre, takrat, ko mu soigralci ukradejo obe zastavi.

## PRVA POMOČ

Vrtec–5. razred	V	Bp	Nmi			Ad, GI	S1
-----------------	---	----	-----	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–50

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 5 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti, koordinacijo oči in rok ter gibljivost

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:**

- določimo igralno površino brez ovir
- določimo "bolnišnico" izven meja igralne površine

### Pred začetkom:

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Z otroki ponovimo, kaj je potrebno storiti, ko smo ujeti.

Preverimo, da otroci vejo kje je bolnišnica in kako se lahko pozdravijo.

### Potek igre:

Poiščimo prostovoljca, ki želeli biti lovilec.

Ko je otrok ujet, mora z eno roko pokriti rano (mesto, kjer se ga je lovilec dotaknil) njegova roka postane obliž.

Ranjeni otrok nadaljuje s tekom in se izogiba lovilcu, a ves čas mora imeti roko na mestu rane in ima prosto le eno roko.

Če je otrok ponovno ujet, mora s preostalo roko pokriti še drugo rano. Še vedno lahko nadaljuje z igro. Ko je otrok ujet še tretjič, mora oditi v bolnišnico. Tam se lahko pozdravi tako, da naredi deset sonožnih poskokov. Nato se vrne v igro.

### Dodatne možnosti:

Otroci se v bolnišnici pozdravijo tako, da štejejo do 20, nato pa se vrnejo v igro brez obližev.

Otroci lahko obišejo bolnišnico tudi ob eni sami rani. Naredijo vnaprej določeno nalogo in se vrnejo v igro brez obližev. Za odstranitev obližev ne potrebujejo čakati, da so 3x ujeti.





## MILNI MEHURČKI

1.–5. razred	V	Bp				Ad, GI	S1
--------------	---	----	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** 1.–5. razred

**Trajanje:** 15–20 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje,  
razvijati motorične sposobnosti in gibljivost

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** določimo dovolj veliko igralno površino za tek



### Pred začetkom:

Poiščimo dva prostovoljca, ki bosta postala "mehurčka". Mehurčka se združita tako, da se skleneta v komolch.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Prikažimo gibanje v paru, kako se igralca združita, ko sta ujeta in kako se ločijo, ko so štirje otroci mehurčki.

Preverimo, da otroci poznajo pravila, meje in pomembnost varnosti.

Otroke razporedimo po igralni površini.

### Potek igre:

Ob začetku igre poskušata milna mehurčka uloviti katerega od ostalih otrok.

Ko ga ujameta, se ta združi v milni mehurček.

Ko ujamejo še četrtega, se milni mehurček razdeli na dva dela.

Igra se nadaljuje, dokler vsi otroci ne postanejo milni mehurčki.

Če kateri od otrok med lovljenjem steče izven meja igralne površine, se mora nemudoma združiti z najbližjim milnim mehurčkom.

Zadnja dva ujeta otroka postaneta naslednja mehurčka, ki bosta začela novo igro.

### Dodatne možnosti:

Če se otroci igrajo varno, se lahko mehurček večja brez delitve, vse dokler niso ujeli vsi otroci.

Spodbudimo otroke, da med premikanjem ostanejo skupaj in združeni.

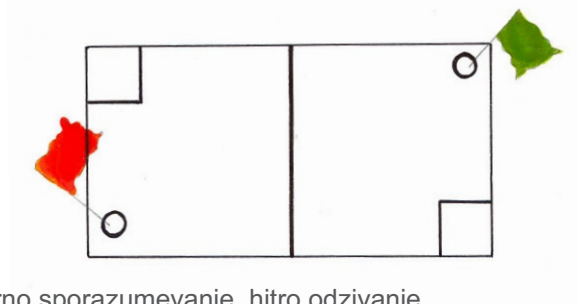
## UJEMIMO ZASTAVO

2.–6. razred

V

S3

**Velikost skupine:** 10–30  
**Primerna starost:** 2.–6. razred  
**Trajanje:** 10–40 minut



**Cilj igre:** navajati na sodelovanje v skupini, razvijati taktično razmišljanje, govorno sporazumevanje, hitro odzivanje, motorične sposobnosti, orientacijo v prostoru in krepiti vzdržljivost

**Potrebni pripomočki:** stožci in dve zastavici

**Predpriprava:**

- razmejimo igralno površino na polovico in v diagonalnih kotih označimo dve majhni polji, kjer bo prostor za ujete otroke
- na vsaki polovici je v prostem kotu lahko označen tudi krog, kjer bo zastavica

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v dve skupini.

Preverimo, da razumejo pravila in vedo, kje so meje igralne površine in druga označena polja.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

### Potek igre:

Vsaka ekipa skuša nasprotni izmakniti njeno zastavico in se vrniti na svojo polovico igralne površine, ne da bi bil pri tem kdo ujet.

Branilci zastavice morajo stati najmanj en meter stran od meje polja z zastavico, pa tudi od prostora za ujete igralce.

Igralec, ki je ujet na nasprotnikovi polovici, mora v nasprotnikov prostor za ujete igralce.

Če je ujet igralec, ki mu je uspelo ukrasti zastavico, mora le-to položiti nazaj v polje za zastavico, sam pa oditi v prostor za ujete igralce.

Ujetega igralca lahko soigralci rešijo tako, da se ga dotaknejo, medtem ko čaka v polju za ujete igralce. Oba igralca dobita s tem prosto pot nazaj na svojo polovico.

Soigralci lahko naenkrat rešijo le enega ujetega igralca.

Ko pride igralec do nasprotnikovega polja z zastavico in stopi vanj z obema nogama, je v varnem območju, kjer ga nasprotniki ne morejo ujeti. To lahko storijo šele, ko spet poizkusi zbežati na svojo polovico igrišča.

### Dodatne možnosti:

Pravila lahko spreminjamo ali dodajamo - glede na starost ali število otrok:

- omejimo število igralcev, ki so lahko naenkrat v polju z zastavico (v varnem območju).
- dovolimo igralcu, ki stoji v polju z zastavico, da le-to z metom poda soigralcu; zastavico mora ekipa kljub temu še vedno uspešno prenesti na svojo igralno površino.
- ulovljeni igralci se lahko primejo za roke in naredijo verigo izven območja za ujete igralce in tako soigralcem olajšajo reševanje. Določimo lahko, da je rešen en sam igralec ali pa vsi v verigi.

## IGRA MAČKE Z MIŠKO

Vrtec–2. razred	V		Nmi			Ad,GI	S1
-----------------	---	--	-----	--	--	-------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje:** 5 minut

**Cilj igre:** razvijati občutek za skupen prostor, motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** pet gimnastičnih obročev (dovolj velikih, da si en obroč lahko deli pet otrok), stožci, kreda

**Predpriprava:** gimnastične obroče položimo po igralni površini, ki je označena in omejena (s stožci ali kreda)

### Pred začetkom:

Prikažimo meje igralne površine.

Otrokom razložimo, da se obročev ne sme premikati.

Demonstrirajmo potek igre.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Določimo pet otrok, ki bodo mačke (ali eno mačko na štiri otroke, ki bodo miške).

### Potek igre:

Miškam dovolimo, da z eno nogo stopijo v obroč. To je njihova mišja luknja.

Vodja nato reče: "Miške potujejo!" in vse miške morajo oditi iz svoje luknje ter si poiskati drugo.

Ko si iščejo novo luknjo, jih mačke poskušajo ujeti.

Ujeta miška postane mačka, mačka pa postane miška.

### Dodatne možnosti:

Miške, ki so ujete, morajo oditi v mišselovko (prostor za ujete), ostale miške pa jo od tam lahko rešijo tako, da se jih ob naslednji menjavi luknje dotaknejo.

Ujete miške se spremenijo v mačke in pomagajo drugim mačkam pri lovljenju.

Ujete miške lahko naredijo določeno število poskokov ali pa kakšno drugo nalogo in se po opravljeni nalogi vrnejo v igro.



## MENJAVA STOLOV

1.–6. razred

V

Bp

P

Not

S1

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 1.–6. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati občutek za prostor, motorične sposobnosti, občutek za čas in navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** razred s stoli, ki jih razporedimo poljubno, a mora biti med njimi dovolj prostora za gibanje



### **Pred začetkom:**

Preverimo, da otroci razumejo, kako se pravilno lovijo.

Otrokom razložimo, da vsak pride na vrsto 1x in, da morajo zavzeti mesto otroka, ki so ga ujeli.

### **Potek igre:**

Vsi otroci pričnejo igro stoje, vsak za svojim stolom.

Izberimo enega od otrok, da začne igro. Ta mora kar najhitreje uloviti enega od otrok in prevzeti mesto za njegovim stolom.

Vsak otrok ima le en poizkus v vsaki igri (nasvet - otroci, ki še niso bili na vrsti naj imajo dvignjeno roko ali pa se potem, ko dobijo nov stol, nanj usedejo).

Vsak otrok, ki je na vrsti za lovljenje, ima 5 sekund časa, igro vodimo z glasnim odštevanjem za vsakega otroka, ki lovi.

### **Dodatne možnosti:**

Otroci se lahko premikajo v parih.

Za lovljenje imajo lahko več ali manj časa.

Otrokom lahko damo nalogo, da morajo lovljenje izvesti s ploskom rok ("petka" ...).

Otroci v razredu lahko delujejo povezano kot ekipa, da dosežejo določen časovni cilj.

## PANTOMIMA IN LOVLJENJE

3.–5. razred	V	Bp		Not	Ad,GI	S2
--------------	---	----	--	-----	-------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati negovorno sporazumevanje, motorične sposobnosti, pantomimo in navajati na delo v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** tri črte, ki so med seboj enako oddaljene

**Pred začetkom:**

Prepričajmo se, da otroci vedo, kako se igra pantomimo.

Naredimo nekaj poizkusnih krogov, da otroci dobijo občutek igranja v tišini in ugibanja pantomime.

Otroke razdelimo v dve skupini.

Vsaka skupina se domisli ideje ali scenarija, kaj bodo poskušali prikazati - da se bodo otroci lažje odločili, jim določite kategorije:

- za otroke nižje stopnje: živali, poklici in šport
- za otroke višje stopnje: filmi, pesmi, ljudje ... (da naredimo igro bolj zanimivo).

En otrok iz vsake skupine nam nato pove, kaj bodo pokazali.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

**Potek igre:**

Ko nam skupini povesta za katero „pantomimo“ sta se odločili, se vsaka postavi za eno od stranskih črt tako, da sta usmerjeni ena proti drugi.

Določimo, katera skupina bo s prikazom začela prva.

Ta začne „s pantomimo“, druga skupina pa ugiba, kaj prikazujejo.

Ko pravilno odgovorijo, rečemo: "Pravilno!" ali "Ja!" ali pravilnost potrdimo na drug način.

Ekipe, ki je ugibala in pravilno uganila prikazano, začne ob potrditvi loviti člane nasprotnne skupine.

Skušajo jih uloviti do "varne črte" (sredinska črta). Kdor je ulovljen, se pridruži nasprotni skupini.

Nato s pantomimo začne druga skupina in igra se ponavlja.

**Dodatne možnosti:**

Pri kategorijah lahko uporabimo tudi kombinacije, npr.: živali izvajajo določen šport ...



## SKAČEMO PO BARVAH

1.–3. razred	V		Nmi			Ad, GI	S1
--------------	---	--	-----	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** 1.–3. razred

**Trajanje:** 5–15 minut

**Cilj igre:** prepoznavati barve in številke, navajati na sledenje navodilom, razvijati motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** katerikoli pripomočki različnih barv (stožci, obroči, mehke žogice, papir ...)

**Predpriprava:** - igralna površina velikosti igrišča za košarko  
- enakomerno razporejeni stožci izven meja igralne površine.

### Pred začetkom:

Vadimo poskoke z razpiranjem rok in nog ter sprotno črkovanje; črkujemo barve, ki jih bomo uporabili v igri.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Z otroki še enkrat preverimo poznavanje meja igralne površine in pravil ter povprašajmo po morebitnih nejasnostih.

Izberimo 1-3 otroke, ki bodo igro začeli kot lovilci.

### Potek igre:

Vsi otroci se gibajo znotraj meja igralne površine in se poskušajo izogibati lovilec.

Ko je otrok ulovljen, mora steči k predmetu tiste barve, kot mu jo je določil lovilec.

Vsakočas, ko lovilec koga ujame, mora na glas povedati eno izmed barv, kamor mora steči ujeti otrok.

Ko ujeti otrok priteče do določene barve, mora tam opraviti poskoke z razpiranjem rok in nog ter ob tem črkovati barvo. Kolikor je črk, toliko naj bo poskokov. Po opravljeni nalogi se lahko vrne nazaj v igro.

### Dodatne možnosti:

Namesto barv, lahko postavimo postaje s številkami. Postavimo poljubno število postaj, kjer morajo otroci opraviti toliko poskokov, kot jih določa postaja.

FIT VAJA - starejšim otrokom lahko določimo postaje z vajami za moč in gibljivost.





## OSVOJIMO STOŽCE

4.–6. razred	V					GI	S2
--------------	---	--	--	--	--	----	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 4.–6. razred

**Trajanje:** 10–20 minut

**Cilj igre:** vzpodbujati sodelovanje v skupini in razvijati motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** 12 stožcev (6 ene in 6 druge barve), dodatni stožci za označitev območja za ujete igralce

**Predpriprava:**

- uporabimo pravokotno polje s sredinsko črto
- na vsaki polovici igralnega polja označimo območje za ujete igralce
- v obe polovici igralnega polja postavimo po 3 stožce vsake barve

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v dve ekipi. Vsaki ekipi določimo svojo polovico igralnega polja.

Prepričajmo se, da otroci razumejo pravila in poznajo meje igralnega polja.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

### Potek igre:

Vsaka ekipa skuša nasprotni odvzeti stožce in jih prinesiti na svojo stran, obenem pa zaščititi svoje.

Posameznik lahko naenkrat nosi le po en stožec vsake barve (če so stožci zeleni in modri, lahko hkrati nosi le en zelen in en moder stožec).

Ko igralca ulovijo v nasprotnikovem polju, mora stožec vrniti na mesto, kjer ga je vzel in oditi v območje za ujete igralce na nasprotnikovi strani.

Ujetega igralca lahko soigralci rešijo tako, da se ga dotaknejo. Rešeni igralec lahko takrat počasi in svobodno odide na svojo stran.

Igra se konča, ko ena od ekip zbere vse stožce (svoje in nasprotnikove) na svoji strani.

### Dodatna možnost:

Ujetim igralcem ni potrebno vračati stožcev na mesta, kjer so jih pobrali, ampak jih odložijo tam, kjer so bili ujeti.



## NE SMEJO ME UJETI S PIŠKOTKOM

3.–5. razred	V		Nmi			Ad, GI	S1
--------------	---	--	-----	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje:** 5–15 minut

**Cilj igre:** razvijati pozornost, motorične sposobnosti in vzpodbujati sodelovanje v skupini

**Potrebni pripomočki:** dovolj žog za polovico otrok

**Predpriprava:** varno igralno polje z določenimi mejami

### Pred začetkom:

Določimo dva otroke, ki bosta lovilca.

Med ostale otroke razdelimo žoge, ki predstavljajo piškotke.



### Potek igre:

Lovilca poskušata ujeti otroke, ki imajo v rokah piškotke (žoge).

Otrok, ki drži žogo in je ujet, mora žogo odnesti nazaj v kozarec s piškoti (vreča za žoge, ki jo postavimo izven igralne površine).

Ujeti otrok mora oditi ob rob igralne površine in do konca igre spodbujati ostale.

Otroci si žogo lahko podajajo in se s tem izognejo temu, da jih lovilec ujame.

### Dodatne možnosti:

Omejimo gibanje otrok z žogo (otrok lahko naredi npr. le določeno število korakov ali pa mora mirovati).

Omejimo načine, na katere si lahko otroci podajajo žogo (npr.: soročno nad glavo, soročno s spodnjim metom, enoročno, s kotaljenjem, v določenem zaporedju fant/dekle/fant/dekle ...).



## ZMAJEV REP

Vrtec–3. razred	V	Bp				Ad, GI	S1
-----------------	---	----	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 4–40

**Primerna starost:** vrtec–3. razred

**Trajanje:** 15 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti,  
vzpodbujati sodelovanje v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne



### Pred začetkom:

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Z otroki ponovimo, kam morajo oditi, ko so ulovljeni.

Ponovimo, kako se nežno in varno držijo za ramena, kar predstavlja zmajev rep.

### Potek igre:

Le eden od otrok - zmaj - lahko lovi preostale otroke.

Ko je kateri od preostalih otrok ujet, postane del zmajevega repa. To stori tako, da nežno prime otroka pred seboj za ramo in nato sledi zmaju po igralnem polju.

Zmaj nadaljuje z lovljenjem, dokler ne postanejo vsi otroci del njegovega repa.

Pomembno je, da igro začnemo v počasnem tempu s hojo, nato pa skušamo hitrost igre dvigovati.

Da zagotovimo varno izvajanje igre, hitrost prilagajamo starosti otrok, sposobnosti skupine in velikosti igralnega polja.

### Dodatne možnosti:

Otroku na koncu repa dovolimo, da pomaga zmaju pri lovljenju.

Pri motorično sposobnejših skupinah lahko igro začnemo tako, da so na začetku vsi otroci zmaji.

Ko je kateri od zmajev ujet, postane del repa zmaja, ki ga je ujel. Igra se nadaljuje dokler ne postanejo vsi en zmaj z dolgim repom.

## OREL IN MIŠKA

Vrtec–5. razred

V

Bp

S2

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati sposobnost opazovanja in gibljivost

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** dve črti, ki sta med seboj oddaljeni od 3 do 5 metrov



### Pred začetkom:

Otroke postavimo v dve vzporedni vrsti tako, da bodo obrnjeni ena proti drugi in med seboj oddaljeni vsaj za dve dolžini iztegnjenih rok. Skupina mišk stoji na eni črti s hrbti obrnjena stran od druge črte, ki označuje varno mesto.

Otrokom demonstrirajmo potek igre.

Pritegnimo pozornost otrok z zgodbico: "Miška je tavalala po polju, ko je v zraku zavonjala orlovo bližino. Orla ni videla nikjer, a je vedela, da je nekje v bližini (vedela je, da se rad skriva v krošnjah dreves). Zato se je odločila, da bo ostala čisto negibna, da je orel ne bo mogel opaziti. Orel je vedel, da se zna miška zelo dobro skriti pred njim, zato je tudi on čisto tiho in mirno čakal v drevesni krošnji."

Prepričajmo se, da otroci vedo, kdaj se lahko premikajo in da vedo, kje je varno mesto.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

### Potek igre:

Določimo eno skupino otrok, ki bodo v igri orli in bodo stali nepremično vse dokler se ne odločijo za lov na miške. Takrat, ko se samo malo premaknejo, lahko začnejo miške bežati proti varnemu mestu za drugo črto.

Miška ne sme zbežati vse dokler ne opazi, da se je orel premaknil.

Cilj mišk je, da pridejo do varnega mesta čez drugo črto.

Z otroki se pogovorimo o mestih, ki so varna in jih poskušajte spodbuditi k temu, da si varna mesta, medtem ko se igrajo, predstavljajo tudi v mislih.

Ko postanejo otroci v bežanju spretnejši, zmanjšajte začetno razdaljo med orli in miškami.

### Vprašanja za razgovor z otroki:

Ali misliš, da imaš v resničnem življenju dovolj varnih mest?

Kako težko si prišel do varnega mesta?

Kako ti lahko ta igra pomaga, da boš varnejši?

## KOMOLČARJI

3.–5. razred	V	Bp		Not	Ad, GI	S1
--------------	---	----	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje, razvijati taktično razmišljanje, motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** določimo in označimo igralno polje, ki bo dovolj veliko za tekanje



### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v pare.

Partnerja se združita tako, da skleneta roki v komolcu, z dlanmi pa se držita za svoje boke.

Izberite dva prostovoljca (en par), od katerih bo eden lovilec, drugi pa tekač.

Prikažimo: - varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,

- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padeč ulovljene osebe.

Otroci naj pred igro vadijo, kako se varno "odklenejo" - razdružijo roki.

Dogovorijo naj se še, kdo v paru bo lovilec in kdo tekač.

### Potek igre:

Lovilec, mora ujeti tekača.

Tekač med begom poišče par, s katerim se poveže s prekrizanjem komolcev.

Ob tem postane otrok, ki je na drugi strani „nove povezave“ tekač. Od novega para se "odklene" in beži pred lovilcem.

Novi tekač prav tako poskuša najti nov par - tako spet dobimo novega tekača itd.

Če pa lovilec ujame tekača preden se ta priključi novemu paru, zamenjata vlogi in igra se nadaljuje.

Tekač se mora povezati z novim parom v petih sekundah.

### Dodatne možnosti:

Če se lovilec utruji, lahko pravilo spremenimo: oseba, ki se mora ob priključitvi novega „komolčarja“ odklopiti postane lovilec in lovi „starega lovilca“, ki je zdaj tekač.

Tako imamo ob vsaki sklenitvi komolcev novega lovilca. Igra bo morda sprva nekoliko zmedena, a zagotovo še bolj zabavna.

Vodja lahko zakriči "menjava" in vlogi lovilca in tekača se v trenutku obrneta.

Dovolimo lahko, da se v pare povezujejo tako lovilci kot tekači, tako da imajo oboji možnost menjave. Na ta način se v igro bolj aktivno in intenzivno vključi še več otrok.

Dovolimo vsem otrokom, da so v paru ali pa ne - po lastni presoji. Ko je kdo od otrok brez para (nepovezan) je lahko ujet. Dva nepovezana se lahko povežeta in tako zavarujeta pred lovilcem.

### Prilagoditve za igro v zaprtem prostoru:

Namesto teka je dovoljena le hoja prsti-peta (hitra hoja).

Prepričajmo se, da vsi razumejo pomembnost varnosti pri lovljenju med predmeti v učilnici.

## VSI LOVIMO, VSI BEŽIMO

Vrtec–5. razred	V	Bp				Ad, GI	S1
-----------------	---	----	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok, motorične sposobnosti in uriti štetje

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** določimo meje igralnega polja  
- naj bo razmeroma majhno, varno območje, ki bo spodbujalo neprestano gibanje

### Predpriprava:

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Z otroki obnovimo poznavanje meja igralne površine in posledic, ob prestopu meje:

- ponoven začetek štetja ujetih otrok,
- izvedba 10-ih poskokov pred povratkom v igro.

### Potek igre:

Cilj igre je, da otroci tečejo in poskušajo med tekom uloviti (se dotakniti) čim več otrok.

Dotike štejejo. Igra traja 3 minute.

Vsi otroci lovijo, nihče ni ujet (izločen iz igre) tudi, če ga kdo ulovi (se ga dotakne).

### Dodatne možnosti:

Spremenimo lahko čas trajanja igre in velikost igralnega polja.

Vedno, ko je otrok ulovljen, od svojega seštevka odbije eno točko.





## IZMIKAJMO SE

3.–5. razred		Bp			S1
--------------	--	----	--	--	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati ustvarjalnost, motorične sposobnosti in krepiti vzdržljivost

**Potrebni pripomočki:** dva stožca (več, če ni črt, ki bi omejevale igralno polje)

**Predpriprava:** s stožci določimo igralno polje v obliki pravokotnika v katerem bodo otroci lahko tekli



### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v dve skupini. Skupini naj se postavita v dve koloni, ena proti drugi za nasprotnima zunanjsima črtama igralnega polja.

Nekaj metrov za osnovno črto v igralnem polju postavimo stožca, ki določata ciljno črto za skupino, ki se izmika oz. beži.

Ena skupina otrok bodo "lovilci", druga pa "ubežniki".

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padeč ulovljene osebe.

Prikažimo, kako lahko ubežnik s telesnimi gibi prelisiči lovilca, da ga ta ne ujame.

Pred pričetkom igre z nekaj otroki izvedimo poskusno igro.

Prepričajmo se, da vsi vedo, katera skupina so lovilci in katera skupina ubežniki, da poznajo naloge posamezne skupine, vedo kje so meje igralnega polja ter da se zavedajo, kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre.

### Potek igre:

Cilj igre je, da ubežnik uspešno steče mimo lovilca preko ciljne črte, ki jo označujeta dva stožca.

Ubežnik lahko teče v poljubne smeri, vendar mora ostati v mejah igralne površine.

Lovilec skuša ujeti ubežnika z obema rokama.

Prva dva otroka iz obeh kolon stopita v igralno polje in pričneta igro.

Igre v paru je konec, ko ubežnik prečka ciljno črto ali, ko ga lovilec ujame. V obeh primerih igralca zamenjata kolono. Pazimo, da skupina ostane v ravni koloni, nekaj korakov stran od osnovne črte (je ne prečkajo) - tako se izognemo morebitnim trkom otrok.

### Dodatne možnosti:

V primeru, da se otroci lovijo varno, lahko igralno polje razširimo in vsaka skupina prične igro za dvema ali tremi pari igralcev naenkrat.

Vsak lovilec lahko ujame samo enega ali pa več ubežnikov.

## NAHRANIMO PSA

Vrtec–6. razred					Not	Av, Ad, Cp,GI Čm	S1
-----------------	--	--	--	--	-----	------------------	----

**Velikost skupine:** 8–30

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

**Trajanje:** 10 minut



**Cilj igre:** krepi vzdržljivost, razvijati koordinacijo oči in rok, spodbujati sodelovanje v skupini, navajati na pozorno sledenje

**Potrebni pripomočki:** - 4–10 gimnastičnih obročev, 20–60 mehkih penastih žogic ali drugih manjših predmetov, ki jih otroci lahko prenašajo, stožci za označevanje

- igro izvajamo na veliki, s črtami označeni površini, kot je npr. igrišče za košarko

**Predpriprava:** Ob robu igralnega polja postavimo za vsako skupino otrok dva gimnastična obroča tako, da bosta eden poleg drugega. Na drugo stran igralnega polja, postavimo en stožec, ki bo označeval štartno črto ekipe. Po možnosti naj bodo oba obroča in stožec posamezne skupine enakih barv. Vsaka skupina ima torej en stožec in dva gimnastična obroča. Če imamo tri skupine, potrebujemo tri stožce in šest obročev. Za vsako skupino postavimo v enega od obeh obročev še 10–15 mehkih penastih žogic ali drugih primernih predmetov. Postavitev za vsako skupino mora biti takšna:



### Potek igre:

Otroke razdelimo v skupine (lahko jih poimenujemo po barvi njihovega stožca in gimnastičnih obročev npr. „rdeča skupina“).

Po znaku za začetek, steče prvi otrok v vrsti iz vsake skupine proti obroču, ki predstavlja pasjo posodico, iz njega vzame eno žogico in jo prestavi v drug obroč (drugo posodico). Da lahko otrok steče nazaj k svoji skupini, mora pasja hrana ostati v drugi posodici. Menjava tekmovalca poteka s tleskom dlani ob dlan ("petka") z naslednjim tekmovalcem v skupini. Skupina tekmovanje zaključi, ko so vsi kosi hrane (žogice) premeščeni iz prve v drugo posodico.

### Dodatne možnosti:

Otroci lahko nadaljujejo z igro dokler niso vsi koščki hrane spet v prvi posodici (obroču).

Lahko zamenjamo hranjeno žival, npr. z mačko, otroci so lahko oskrbniki v živalskem vrtu - pri izbiri vlog smo lahko domiselni.

## LISICA LOVI VEVERICE

4.–6. razred	V						S1
--------------	---	--	--	--	--	--	----

**Velikost skupine:** 20–50

**Primerna starost:** 4.–6. razred

**Trajanje:** 15 minut

**Cilj igre:** razvijati motorične sposobnosti, orientacijo v prostoru, gibljivost, spodbujati k taktičnemu razmišljanju in krepiti vzdržljivost

**Potrebni pripomočki:** stožci, lepilni trak ali kreda za označitev meja

**Predpriprava:** določimo otroke, ki bodo igrali vlogo dreves, nekaj več kot pol toliko otrok, ki bodo veverice in nekaj otrok, ki bodo lisice.

Primer za skupino 22 otrok:

Določimo 12 otrok, ki bodo drevesa. Teh 12 otrok se postavi v pare - skupaj bodo tvorili 6 dreves. 8 otrok določimo za veverice. Želimo tako razmerje med drevesi in vevericami, da ne bo dovolj dreves za vse veverice.

Dva otroka bosta lisici, ki lovita veverice.

Za skupino 40-ih otrok: 22 otrok za 11 dreves, 14 veveric in 4 lisice.



### Pred začetkom:

Določimo meje igralnega polja.

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

### Potek igre:

Najprej po igralnem polju razporedimo drevesa. Dva otroka v paru postaneta drevo tako, da se postavita eden proti drugemu in se z iztegnjenimi rokama nad glavo primeta za dlani.

Nato pošljemo veverice, da si najdejo vsaka svoje drevo.

Veverica mora stati pod sklenjenima rokama otrok, ki predstavljata drevo.

Veverice, ki nimajo svojega drevesa, lahko do tega pridejo tako, da stečejo do ene od veveric, ki imajo drevo in jih potrepljajo po rami.

Ta veverica mora drevo zapustiti na drugi strani in si poiskati novega.

Veverice naj se najprej navadijo na menjavanje dreves.

Potem spustimo v gozd še lisice, ki lovijo veverice brez dreves.

Ujete veverice lahko čakajo na konec igre ali pa opravijo kazensko nalogo (poskoki, počepi itd ...).

Ko je nekaj veveric ujetih, lahko začnemo s „podiranjem dreves“ in tako igro otežimo.

## LEDENE KOCKE

Vrtec–5. razred	V	Bp		Not	Ad, GI	S1
-----------------	---	----	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Dolžina igranja:** 15–20 minut

**Cilj igre:** navajati na sodelovanje v skupini in sledenje navodilom, razvijati motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** odprt prostor z mejami

### Pred začetkom:

Prikažimo:

- varen način lovljenja: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe,
- kako damo "petico" (tlesk z dlanmi).

Izberimo dva otroka, ki bosta lovila.



### Potek igre:

Otroci se razporedijo po igralnem polju, vodja pa določi način gibanja (tek, poskoki, hoja ...).

Ujeti otrok mora na mestu "zamrzniti".

Odmrzne ga lahko eden od neujetih otrok tako, da mu da "petko".

Otrok, ki rešuje ujetega otroka, ne sme biti ujet, pa tudi lovilec ga ne sme čakati, da to stori.

Vodja poljubno spreminja lovilce in način gibanja.

### Dodatne možnosti:

Ujeti otrok mora stopiti z nogami široko narazen. Ostali ga lahko rešijo tako, da se splazijo med njegovimi nogami.

Ujetega otroka lahko drug reši tako, da se z njim rokuje, nato pa si povesta naslov svoje najljubše risanke, najljubše hrane, kaj bi rada postala, ko bosta velika ipd.



## 4. POGLAVJE

### Igre sodelovanja



Igre sodelovanja  
združujejo zabavo

in učenje aktivnega reševanja problemov,  
sporazumevanja, sprejemanja odločitev in dinamike skupine.

Otrokom nudijo možnost, da presežejo svoj običajen način gledanja na zmage in poraze. Bolj kot merjenju uspeha, dajejo pomembnost odločitvam skupine glede načinov reševanja izzivov. To zahteva, da otroci lastne želje potisnejo v ozadje in odkrijejo zadovoljstvo v skupinskem delu.

Igre sodelovanja so za nižje razvojne stopnje zelo primerne predvsem pri razvijanju športnih sposobnosti, višjim stopnjam pa nudijo nove poti in možnosti sodelovanja.

Prav tako so koristne pri zmanjševanju razlik v motoričnih sposobnostih otrok.

Tako kot pri drugih igrah, mora vodja najprej jasno razložiti pravila in omejitve igre.

Poudari naj tudi njene cilje in tematiko. Med igro naj bo pozoren na primerne trenutke, ko jo lahko ustavi in otrokom postavi vmesna vprašanja - ta jih bodo povedla nazaj k prvotni temi in ideji igre. Vodja naj otroke spodbuja k odzivu in iz odgovorov povzame bistvo igre.

Ob zaključku igre je čas za zaključna vprašanja, ki bodo razkrila pridobljene izkušnje otrok ob skupinskem igranju.

Običajen potek iger sodelovanja je sledeč:  
razlaga igre, začetek igre, ustavitev igre in postavitve vprašanj, ponovni zagon igre,  
- sledi še zaključek igre s kratko analizo.





## RAZVOZLJAJMO KLOBČIČ

2.–6. razred	V	Bp		Not	S1
--------------	---	----	--	-----	----

**Velikost skupine:** 15–30

**Primerna starost:** 2.–6. razred

**Trajanje igre:** 15 minut

**Cilj igre:** spodbujati govorno sporazumevanje in sodelovanje, razvijati taktično razmišljanje in veščine reševanja problemov, navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### **Pred začetkom:**

Razdelimo otroke v manjše skupine, največ do 12 otrok. Postavijo naj se v manjše kroge.

### **Potek igre:**

Vsak otrok se z eno roko prime s komerkoli v skupini razen s tistim, ki stoji povsem ob njem.

Z drugo roko se prime s komerkoli v skupini razen s tistim, ki stoji povsem ob njem in pa tistim, katerega že drži za roko.

Izziv igre je, da se skušajo otroci izviti iz nastalega „klopčiča“ tako, da ne spuščajo rok, ki jih držijo.

Pred pričetkom reševanja izziva jih opozorimo, da je za uspešno reševanje problema potrebno veliko govornega sporazumevanja in sodelovanja.

### **Vprašanja med igro:**

Ali je pri tej igri kaj, kar je še posebej zahtevno in težko?

Ali je kdo odkril kakršno skrivnost, ki bi lahko skupini pomagala, da se izvije iz klopčiča.

### **Vprašanja ob koncu igre:**

Ali je bila naloga težka?

Kako ste se počutili, ko ste ugotovili, da se je težko izviti iz klopčiča?

Ali je koga mikalo, da bi malo goljufal in bi zato izpustil roko?

Ali bi poizkusili še enkrat in tokrat merili, koliko časa bomo potrebovali, da se izvijemo iz klopčiča?

### **Dodatne možnosti:**

Naredimo večje skupine.

Dodajmo omejitve pri načinu komuniciranja.

## MRAVLJE NA HLODU

Vrtec–5. razred	V				Not	GI, SI	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati taktično razmišljanje, ravnotežje, gibljivost  
in spodbujati sodelovanje

**Potrebni pripomočki:** črta (hlod) za igro

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroke postavimo po črti v vrsto.

Označimo ali preštejemo jih od 1 do 10 oz. do števila otrok, ki bodo sodelovali v igri.

### Potek igre:

Cilj igre je, da se otroci v skupini postavijo na črto v obratnem številčnem zaporedju, ne da bi pri tem kdorkoli padel ali stopil s črte.

Če je otrok št. 1 začel igro na skrajni levi strani črte, mora ob zaključku stati na skrajni desni strani črte.

Zaporedje otrok mora ostati enako, kot je bilo ob začetku igre, le v obratnem vrstnem redu.

### Vprašanja med igro:

Do kakšnih zamisli ste prišli med izvajanjem naloge?

Ali je igra lahka ali težka?

### Vprašanja ob koncu igre:

Kaj nas igra poskuša naučiti?

Ali se kdo spomni česa, kar bi to igro lahko naredilo še boljše ali zanimivejšo?

### Dodatne možnosti:

Otoke razdelimo v dve skupini. Skupini morata stati obrnjeni ena proti drugi.

Cilj igre je, da skupini zamenjata mesti, vrstni red otrok pa mora ostati nespremenjen.

Spreminjajmo dolžino črte, pri čemer daljša črta omogoča lažjo izvedbo igre ali pa spreminjajmo razdaljo med dvema skupinama, pri čemer večanje razdalje na tleh povečuje težavnost igre.

## HRBET NA HRBET

3.–6. razred	V	Bp		Not	Ad, GI, SI	S1
--------------	---	----	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 10–40

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati govorno sporazumevanje in sodelovanje ter razvijati taktično razmišljanje, ravnotežje, motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna

### **Pred začetkom:**

Otroke razdelimo v pare.

Otroci stojijo v parih obrnjeni s hrbti eden proti drugemu.

### **Potek igre:**

Otroka v paru naj se s hrbtoma naslonita eden na drugega in se skušata skupaj usesti na tla.

To storita počasi.

Ko se vsi pari uspešno usedejo, naj poskušajo na enak način ponovno vstati s tal - torej, da se s hrbti opirajo eden na drugega, noge pa počasi pomikajo proti svojim zadnjicam.

Pri tem se z rokami ne smejo opirati v tla.

### **Dodatne možnosti:**

Povečajmo število otrok, ki se morajo skupaj usesti in vstati.



## PTICE ROPARICE

Vrtec–5. razred	V					GI, SI	S2
-----------------	---	--	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–40

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje v skupini  
uriti negovorno sporazumevanje, opazovanje, hitro odzivanje

**Potrebni pripomočki:** zastavica in kovanec

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v enako številčni ekipi.

Otroci naj se postavijo v dve nasproti si stoječi vrsti, ki gledata ena proti drugi. Otroci v vrsti se držijo za roke.

Vodja stoji spredaj med obema vrstama.

Zastavico položimo na tla na sredini med obema vrstama na njenem koncu.

Otroke opozorimo, da morajo imeti, z izjemo prvih igralcev v vrsti, stalno zaprte oči in biti tihi.

### Potek igre:

Vzimo kovanec. Samo prvi otrok iz vsake vrste lahko gleda ali je na kovancu cifra ali mož.

Ostali morajo mižati.

Če kovanec pokaže "moža" se ne zgodi nič. Vodja igre ponovno vrže kovanec.

Če pa kovanec pokaže "cifro", prvi otrok v vsaki vrsti stisne roko s katero drži naslednjega v vrsti in tako pošlje signal, ki mora potovati do konca njegove vrste.

Ko stisk doseže zadnjega otroka v vrsti, poskuša ta pobrati zastavico s tal prej kot zadnji otrok iz nasprotne vrste.

Ekipa, ki prva pobere zastavico zmagaja, igralec z začetka vrste se premakne na konec vrste - tako otroci skozi igro krožijo.

Igra se zaključuje, ko je prvi igralec iz vrste ponovno na svojem prvotnem mestu.

### Vprašanja ob koncu igre:

Kaj nas igra skuša naučiti?

Ali je kdo ugotovil, kako bi lahko igra potekala bolj tekoče?

Katero mesto v vrsti vam je bilo najbolj všeč?

### Dodatne možnosti:

Igro igravimo sede.

Namesto stiska roke, za signal izberimo drugo dejanje.

Če prvi otrok pošlje signal naprej takrat, ko kovanec ne pokaže "cifre", se mora igralec s konca vrste postaviti na začetek, kar igro podaljša in jo naredi zahtevnejšo.

## MIŽIMO IN GRADIMO

5.–6. razred	V			Not	Gl, Cp	S3
--------------	---	--	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 10–40

**Primerna starost:** 5.–6. razred

**Trajanje igre:** 15 minut

**Cilj igre:** spodbujati sporazumevanje, vodenje in iskanje lastnih poti pri reševanju problemov, navajati na sledenje navodilom in razvijati orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** kolenčnice in preveze za oči  
- po ena za vsakega otroka



### Pred začetkom:

Pomagajmo vsaki ekipi izbrati predstavnika, ki bo med igro edini lahko postavil tri vprašanja. Ekipa prične igro v ravni liniji, s prevezami preko oči, vrvi pa so položene pred njihovimi nogami. Prepričajmo se, da vsi otroci poznajo pravila igre. Glede na število otrok izberimo lik, ki bo primeren za oblikovanje določenega lika (npr.: kvadrat - 4 ali 8 otrok/kolenčnic, trikotnik 3 ali 6 ...).

### Potek igre:

Na znak otroci poskušajo pobrati vsak svojo vrv, ki jo imajo pred nogami. Vrvi ne smejo spustiti iz rok za več kot 2 sekundi. Otrokom naročimo, da naj iz vseh vrvi oblikujejo določen lik (kvadrat, trikotnik, krog ipd.) Po svojih predstavnikih lahko ekipa med igro postavi tri vprašanja. Vodja bo glasno ponovil vprašanje, tako da ga slišijo vsi, nato pa na vprašanje tudi odgovoril. Ko ekipa meni, da je nalogo opravila, vsi spustijo vrv na mestu in stopijo korak nazaj. Vprašajmo ekipo, če meni, da je uspešno opravila nalogo. Ko od vsakega posameznika dobimo odgovor, jim naročimo naj z oči snamejo preveze.

### Vprašanja med igro:

Kakšni so izzivi igre do sedaj?  
Ali ste odkrili kaj, kar bi lahko pomagalo ostalim?  
Kaj bi lahko naredili, da bi igra tekla še bolj tekoče?

### Vprašanja na koncu igre:

Katerih veščin nas skuša naučiti igra?  
Ali ste med igranjem te igre odkrili kaj novega o sebi?  
Kaj bi lahko spremenili, da bi bila igra še boljša?

### Dodatne možnosti:

Pri sposobnejših ekipah lahko vrvi postavimo bolj stran od nog (do 3 metre) in mora vsak igralec svojo vrv najprej najti. Igralcem postavimo časovni okvir.

## NABIRAMO Z ZAPRTIMI OČMI

1.–5. razred	V				Not	Ad	S1
--------------	---	--	--	--	-----	----	----

**Velikost skupine:** 10–30  
**Primerna starost:** 1.–5. razred  
**Trajanje igre:** 10–15 minut



**Cilj igre:** spodbujati govorno sporazumevanje, vodenje, uriti prepoznavanje glasov, aktivno poslušanje in jasno dajanje navodil navajati na sodelovanje v skupini in sledenje navodilom, razvijati orientacijo v prostoru in ravnotežje

**Potrebni pripomočki:** štiri gimnastični obroči, veliko predmetov za pobiranje (majhni kartonasti stožci, zastavice, mehke žogice ...)

**Predpriprava:** - štiri obroče postavimo v kote igralne površine  
- predmete za pobiranje razporedimo po vsej igralni površini

### Pred začetkom

Otroke razdelimo v pare. Z igro Kamen, škarje, papir določimo, kateri otrok v paru bo imel prvi zaprte oči. Ta naj oči zapre in si jih z eno roko še pokrije.

Vsak par naj se seznani z glasom tistega, ki bo mižečemu dajal navodila. Povejmo jim, da lahko neprepoznavanje ali napačna prepoznavna glasu zmanjšujeta varnost igre.

Poudarimo, da je igra mnogo zanimivejša in zabavnejša, če pri mižanju ne goljufajo.

### Potek igre:

Igro pričnemo, ko otrokom razložimo pravila. En otrok iz para je "slep", drugi pa je „vodič“.

Vodič mora z zvočnimi znaki oz. navodili (preprostimi ali kreativnimi) usmerjati svojega partnerja do predmeta, ki ga ta lahko pobere. Vodič lahko partnerja spremlja po prostoru, ne sme pa se ga dotakniti - uporablja lahko le svoj glas.

Ko ga pripelje do predmeta, mu da navodila, da predmet uspešno pobere s tal, nato pa ga z glasovnimi navodili vodi do obroča za odlaganje predmetov. Ves čas igre slepi ne sme odpreti oči.

Ko slepi odloži svoj predmet v obroč, se vlogi v paru zamenjata. Vlogi menjata po vsakem uspešno pobranem in odloženem predmetu.

Igra je končana, ko so z igralne površine pobrani vsi predmeti.

### Dodatne možnosti:

Uporabimo lahko obroče različnih barv in posameznim parom točno določimo barve obročev, v katere smejo odlagati predmete.

Sposobnejšim skupinam lahko na igralno površino postavimo ovire (npr. stole in mize) in tako vodiče prisilimo, da so pri dajanju navodil še natančnejši in glasovno še bolj izraziti. Če igramo v notranjih prostorih so predmeti v učilnici (mize, stoli, omare) naravne ovire že sami po sebi.



## TUNEL

2.–5. razred

V

Av, Ad, GI, SI, Čm

S1

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok, taktično razmišljanje in spretnosti z žogo

**Potrebni pripomočki:** ena ali dve mehki žogi

**Predpriprava:**

- otroci stojijo v krogu, z zunanjimi deli stopal se dotikajo
- razkorak posameznega otroka, ki tvori most, naj bo nekoliko širši od širine bokov
- postavijo se v položaj pripravljenosti: z rokami na rahlo pokrčenih kolenih

### **Pred začetkom:**

Otroke opozorimo, da med igro z rokami ne smejo segati pred druge, da bi tako prišli do žoge.

### **Potek igre:**

Cilj igre je, da otroci poskusijo udariti žogo tako, da se skotali med nogami katerega od drugih otrok (gre skozi tunel). Vsak pri sebi pa z blokiranjem žoge poskuša preprečiti to namero. Vsakokrat, ko gre žoga „skozi tunel“ dobi „imetnik tunela“ eno od črk iz besede "tunel" (po vrsti: t - u - n - e - l).

Ko prvi igralc sestavi celo besedo (gre 5 žog med njegovimi nogami), se igra začne znova.

Otroci žoge ne smejo metati - lahko jo udarijo le z odprto dlanjo, da se kotali po tleh.

Če žoga odleti proti otroku v višini glave, jo lahko ulovi. Nato žogo postavi na tla in

jo z udarcem odprte dlani po tleh ponovno vrne v igro.

Če se žoga skotali izven kroga, gre ponjo najbližji otrok.

Igralec, pri katerem je žoga „skozi tunel“ zapustila krog, jo gre iskat in jo z udarcem odprte dlani zopet vrne v igro.

### **Dodatne možnosti:**

Namesto črkovanja besede "tunel" se lahko igralec, ki je dobil žogo med nogami, obrne navzven in igra vzvratno, 1x, 2x ali kolikorkrat sami določimo.

Ko otroci osvojijo igro, dodajmo še eno ali dve žogi.

Na sredino kroga lahko postavimo igralca, kar pospeši hitrost igre.



## SEDEČA ODBOJKA

Vrtec–6. razred	V				Not	Av, GI	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje, razvijati koordinacijo oči in rok ter motorične sposobnosti, uriti opazovanje

**Potrebni pripomočki:** ena ali dve napihljivi žogi

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroci naj se posedejo po prostoru.

Razložimo jim, kako pomembna je varnost in nadzorovan potek igre ter kako se izogniti medsebojnemu stiku.

### Potek igre:

Cilj igre je, da otroci z odbijanjem poskušajo obdržati žogo v zraku čim dlje.

Pred udarcem naj otroci kličejo: "Moja!", "Imam jo!", "Jaz!".

Otrok ne sme udariti žoge dva- ali večkrat zapored.

Otroci morajo ves čas igre sedeti na tleh.

Za odboj žoge lahko uporabijo katerikoli del telesa.

Za izziv jim postavimo osvojitve šolskega rekorda.

### Dodatne možnosti:

V igro dajmo še eno žogo.

Boljšim skupinam dajmo zahtevnejši cilj, na primer točno določeno zaporedje „odbijalcev“ ali koliko odbojev bodo naredili v eni minuti, ne da bi jim med tem žoga padla na tla ali da bi zamenjali vnaprej določeno zaporedje odbijalcev.

Ko igralci razumejo koncept postavitve telesa pri odboju, zadolžitve za pokrivanje prostora okrog njih in omejevanja oz. izogibanja igralni površini soigralcev, jim lahko dovolimo, da igrajo stoje.

## RUŠILNA KROGLA

3.–6. razred	V					S2
--------------	---	--	--	--	--	----

**Velikost skupine:** 10–20  
**Primerna starost:** 3.–6. razred  
**Trajanje igre:** 10 minut



**Cilj igre:** razvijati medsebojno sodelovanje (skupinska obramba in napad), motorične sposobnosti, natančnost, koordinacijo oči in rok, orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** barvne majice, telovniki, stožci, gimnastični obroči in mehke penaste žoge

**Predpriprava:**

- jasno označimo dovolj veliko igralno površino, da lahko otroci tečejo
- grad iz gimnastičnih obročev je kot hiša iz kart: stal bo sam od sebe, a se bo zrušil, ko se premakne katerikoli njegov del; sestavimo ga iz 4–6 obročev ali postavimo piramide iz stožcev
- grad iz gimnastičnih krogov otroci postavijo tako, da prvega položijo na tla, iz štirih krogov sestavijo stranice, enega pa postavijo na vrh kot streho, ki jih povezuje

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v dve ekipi.  
S stožci označimo meje igralne površine.

### Potek igre:

Cilj igre je podreti nasprotnikov grad, hkrati pa pred nasprotno ekipo uspešno braniti svojega. Ekipa dobi točko, ko se podre nasprotnikov grad in tudi v primeru, če igralec iz nasprotnne ekipe po nesreči podre lasten grad.

Podrti grad mora ekipa kar najhitreje postaviti nazaj, da se igra lahko nadaljuje.

Igralna površina je razmejena s črto po sredini, ki je igralci ne smejo prečkati, da bi pobrali žogo. Dobro je, če s črto označimo tudi mesto od koder lahko igralci ciljajo grad tako, da je razdalja za ciljanje gradu povsod in za vse enaka.

Meti znotraj te črte niso dovoljeni.

Otroke je potrebno spodbujati k podajanju žoge soigralcem, da bi s tem presenetili nasprotnika ter, da bi vsi otroci ciljali grad in ne vedno isti.

Pri branjenju gradu moramo otroke opozoriti na žoge pod njihovimi nogami, jih opomniti na sodelovanje s soigralci v ekipi s katerimi naj oblikujejo strategijo, kako bodo čim uspešneje ubranili svoj grad.

Ko ena od ekip doseže določeno število točk, se igra začne znova.

### Dodatne možnosti:

Če prostor dopušča lahko hkrati igra več ekip. Igra poteka najbolje, ko so ekipe sestavljene iz treh igralcev, torej 3 na 3, in ne več kot iz štirih igralcev, torej 4 na 4.

V igro lahko vključimo dodatno žogo.

## IGRA S STOLI

4.–6. razred	V				Not		S1
--------------	---	--	--	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 6–20

**Primerna starost:** 4.–6. razred

**Trajanje igre:** 10–20 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje, razvijati negovorno sporazumevanje, taktično razmišljanje motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** število stolov, ki se ujema s številom otrok

**Predpriprava:**

- vsak otrok naj prinese svoj stol in skupaj naj oblikujejo krog brez razmikov med stoli
- stoli naj bodo obrnjeni v notranjost kroga

### Pred začetkom:

Razložimo varnostna pravila - brez prerivanja, pazimo na glave, en otrok na stol.

### Potek igre:

Vsak otrok začne sede na svojem stolu.

Vodja izbere enega od otrok, ki bo stopil v sredino in izpraznil svoj stol.

Cilj otroka na sredini kroga je, da se usede nazaj na prazen stol.

Otroci, ki sedijo, morajo delovati skupaj in poskušajo to preprečiti. Tisti otroci, ki sedijo poleg praznega stola, poskušajo pred stoječim otrokom z menjavo mest, zasesti prosti stol in s tem sprostijo drug stol.

Igra se nadaljuje do trenutka, ko se otrok iz sredine kroga - ob upoštevanju varnostnih pravil - uspešno usede na stol.

Vodja nato določi naslednjega otroka, ki gre v sredino kroga ...

### Dodatne možnosti:

Namesto na stoli, lahko otroci stojijo na mehkih stožcih. Ta oblika igre je primernejša za izvedbo na zunanjih igralnih površinah.



## PANTOMIMINA ŠTAFETA

3.–6. razred	V	Bp		Not	S2
--------------	---	----	--	-----	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** uriti negovorno sporazumevanje, spodbujati sodelovanje v skupini, krepiti dobro počutje v skupini

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** - otroke razdelimo v dve ali več ekip  
- ekipe naj se razporedijo v prostoru tako, da ne prisluškujejo drugim ekipam



### **Pred začetkom:**

Razložimo pravila pantomime: ena oseba bo poskušala brez govorjenja - s pantomimo - prikazati določeno besedo, medtem ko sotekmovalci poskušajo uganiti za katero besedo gre.

Pokažimo primer.

### **Potek igre:**

Kategorije pri pantomimini štafeti so sadje, zelenjava, električne naprave in junaki iz risank.

Vsaka ekipa skuša prva uganiti izbrano besedo.

Igro začnemo tako, da pokličemo po enega otroka iz vsake ekipe. Izbrano besedo jim prišepnemo na uho in jih napotimo nazaj k sotekmovalcem. Igra se lahko začne.

Ko ekipa pravilno ugame izbrano besedo, steče nekdo drug iz te skupine k vodji, ki mu prišepne naslednjo izbrano besedo. Nihče iz skupine ne sme k vodji dvakrat, dokler se pri pantomimi ne zamenjajo vsi otroci iz ekipe.

Preden dobi novi igralec za pantomimo svojo besedo za prikaz, mora vodji povedati uganjeno besedo.

Igra se konča, ko ena od ekip ugame celoten seznam izbranih besed.

## VSTOPI IN SE USEDI

1.–5. razred	V	Bp		Not	Av, Ad, Čm, Gl, Sl, Cp	S2
--------------	---	----	--	-----	------------------------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 1.–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** navajati na sodelovanje v skupini,  
razvijati govorno sporazumevanje in taktično razmišljanje

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna

### Pred začetkom:

Otroci naj se postavijo v krog in se primejo za roke.

Nato roke spustijo in se obrnejo za 90 stopinj v desno tako, da so z levim ramenom obrnjeni v notranjost kroga, pogled pa imajo usmerjen v hrbet osebe pred njimi.

Otroci naj nato naredijo nekaj bočnih korakov proti središču kroga, tako da se vsi skupaj rahlo stiskajo v krog.

Prepričajmo se, da vsi otroci stojijo tesno skupaj in poslušajo odštevanje od tri.

### Potek igre:

Ko so vsi otroci na pravem mestu naročimo, da se morajo na znak vsi otroci usesti na kolena otroka, ki stoji za njimi.

Če je naloga uspešno opravljena, vsi otroci udobno sedijo na kolenih nekoga drugega.

### Dodatne možnosti:

Če je skupina sestavljena iz manjšega števila otrok, poskušajmo (pri starejših otrocih) izvesti skupinsko hojo v krog.

Ko postane naloga prelahka, dajmo v krog več otrok. Nato otroke vprašajmo, če imajo kakšno idejo, kako bi otežili nalogo.





## SKRIVLJEN KROG

2.–5. razred	V	Bp	Nmi		Not		S1
--------------	---	----	-----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 20–30

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Trajanje igre:** 5 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje v skupini,  
krepiti zaupanje, razvijati ravnotežje

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** ni potrebna



### **Pred začetkom:**

Otroci se postavijo v krog. Preštejejo se na pare (prvi, drugi).

Razložimo, da je igra v obliki izziva in se pogovorimo o pomenu "zaupanja".

Določimo znak za začetek naloge.

Preverimo, če se otroci držijo za roke in poznajo svojo številko.

Poudarimo pomembnost čvrstega, a nebolečega stiska rok.

### **Potek igre:**

Otroci se držijo za roke. Ko jim damo znak za začetek naloge, se vsi „prvi“ nagnejo naprej - v notranjost kroga, vsi „drugi“ pa nazaj - ven iz kroga.

Izziv naloge je, da se otroci držijo za roke in poskušajo obdržati ravnotežje medtem, ko se eni nagibajo naprej, drugi pa nazaj.

Ko otrokom uspe vzpostaviti ravnotežje, jim damo znak za konec naloge. Otroci se postavijo nazaj v začetni položaj in zamenjajo številke.

Ko uspešno opravijo tudi drugi del naloge, jih lahko izzovemo, da poskusijo nalogo opraviti z zaprtimi očmi.

Po koncu igre se pogovorimo, kakšno vlogo je imelo v tej igri "zaupanje".

### **Dodatne možnosti:**

Igro lahko izvajamo v ravni vrsti; pri tej obliki končna dva otroka ves čas stojita pokonci in se ne nagibata naprej ali nazaj.

Otrokom lahko na glave položimo vrečke s peskom in jih izzovemo, da jim med izvajanjem naloge ne smejo pasti z glave.

## ZABAVA V DISKU

5.–6. razred	V	Bp		Not		S2
--------------	---	----	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 10–30  
**Primerna starost:** 5.–6. razred  
**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje v skupini,  
spoznati pomen sodelovanja v skupini  
(grajenje ekipnega duha), razvijati desničnost

**Potrebni pripomočki:** ne



### **Pred začetkom:**

Manjšo skupino otrok postavimo v vrsto - vsi naj bodo obrnjeni v isto smer.

Otrok na koncu vrste položi roko na steno ali pa se prime za drog.

### **Potek igre:**

Naloga vseh otrok v vrsti je, da imajo ob koncu naloge vsi roke prekržane preko prsi.

Nobeden od otrok ne sme spustiti rok, otrok na koncu vrste pa ne sme odmakniti roke s stene oziroma spustiti droga.

Otrokom dajmo dovolj časa, da se pogovorijo o taktiki in možnih rešitvah.

### **Taktika:**

Ena od možnih rešitev naloge je, da otrok na začetku vrste (prvi otrok), ki ima eno roko prosto, vodi celotno skupino pod roko otroka na koncu vrste (zadnjega otroka), ki se dotika stene ali se drži za drog. Prvi otrok vodi vrsto otrok pod roko zadnjega otroka vse dokler nimajo vsi na prsih prekržanih rok. Nazadnje se še zadnji otrok, ne da bi odmaknil roko s stene ali izpustil drog, obrne proč od preostalih otrok v vrsti in na ta način prekrži svoji roki.

## PES LOVI SVOJ REP

Vrtec–6. razred	V					Ad, GI	S2
-----------------	---	--	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–20

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sporazumevanje in sodelovanje v skupini, razvijati gibljivost

**Potrebni pripomočki:** šolska rutica (ali kakšna druga primerna rutica)

**Predpriprava:** označimo jasne meje igralne površine

### Pred začetkom:

Otroci se postavijo v kolono in držijo eden drugega okrog pasu (ne dovolimo, da otroci vtikajo prste pod pas ali v zanke za pas).

Opozorimo otroke, da tek med igro ni dovoljen - le hitra hoja.

### Potek igre:

Zadnji otrok v koloni si v hlačni žep zatlači rutico tako, da ta visi iz žepa in predstavlja pasji rep. Nato sprednji del kolone prične loviti zadnji del in skuša zgrabiti rutico.

Otroci v sredini kolone lahko pri lovljenju repa pomagajo ali pa ga ovirajo, odvisno od njihovih želja. Če se kolona pretrga, mora otrok, ki se je spustil, zapustiti igro. Kolona se skrajša.

### Dodatne možnosti:

Naredimo lahko dve koloni otrok in tako ustvarimo dva psa, ki se lovita za rep.



## OBLECI ME

2.–6. razred	V	Nmi	Not	S2
--------------	---	-----	-----	----

**Velikost skupine:** 8–30

**Primerna starost:** 2.–6. razred

**Trajanje igre:** 5–10 minut

**Cilj igre:** uriti sposobnost reševanja problemov, spodbujati sodelovanje v skupini in govorno sporazumevanje, krepiti dobro počutje v skupini, razvijati motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** dve preveliki majici s kratkimi rokavi

**Predpriprava:** dve enako številčni ekipi, vsaka s svojo označeno igralno površino

### Pred začetkom:

Preverimo, če otroci razumejo pravila igre.

### Potek igre:

Otroke razdelimo v dve ekipi.

Vsaka ekipa dobi eno majico.

En otrok iz vsake ekipe si obleče majico in nato z obema rokama za roke prime enega izmed svojih sotekmovalcev.

Ostali otroci v ekipi morajo nato majico prevleči z enega otroka na drugega (s časom bodo spoznali, da morajo majico obrniti navzven, da lahko rešijo to nalogo). Igro lahko izpeljemo tako, da mora preoblačenje izvesti le eden iz ekipe, ostali pa lahko dajejo ustna navodila.

Za tem prime „na novo oblečeni“ otrok enega od ostalih sotekmovalcev, „slečeni“ tekmovalec pa pomaga ekipi pri preoblačenju.

Igra nadaljujemo dokler majice ne obleče vsak otrok v ekipi.

Zmaga ekipa, ki se prva cela preobleče.

### Dodatne možnosti:

Namesto tekmovanja med dvema ekipama, lahko igramo le z eno ekipo.



## LISICA IN ZAJEC

Vrtec–2. razred	V			Not	Gl,Čm	S2
-----------------	---	--	--	-----	-------	----

**Velikost skupine:** 20–30

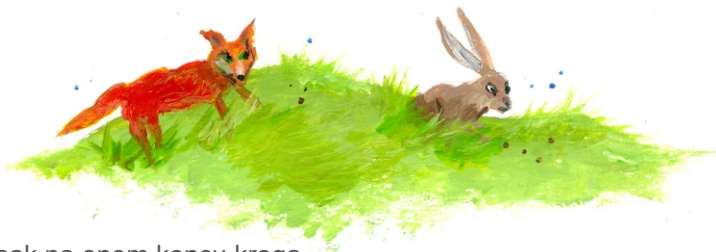
**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje, opazovanje, razvijati pozornost in taktično razmišljanje

**Potrebni pripomočki:** dve žogi različnih velikosti ali barv

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroci se postavijo v krog.

Žogi dajmo dvema otrokoma, ki stojita vsak na enem koncu kroga.

Določimo, katera žoga je lisica in katera zajec.

Pojasnimo otrokom, da sta obe žogi kot vroč kuhan krompir, ki ga ne moremo držati v rokah več kot sekundo.

### Potek igre:

Cilj igre je, da lisica ulovi zajca.

Tako lisica kot zajec se premikata s podajo iz rok v roke (ne z metom) in krožita v katerokoli smer.

Če otrok drži lisico, jo mora podati otroku poleg sebe, ki je bližje zajcu. Otrok, ki drži zajca mora seveda storiti ravno obratno.

Ko lisica ulovi zajca, začnemo novo igro.

### Dodatne možnosti:

Če skupina ne more ujeti zajca, damo lahko v igro dodatno lisico.

Dodamo lahko več žog in opazujemo, če se lahko križajo med seboj.

## VELIKANI, ČAROVNIKI IN ŠKRATJE

3.–5. razred

V

Bp

Ad, GI

S2

**Velikost skupine:** 12–50

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje in skupinsko odločanje  
razvijati govorno sporazumevanje,  
hitro odzivanje in motorične sposobnosti

**Potrebni pripomočki:** ne

**Predpriprava:** jasno označimo meje igralne površine, ki naj bodo enako oddaljene od sredinske črte



### Pred začetkom:

Prikažimo gibanje in glasove za vse tri glavne like v igri:

- Velikan stoji pokončno (s „trdimi“ nogami v kolenih) in z rokami dvignjenimi nad glavo in rohni: "Rrrrrrrrrh!".
- Čarovnik stoji z eno nogo pred drugo, roki ima stegnjeni pred seboj in miga s prsti ter spušča glasove "Žžžžžžžž, šššššššš!" ali „čirule čarule“, „abra kadabra“ ...
- Škrat čepi in se pomika s stranskimi koraki, z rokami dela valove in se oglašča z žvižgom oz. z zvokom, ki prihaja iz ust, ko ven pihamo zrak.

Vsi otroci naj vadijo gibanje vseh treh likov in glasov.

Razložimo jim, kateri lik premaga drugega: velikan premaga čarovnika, čarovnik škrate, škrate pa velikana.

Prikažimo:

- varno lovljenje: nežen dotik, kot metuljeva krila,
- nevarno lovljenje: močan kontakt, ki lahko povzroči padec ulovljene osebe.

Otroke preštejmo na dva (prvi, drugi) in postavimo ekipi vsako na eno polovico igralnega polja, razmejenega s sredinsko črto.

### Potek igre:

Vsaka ekipa se zbere na sredini svoje igralne površine in si izbere svoj prvi in drugi igralni lik.

Igra se začne tako, da se obe ekipi pomakneta proti sredinski črti in vodja reče glasno: "En, dva, tri, kateri lik si ti?". Obe ekipi oponašata gibanje in glasove svojega prvo izbranega lika. Ekipa, ki je izbrala zmagovalni lik, lovi otroke nasprotne ekipe do zadnje črte.

Vsi ulovljeni otroci prestopijo v nasprotno ekipo.

V primeru, ko obe ekipi izbereta enak lik, vodja ponovi izhodiščne bedede in ekipi morata odigrati svoj drugi lik. Če je tudi ta pri obeh ekipah enak, si na novo izbereta svoj prvi in drugi lik.

### Dodatne možnosti:

Izberimo tri različne predmete, oblike gibanja in glasove. Možne izbire so tudi:



## IZZIV Z GIMNASTIČNIM OBROČEM

Vrtec–5. razred	V				Not	Av, Ad, Čm, Gl, Sl, Cp	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	------------------------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** spodbujati sodelovanje v skupini in razvijati koordinacijo gibanja

**Potrebni pripomočki:** dva gimnastična obroča

**Predpriprava:** ni potrebna



### Pred začetkom:

Otroci naj se postavijo v krog in se primejo za roke.

Prikažimo jim, kako lahko pridemo skozi gimnastični obroč brez pomoči rok.

Prepričajmo se, da so otroci v krogu in se držijo za roke.

### Potek igre:

Gimnastični obroč položimo med dve sklenjeni roki otrok.

Razložimo, da je cilj igre, da pride obroč okoli celotnega kroga, ne da bi se otroci pri tem spustili.

### Vprašanja ob koncu igre:

Kaj nas skuša igra naučiti?

Ali mislite, da ste se s ponovitvijo naloge izboljšali?

Kaj je bilo pri igri zabavno ?

Ali ste med igro kdaj mislili, da ste brez moči in vam naloge ne bo uspelo opraviti?

### Dodatne možnosti:

Določimo čas za izvedbo naloge.

Igro naj otroci opravijo z zaprtimi očmi.

Otroke razdelimo v dve ekipi, ki tekmujeta med seboj.

Vrtec:

Otroci naj stojijo v krogu z veliko prostora med seboj. Igro naj vodja začne tako da drži obroč, vsak otrok pa vadi gibanje skozi obroč. Potem jim postavimo izziv, da gredo sami skozi obroč in ga potem podajo naprej naslednjemu v krogu. Pri tem se ne držijo za roke. Ko večkrat uspešno opravijo tudi to nalogo, poskusijo nalogo opraviti v krogu z držanjem za roke.

Vodja naj ob tem hodi skupaj z obročem in pri morebitnih težavah otrokom pomaga.

## IZUMIMO IGRO

3.–6. razred	V			Not	Av, Gl, Čm	S3
--------------	---	--	--	-----	------------	----

**Velikost skupine:** 4–50

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 30 minut

**Cilj igre:** spodbujati ustvarjalnost, skupinsko odločanje, izmenjavanje idej, načrtovanje, vodenje in ustvarjalno razmišljanje

**Potrebni pripomočki:** nabor športnih pripomočkov - gimnastični obroči, žoge, stožci, kolebnice ipd.

**Predpriprava:** glede na število ekip, ki bodo igrale, enakomerno razporedimo športne pripomočke

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v skupine in vsako postavimo pred enega od kupov športnih pripomočkov.

Če je potrebno, dajmo ekipam - za lažji začetek - primere idej za igre.

Prepričajmo se, da ima vsaka ekipa dovolj prostora, da sestavi, postavi in preizkusi svojo igro.

### Potek igre:

Otroci bodo uporabili razpoložljive pripomočke in si izmislili svojo igro.

Izmisliti si morajo pravila, postaviti meje, izbrati pripomočke in vse za igro potrebne informacije.

Določiti morajo tudi ime igre in se pripraviti, da bodo pravila igre razložili drugim ekipam.

Ekipe se menjajo pri demonstraciji in v učenju iger.

### Dodatne možnosti:

Povečajmo število otrok v posamezni ekipi in s tem povečajmo izziv sporazumevanja.

Omejimo število pripomočkov in s tem povečajmo izziv ustvarjalnosti.



## 5. POGlavJE

# Osnovne igre in športi za telesno dejavnost na igrišču



V tem poglavju boste našli nekaj osnovnih iger in športov iz katerih se lahko razvije množica različnih oblik iger, ki jih lahko uporabljate skoraj na vsakem šolskem igrišču. V igrah so prisotni tudi nekateri osnovni elementi športov z žogo, kot so nogomet, košarka, odbojka in drugi.

Vsaka igra je natančno opisana, omenjene pa so tudi mnoge različice.





## ŠTIRJE KVADRATI

Vrtec–6. razred

Not

Ad, Av, Gl, Čm

S2

**Velikost skupine:** 4–12

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

**Trajanje igre:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok, taktično razmišljanje, ravnotežje, gibljivost in orientacijo v prostoru, vaditi osnovne elemente odbojke

**Potrebni pripomočki:** mehkejša igralna žoga

**Predpriprava:**

- osnovna igralna površina naj bo kvadrat velikosti 3 x 3 metre
- razdelimo ga na štiri manjše kvadrate po 1,5 x 1,5 metra.
- kvadrate označimo s črkami A, B, C, D ali s številkami 1, 2, 3, 4.
- v zunanjem kotu kvadrata A (1) označimo še servisno polje velikosti cca 30 x 30 cm.

**Pred začetkom:** V vsakem kvadratu stoji po en otrok. Ostali v koloni čakajo na vrsto.

Otrok v kvadratu A (1) je server in nadzoruje potek igre.

**Potek igre:** Pri servisu mora igralec z obema nogama stati v servisnem polju.

Igra se prične s tem, da server udari žogo tako, da se ta najprej enkrat odbije v serverjevem polju od koder se odbije v eno od preostalih treh polj. Žoga se lahko pri servisu v vsakem polju odbije največ enkrat.

Igralec lahko pri servisu žogo udari s katerikoli delom roke v katerikoli drugo polje, pri tem pa mora prvi in samo en odboj žoga narediti v polju serverja. Če se žoga pri odboju dotakne črte ali pred odbojem odleti izven igralne površine, server zapusti svoj kvadrat in se pomakne v čakalno vrsto ter navija. Enako velja v primeru, če se žoga dvakrat odbije v njegovem polju.

Če se žoga več kot enkrat odbije v katerem od drugih polj, igralec v tem polju zapusti kvadrat in se pomakne v čakalno vrsto. Če igralec v drugem polju ujame žogo, preden se je ta enkrat odbila v njegovem polju, mora prav tako zapustiti igralni kvadrat in se preseliti v čakalno vrsto.

Vedno, ko se igralec iz igralnega kvadrata preseli v čakalno vrsto, se v igralnem kvadratu sprostijo eno mesto. Prvi igralec v čakalni vrsti zapolni igralni kvadrat D (4), igralci, ki so že v igralni „kocki“, pa se v smeri urinega kazalca pomaknejo na preostale igralne kocke od A (1) do C (3).

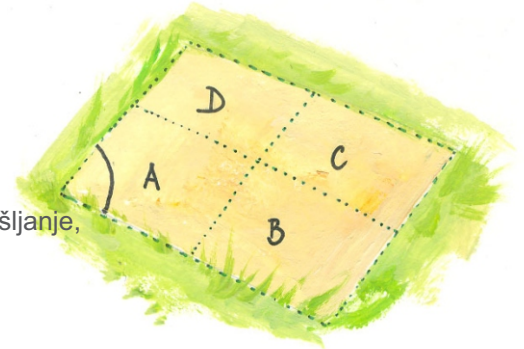
**Dodatne možnosti:** v vsakem igralnem kvadratu sta lahko dva igralca.

Osnovni igralni kvadrat lahko povečamo na 6 x 6 metrov.

Če hočemo dati poudarek skokom, gibljivosti ali rotaciji mest pri odbojki, damo lahko v vsak igralni kvadrat kolebnico ali gimnastični obroč. Štirje igralci na znak igralca v kvadratu A (1) pričnejo s skakanjem ali vrtenjem gimnastičnega obroča. Prvi, ki prekine vajo ali naredi napako, se premakne v čakalno vrsto.

**Prilagoditve za izvedbo igre v notranjih prostorih:** Uporabimo napihljivo žogo. Cilj igre je, da žogo z odboji obdržimo v igri čim dlje.

Če pri odboju žoga igralcu pade na tla ali jo z odbojem pošlje izven meja igralnega kvadrata, se ta igralec preseli v čakalno vrsto.



## ODBOJKA Z ENIM ODBOJEM

Vrtec–5. razred

Ad, Av, Gl, Čm

S1

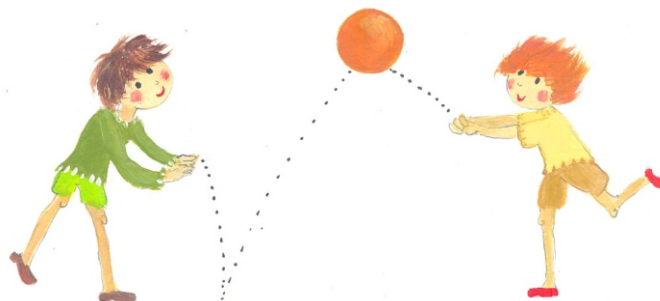
**Velikost skupine:** 2–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok ter vaditi osnovne elemente odbojke

**Potrebni pripomočki:** ena žoga na par  
(odbojgarskih ali penastih žog primernih starostni stopnji)



### Pred začetkom:

Uporabimo igralno polje velikosti 3 x 3 metre in ga razmejimo na polovico. Po potrebi lahko uporabimo tudi igrišče drugačnih mer.

Otrokom razložimo osnovno tehniko spodnjega odboja.

Z dvema otrokoma demonstriramo pravilno tehniko odboja:

- prikažemo kako pravilno usmeriti žogo,
- razložimo pravila igre in povabimo otroke, da jih ponovijo.

### Potek igre:

Igra se prične z začetnim udarcem. Igralec ga izvede tako, da žogo spusti na tla, ta se odbije, nato pa jo s spodnjim odbojem pošlje v nasprotnikovo polje.

Igralec, ki žogo sprejema, mora pustiti, da se ta v njegovem polju enkrat odbije od tal, potem jo skuša z odbojem vrniti nazaj v nasprotnikovo polje.

Igra se nadaljuje dokler žoga:

- ni odbita izven igralnega polja,
- se od tal odbije dvakrat,
- jo igralec odbije, preden se je enkrat odbila od tal,
- če igralec žogo prime ali nepravilno odbije (vrže, nošena žoga).

Če sta v igro vključena le dva igralca, se pri serviranju izmenjujeta ali pa uporabimo odbojgarsko pravilo, da servira tisti igralec, ki osvoji točko.

Če imamo več igralcev, igralca, ki je storil napako, zamenja naslednji v čakalni vrsti.

### Dodatne možnosti:

Otrokom višje razredne stopnje lahko dodamo pravila, kot je na primer igra na tri dobljene točke, igra na dva odboja. Ta pravila morajo biti jasna in določena pred začetkom igre.

### Prilagoditve za izvedbo igre v notranjih prostorih:

Za igro v notranjih prostorih uporabimo balon ali napihljivo žogo. Cilj igre je žogo čim dlje obdržati v zraku.

Ko žoga pade v igralno polje ali jo igralec odbije izven meja igralne površine, ga nadomesti naslednji igralec v čakalni vrsti.



## UJEMI IN SPUSTI

Vrtec–2. razred	V				Not	Ad, Av, Gl, Čm, Cp	S1
-----------------	---	--	--	--	-----	--------------------	----

**Velikost skupine:** 2–4 na ekipo

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok ter gibljivost, vaditi osnovne elemente odbojke

**Potrebni pripomočki:** dovolj penastih žog za vsako ekipo



### **Pred začetkom:**

Uporabimo igralno polje velikosti 3 x 3 metre s štirimi kvadrati, kot pri igri "Štirje kvadrati".

Po potrebi lahko uporabimo tudi igrišče drugačnih mer, ki ga zarišemo s kredo.

Otrokom razložimo osnovno tehniko spodnjega odboja.

Z dvema otrokoma demonstriramo pravilno tehniko odboja:

- prikažemo kako pravilno usmeriti žogo,
- izberimo nekaj ekip za demonstracijo pred začetkom igre.

Otroke vprašajmo, koliko odbojev lahko naredi žoga v njihovem polju. Naštejejo naj tri situacije, ko se igra lahko ustavi.

### **Potek igre:**

Igra se prične z začetnim udarcem.

Igralec pusti, da se žoga enkrat odbije v njegovem polju, nato pa jo odbije v enega od nasprotnikovih polj.

Igralec, ki žogo sprejema, mora pustiti, da se ta enkrat odbije od tal, nato pa jo lahko ujame, preden jo odbije nazaj.

Igra se nadaljuje dokler žoga:

- ni odbita izven igralnega polja,
- se od tal odbije dvakrat,
- jo igralec odbije, preden se je enkrat odbila od tal,
- je odbita in pade na črto.

Igralec, ki stori napako, zapusti igralno polje. Zamenja ga nov igralec iz čakalne vrste.

Ko gre igralec iz igralnega kvadrata v čakalno vrsto, se v igralnem kvadratu sprosti eno mesto. Prvi igralec v čakalni vrsti zapolni igralni kvadrat D (4), igralci ki so že v igralnih kvadratih, pa se v smeri urinega kazalca pomaknejo v naslednji igralni kvadrat od A (1) do C (3).

### **Dodatne možnosti:**

Namesto pravila, da žogo ujamejo preden jo vrnejo, si lahko izmislimo različne tehnike, s katerimi morajo otroci vrniti žogo.

### **Prilagoditve za izvedbo igre v notranjih prostorih:**

Za igro v notranjih prostorih uporabimo balon ali napihljivo žogo. Cilj igre je žogo čim dlje obdržati v zraku. Ko žoga pade v igralno polje ali jo igralec odbije izven meja igralne površine, ga nadomesti naslednji igralec iz čakalne vrste.

## ODBOJKA V PARU

Vrtec–6. razred

S2

**Velikost skupine:** 4–30

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

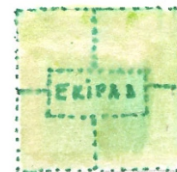
**Trajanje igre:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in rok ter gibljivost,  
vaditi osnovne elemente odbojke, spodbujati sodelovanje

**Potrebni pripomočki:** štiri kvadratna igralna polja in žoge

**Predpriprava:**

- osnovna igralna površina naj bo kvadrat velikosti 3 x 3 metre, tega razdelimo na štiri manjše kvadrate po 1,5 x 1,5 metra
- igra lahko poteka tudi z dvema osnovnima igralnima kvadratoma, ki sta med seboj oddaljena približno 1,5 metra
- igrišči lahko narišemo s kredo



### Pred začetkom:

Razložimo osnovna in morebitna dodatna pravila igre Štirje kvadrati.

Po dva otroka se postavita v vsak igralni kvadrat (ali na polovico standardnega kvadrata ali pa v celoten igralni kvadrat, če igramo z dvema kvadratoma).

Določimo, katera ekipa bo imela začetni udarec (servis).

### Potek igre:

Veljajo osnovna pravila igre Štirje kvadrati, da se igra ustavi:

- če se žoga dvakrat odbije v istem polju,
- če igralec odbije žogo izven igralne površine ali v svoje igralno polje,
- če igralec ne pusti, da se žoga enkrat odbije v njegovem igralnem polju.

Razlika je v tem, da se morata tu igralca ene ekipe menjavati pri odbijanju žoge.

Če je žogo serviral prvi igralec, mora naslednji odboj izvesti drugi. Če dvakrat zapored žogo odbije isti igralec, je to napaka in par odide v čakalno vrsto, njuno mesto pa zapolni naslednji par v čakalni vrsti.

Če igro igramo z dvema igralnima kvadratoma, se polje med njima šteje kot avt, torej se žoga tam ne sme odbiti od tal.

### Dodatne možnosti:

Dodajmo igralne kvadrate za igro treh ali štirih ekip.

V vsako ekipo dodelimo več igralcev.

## IGRA MENJAVE POLJ

2.–6. razred

S3

**Velikost skupine:** 4–10 za igralni kvadrat s štirimi polji

**Primerna starost:** 2.–6. razred

**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** spodbujati govorno sporazumevanje in reševanje sporov, vaditi osnovne elemente odbojke, razvijati koordinacijo oči in rok ter hitro odzivanje

**Potrebni pripomočki:** igralno polje s štirimi kvadrati, žoga

**Predpriprava:** enaka kot pri igri Štirje kvadrati

### Pred začetkom:

Določimo prostor za štartno črto.

### Potek igre:

Igra se prične z začetnim udarcem iz kvadrata A (1).

Igralec, ki je na začetnem udarcu, žogo najprej spusti na tla, da se enkrat odbije, šele nato izvede servis s spodnjim odbojem. Medtem, ko je žogo spustil proti tlom in preden jo servira, zakliče oznako enega od preostalih igralnih kvadratov B, C, D (2 do 4). Otrok naj ne izbere črke kvadrata kamor servira!

Server in igralec v izbranem polju morata izvesti menjavo polj.

Po menjavi polj mora igralec odigrati točko v svojem novem polju do konca.

Veljajo standardna pravila igre "Štirje kvadrati" z vsemi pravili, kdaj se igra ustavi:

- če se žoga dvakrat odbije v istem polju,
- če igralec odbije žogo izven igralne površine ali v svoje igralno polje,
- če igralec ne pusti, da se žoga enkrat odbije v njegovem igralnem polju.

Ob napaki gre igralec, ki je storil napako, v čakalno vrsto, zamenja pa ga naslednji iz čakalne vrste.

### Dodatne možnosti:

Omejimo število menjav v posamezni igri (ena na igralca, pet na igro ...).



## KEGLJANJE MED DVEMA OGNJEMA

Vrtec -3. razred			Nmi			Ad, GI	S1
------------------	--	--	-----	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–3. razred

**Trajanje igre:** 5–15 minut

**Cilj igre:** razvijati taktično razmišljanje in spretnosti z žogo, osvajati pravila igre Med dvema ognjema

**Potrebni pripomočki:** dve ali več žog primernih za igro Med dvema ognjema, štiri ali več stožcev

**Predpriprava:** iz stožcev naredimo dve liniji na vsaki strani igrišča

### Pred začetkom:

Razložimo tehniko spodnjega meta in kotaljenja žoge.

Otroke razporedimo v dve ali več vrst.

### Potek igre:

Otroci izmenjaje mečejo ali kotalijo žogo v stožce in jih poskušajo podreti.

Vsakega otroka po metu spodbujamo k teku za svojo žogo.

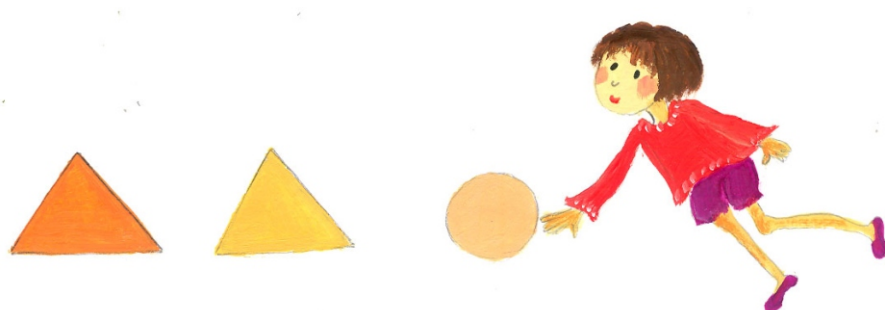
Ko otroci osvojijo igro, jim lahko povečujemo razdaljo iz katere ciljajo stožce.

Ko otroci v igri napredujejo, postavimo več vrst stožcev in dodamo več žog.

### Dodatne možnosti:

Na obeh koncih igralne površine, lahko za osnovno črto postavimo vrsto stožcev.

Dve ekipi lahko tekmujeta ena proti drugi v podiranju nasprotnikovih stožcev. Vsaka ekipa lahko tudi ščiti svoje stožce.



## MED OGNJEM IN STENO

Vrtec–5. razred		Nmi		S1
-----------------	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 2–20

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 5–10 minut

**Cilj igre:** osvajati pravila igre Med dvema ognjema, razvijati koordinacijo oči in rok, stranski vid, gibljivost, motorične sposobnosti, spretnosti z žogo in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** mehkejša žoga



### **Pred začetkom:**

Uporabimo igralno površino, ki je omejena s steno ali ograjo.

Igralci bodo stali s hrbti obrnjenimi proti steni ali ograji.

Metalec stoji ob steni približno tri metre pred igralci (lahko tudi manj ali več).

Jasno določimo, kje stoji metalec, kje so lahko ostali igralci in kje je prostor za igralce, ki so zadeti.

Pripravljeni moramo biti, da bomo morali otrokom razložiti meje in različne vloge v igri, pa tudi na možnost, da bo metalec katerega od otrok zadel v telo nad pasom (glava ipd.).

### **Potek igre:**

Cilj igre je „ne biti zadet“ z žogo.

Metalec poskuša s spodnjim metom žoge zadeti igralce v telo pod pasom.

Razložimo otrokom, kje morajo stati (ob steni ali ograji) in od kod mora metalec ciljati.

Izberimo metalca, ostale otroke pa postavimo v vrsto pred steno ali ograjo.

Ko je igralec zadet v telo pod pasom, se umakne iz vrste in gre na mesto določeno za zadete igralce, od koder spodbuja sotekmovalce.

Otrok, ki je zadet zadnji, postane naslednji metalec.

### **Dodatne možnosti:**

Ko je eden od igralcev zadet, postane dodatni metalec. Ko igra napreduje, je vedno več metalcev in vedno manj igralcev, ki se izmikajo žogi. Taka oblika zahteva dodajanje žog med igro. Jasno mora biti tudi določeno, kako si bodo metalci delili žoge.

Ko je igralec zadet, mora opraviti dodatno nalogo, na primer določeno število poskokov, nato pa se vrne nazaj v igro.

## MED DVEMA OGNJEMA Z MENJAVO EKIPE

3.–6. razred

Ad, Čm, Gl

S2

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 10–20 minut

**Cilj igre:** razvijati taktično razmišljanje, spretnosti z žogo in motorične sposobnosti, osvajati pravila igre Med dvema ognjema

**Potrebni pripomočki:** 3–5 žog primernih za igro Med dvema ognjema

**Predpriprava:** s črtami omejena večja igralna površina pravkokočne oblike, razmejena na pol

### Pred začetkom:

Razložimo varnostna pravila kot veljajo za igro Med dvema ognjema, s poudarkom, da ciljamo v telo pod pasom.

Bodimo odločni pri preprečevanju metov v telo nad pasom.

### Potek igre:

Igra poteka enako kot klasična igra Med dvema ognjema z eno razliko: zadeti igralci se morajo pridružiti nasprotni ekipi.

Menjava se zgodi v štirih primerih:

- če je igralec zadet v telo pod pasom,
- če igralec poskuša uloviti žogo in mu ta pade na tla,
- če igralec vrže žogo, nasprotni igralec pa jo ujame preden se žoga odbije od tal,
- če igralec zapusti svoje igralno polje, razen v primeru, ko je žoga odletela izven igralne površine in jo je potrebno pobrati, da se lahko igra nadaljuje.

Igra se konča, ko vsi igralci postanejo ena ekipa.





## OGNJENI OBROČ

2.–5. razred

Ad, GI

S2

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** 2.–5. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** osvajati pravila igre Med dvema ognjema, razvijati stranski vid, gibljivost, motorične sposobnosti, spretnosti z žogo, navajati na sledenje navodilom

**Potrebni pripomočki:** mehkejša žoga ali več žog in stožci različnih barv

**Predpriprava:** iz stožcev oblikujemo srednje velik krog



### **Pred začetkom:**

Otroke postavimo v krog okoli stožcev.

Vadimo metanje žoge s spodnjim metom in lovljenje.

### **Potek igre:**

Igro začnemo tako, da enemu izmed otrok na uho povemo barvi dveh stožcev, ki nista postavljena eden ob drugem (npr. moder in rdeč).

Izbrani otrok nato poskuša s tekom in izogibanjem žogi priti in se dotakniti dveh izbranih stožcev ter se vrniti na svoje mesto, ne da bi ga medtem zadela žoga, ki jo mečejo in lovijo ostali otroci v krogu.

Če je otrok zadet, se lahko vrne v krog na svoje mesto potem, ko naredi dodatno nalogo (npr. pet počepov, deset poskokov ...).

Ko svoj poskus zaključi prvi otrok, izberemo naslednjega in mu zopet določimo barvi dveh stožcev, ki se jih mora dotakniti.

### **Dodatne možnosti:**

Igralcem lahko določimo barve stožcev poljubno, izven prej zapisanega reda. (npr. preden en igralec zaključi svojo nalogo, dvema istočasno ...)

Igralci se morajo dotakniti več ali manj kot dveh stožcev.

V igro dodamo še drugo ali tretjo žogo in nalogo dotikanja stožcev določimo dvema ali več igralcem hkrati.

## TECI IN SE IZMIKAJ

Vrtec–8. razred	V				Not		S2
-----------------	---	--	--	--	-----	--	----

**Velikost skupine:** 10–30

**Primerna starost:** vrtec–8. razred

**Trajanje igre:** 15–20 minut

**Cilj igre:** osvajati pravila igre Med dvema ognjema, razvijati taktično razmišljanje, gibljivost, motorične sposobnosti in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** nekaj igralnih žog

**Predpriprava:** večja pravokotna igralna površina z mejnimi črtami (po možnosti telovadnica)

### Pred začetkom:

Skupaj z otroki izberemo čarobno besedo.

Vse otroke postavimo na eno stran igrišča.

Razložimo jim, da postanejo pomočniki vodje le takrat, ko jih žoga zadene v telo pod pasom.

### Potek igre:

Vodja začne igro na sredini igrišča (npr. v krogu na sredini košarkarskega igrišča) z dvema žogama in zavpije čarobno besedo, ki jo je izbrala celotna ekipa. To je znak na katerega otroci pričnejo teči na drugo stran igrišča.

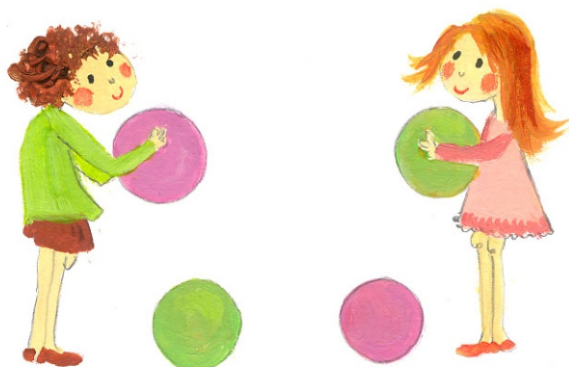
Otrok, ki je zadet, postane pomočnik vodji tako, da se postavi za mejo igralne površine in pomaga vodji pri pobiranju žog.

Igra se nadaljuje vse do trenutka, ko v polju ostaneta le še dva igralca. Ta dva v naslednjem krogu postaneta metalca, vsak z dvema žogama.

### Dodatne možnosti:

Kot metalca lahko igro začne več ali manj otrok.

Za igro lahko uporabimo več ali manj žog, odvisno od tega, kako dolgo želimo, da igra traja.



## KAČA

Vrtec–2. razred		Nmi	Not	Av, Ad, Gl, Čm, Cp	S1
-----------------	--	-----	-----	--------------------	----

**Velikost skupine:** 3–20

**Primerna starost:** vrtec–2. razred

**Trajanje igre:** 5 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in nog, spodbujati sodelovanje  
osvajati motoriko gibov s kolebnico (skakanje in obvladovanje kolebnice)

**Potrebni pripomočki:** kolebnice



### **Pred začetkom:**

- Pojasnimo pomembnost varne razdalje pri uporabi kolebnic.
- Razložimo koncept menjavanja pri uporabi kolebnic in različne vloge.
- S pomočjo otrok prikažimo uporabo kolebnice.
- Otroke povabimo, da ponovijo pravila.

### **Potek igre:**

- To je zelo enostavna in zabavna igra namenjena začetkom učenja koordinacije oči in nog, kar potrebujemo pri igrah s kolebnico.
- Otroke razdelimo v manjše skupine.
- Vsaka skupina dobi eno kolebnico. Dva otroka premikata kolebnico, drugi so skakalci.
- Otroka, ki bosta kolebnico premikala, počepneta ali se usedeta na tla in držita kolebnico na tleh. Njuna naloga je, da kolebnico premikata naprej in nazaj ter levo in desno, da po tleh ustvarjata „vijugasto kačo“ (ali „valove“). Sprva to počneta počasi, s časom pa vse hitreje in močneje.
- Skakalci poskušajo preskočiti kačo. To lahko naredijo s sonožnim ali enonožnim skokom.
- Cilj skakalcev je, da poskušajo preskočiti kačo, ne da bi se je pri tem dotaknili.
- Ko jim damo znak, otroci zamenjajo vloge.
- Če je potrebno, lahko igro najprej izvedemo z mirujočo vrvjo na tleh.

## HELIKOPTER

Vrtec–5. razred					Not	Av, Ad, Čm, Gl	S1
-----------------	--	--	--	--	-----	----------------	----

**Velikost skupine:** 4–30

**Primerna starost:** vrtec–5. razred

**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** razvijati koordinacijo oči in nog,  
osvajati motoriko gibov s kolebnico (skakanje, občutek za točnost)

**Potrebni pripomočki:** kolebnice ali vrvi



### Pred začetkom:

Pojasnilo pomembnost varne razdalje ob uporabi kolebnic.

Razložimo koncept menjavanja pri uporabi kolebnic in različne vloge.

S pomočjo otrok prikažimo uporabo kolebnice.

Otroke povabimo k obnovitvi pravil igre.

S kredo zarišimo krog, katerega polmer mora biti najmanj 1 m daljši kot je dolžina vrvi; če bomo uporabljali vrvi dolge 3–4,5 metra, naj ima zarisani krog polmer približno 6 metrov.

Na krožnici zarišimo toliko X točk, kot je otrok.

OPOZORILO: Prepričajmo se, da otroci razumejo pravilo, da morajo ostati na označenih točkah vse dokler ni vrv nizko pri tleh!

### Potek igre:

Otroci stojijo vsak na svojem mestu na krožnici.

Vodja igre prične počasi vrteti vrv, ki predstavlja helikoptersko eliso in pri tem izreče:

„Helikopter, helikopter, nad mano letiš, izberem si barvo in barva je ... (izbere eno od barv)“.

Po tem vodja prične s spuščanjem elise proti tlam in otroci, ki imajo na sebi katerikoli kos oblačila v izbrani barvi, stopijo v notranjost kroga in poskušajo preskočiti vrv, ki se sedaj vrti nizko pri tleh (ali na tleh).

Igra se ustavi, ko eden od otrok naredi napako, se pravi, da ne preskoči vrvi ali se ga vrv dotakne ali zadene.

Vodja nato ponovi igro z drugo izbrano barvo.

### Dodatne možnosti:

Za ogrevanje začnimo igro s kroženjem vrvi na tleh in z nekaj otroki pripravljenimi na poskoke.

Na začetku nove igre zamenjamo besedilo za izbiro barve.

## SKAKALNI IZZIV

3.–8. razred

V

Av, Ad, Čm

S2

**Velikost skupine:** 5–20

**Primerna starost:** 3.–8. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** razvijati taktično in ustvarjalno razmišljanje, koordinacijo oči in nog, ravnotežje, gibljivost, krepiti vzdržljivost, spodbujati vodenje, sodelovanje in govorno sporazumevanje

**Potrebni pripomočki:** kolebnice

**Predpriprava:** odprt prostor

### **Pred začetkom:**

Oblikujmo ekipe po pet ali šest otrok.

Vsaki ekipi dodelimo eno navadno kolebnico in eno, ki je sestavljena iz dveh (ali kolebnico, ki je daljša).

Vsaki ekipi določimo mesto za skakanje, ki bo na varni razdalji do drugih ekip.

### **Potek igre:**

Vsaka ekipa ima na voljo 30 sekund, da opravi čim več poskokov s kolebnico. Ekipa šteje in sešteva število poskokov. Vsak član ekipe mora s kolebnico opraviti vsaj en poskok, sicer je rezultat ekipe 0.

Po vsakem krogu ekipe skličimo k taktičnemu posvetu, da bodo v naslednjem poskusu še uspešnejše.

### **Dodatne možnosti:**

Vsaki ekipi dajmo več ali manj kolebnic.

Predlagajmo, da ekipa zveže skupaj več kolebnic in da sočasno skače več oseb.



## DESET

3.–6. razred

V

Ad, Čm, Gl

S2

**Velikost skupine:** 10 ali manj otrok

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 10 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente košarke, krepiti dobre odnose v skupini, razvijati koordinacijo oči in rok ter spretnost metanja na koš

**Potrebni pripomočki:** žoga za košarko

**Predpriprava:** igrišče za košarko, znano število otrok, ki bodo igrali igro

### Pred začetkom:

Deset ali manj otrok, postavimo v kolono za črto za proste mete.

### Potek igre:

Prvi otrok v koloni meče prosti met. Če koš zgreši, se premakne na konec kolone.

Če igralec, ki je na vrsti, zadene koš, mora naslednji zadeti dva.

Če ta ne zadene dveh košev, dobi prvi igralec dve točki. Če drugi igralec zadene dva koša, mora naslednji igralec zadeti tri, če pa zgreši, potem dobi drugi igralec 3 točke itd.

Če prvi igralec zadene koš, drugi pa zgreši, začne štetje od ena naprej.

Ko igralec zbere deset točk, zaključi z igranjem in počaka na ostale.

### Dodatne možnosti:

Izberemo lahko drugo mesto za izvajanje metov, pri nižjih razrednih stopnjah lahko uporabimo nižje koše.

Otroci, ki zaključijo z igro, lahko izvajajo dodatne naloge (poskoke s kolebnico, počepe ipd.) in se po opravljeni nalogi vrnejo nazaj v igro.





## 21 TOČK

3.–6. razred

Ad, GI

S2

**Velikost skupine:** 3–20

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 10–15 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente košarke (preigravanje, lovljenje, ciljanje, vodenje, branjenje, skakanje), razvijati koordinacijo oči in rok, spodbujati sodelovanje v skupini

**Potrebni pripomočki:** na ekipo 3–5 otrok po ena žoga za košarko, koš za vsako ekipo

### Pred začetkom

Vsaki ekipi postavimo jasne meje igralne površine.

Vsaki ekipi dodelimo eno žogo in jo damo igralcu, ki bo igro začel.

Razložimo pravila in demonstriramo potek igre.

Otroke povabimo, da nam še oni razložijo pravila igre.

### Potek igre:

Naredimo ekipe s po 3-5 otroki in vsaki ekipi določimo koš.

Igralec z žogo, začne igro z metom na koš s črte za proste mete. Kdor skoči in ujame odbito žogo, je naslednji na vrsti za met. Igralec, ki je izvajal prosti met bo prvi pokrival igralca z žogo.

Igralca z žogo lahko pokriva le en branilec naenkrat, ostali ne motijo igre in čakajo na odbito žogo.

Dvojnega pokrivanja ne sme biti. Ko igralec izgubi žogo ali zgreši koš, pride na vrsto tisti, ki je prosto ali odbito žogo ujel.

Vlogo branilca prevzame igralec, ki je žogo izgubil ali zgrešil koš.

Vedno, ko kateri od igralcev zadene koš, dobi dve točki in z žogo odide na črto za proste mete.

Zadeti koš iz črte prostih metov šteje eno točko.

Prvi igralec, ki zbere natanko 21 točk je zmagovalec. Če to število prekorači, se mu rezultat zmanjša na 11 točk.

Ko se znanje in sposobnost otrok s časom izboljšuje, lahko pričakujemo več igre. Za primer, v vrtcu otroci pri tej igri navadno hodijo ali tečejo z žogo v rokah, medtem ko morajo biti otroci višjih starostnih stopenj že bolj pazljivi na prekrške in preigravanja.



## SVETOVNO PRVENSTVO V NOGOMETU

2.–6. razred

V

Ad, Čm, GI

S2/3

**Velikost skupine:** 15–25

**Primerna starost:** 2.–6. razred

**Trajanje igre:** 20 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente nogometa, razvijati koordinacijo oči in nog, orientacijo v prostoru, spretnosti z žogo, krepiti vzdržljivost in ekipno povezanost

**Potrebni pripomočki:** 2 do 3 nogometne žoge, stožci, če je možno dresi v ekipnih barvah

**Predpriprava:** določimo dovolj veliko igralno površino, omejeno s koti in goli iz stožcev

### Pred začetkom:

Razdelimo otroke v enako številčne ekipe. Število ekip je odvisno od števila otrok (običajno jih je v ekipi 4 do 5). Če je možno, ekipe ločimo z barvnimi dresi.

Dva igralca določimo za vratarja.

Vsaki ekipi določimo prostor ob igrišču.

Razložimo varnostna pravila.

### Potek igre:

Vsaka ekipa lahko igra poljubno število ponovitev.

Cilj igre je čim hitreje zadeti katerikoli gol.

Ko damo vse žoge v igrišče, lahko na naš znak vstopijo vse ekipe na igrišče in začnejo igro.

Preden streljajo na gol, si morajo igralci v ekipi žogo vsaj dvakrat podati.

Ekipa, ki doseže gol, se uvrsti v naslednji krog tekmovanja. Po doseženem голу se ekipa umakne na svoje mesto ob igrišču in počaka na nadaljevanje.

Da lahko igra nemoteno teče naprej, mora vratar po obrambi žoge metati nazaj proti sredini igrišča.

Vsak krog igramo, dokler na igrišču ne ostane le še ena ekipa, ki še ni dosegla gola. Ta ekipa izpade iz prvenstva in igralci postanejo navijači ob igrišču.

Prvenstvo igramo, dokler ne dobimo zmagovalca prvenstva.

### Dodatne možnosti:

Nobena ekipa ne izpade. Igramo do zaključka igralnega časa in štejemo zadetke vsake ekipe.



## RAKOV NOGOMET

Vrtec–6. razred	V				Not	Ad, GI	S2
-----------------	---	--	--	--	-----	--------	----

**Velikost skupine:** 8–30

**Primerna starost:** vrtec–6. razred

**Trajanje igre:** 10–20 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente nogometa, razvijati koordinacijo oči in nog, ravnotežje, gibljivost, spretnosti z žogo, motorične sposobnosti, spodbujati sodelovanje v skupini

**Potrebni pripomočki:** večja napihljiva žoga

**Predpriprava:** večja pravokotna igralna površina, najbolje telovadnica z označenimi goli

### Pred začetkom:

Otroke razdelimo v dve ekipi in določimo dva vratarja.

Opišimo rakovo držo in njegovo gibanje - roki in nogi na tleh, trebuh gleda proti stropu.

### Potek igre:

Skozi celotno igro je dovoljeno le gibanje v rakovi drži (po vseh štirih).

Igralci lahko žogo brcajo in odbijajo samo z nogami in/ali z glavo - odboji z roko niso dovoljeni.

Vodja prične igro s tem, da spusti žogo na sredini igrišča. Enako stori po vsakem doseženem zadetku.

Obe ekipi poskušata zadeti nasprotnikov gol.

Če gre žoga izven meja igrišča, jo z metom v igro vrne vodja.

### Dodatne možnosti:

V igro vključimo več žog ali golov.



## NAVZKRIŽNI NOGOMET

3–5. razred	V					Ad, GI	S2
-------------	---	--	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 15–30

**Primerna starost:** 3.–5. razred

**Trajanje igre:** 20 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente nogometa, spodbujati sodelovanje v skupini in govorno sporazumevanje, razvijati koordinacijo oči in nog, spretnosti z žogo, motorične sposobnosti, krepiti vzdržljivost, uriti opazovanje

**Potrebni pripomočki:** 6 stožcev (3 pari), večja žoga, 2-3 nogometne žoge

**Predpriprava:** - 3 gole postavimo tako, da tvorijo trikotno igrišče  
- večjo žogo postavimo v sredino igrišča, nogometne žoge pa vsako pred en gol

### **Pred začetkom:**

Naredimo 2–3 ekipe (odisno od števila otrok).

Razložimo varnostna pravila.

### **Potek igre:**

V vsaki ekipi naj se igralci razdelijo v pare, ki se držijo za roke. Igralci se bodo gibali v parih.

Cilj igre je spraviti veliko žogo v katerikoli gol tako, da jo premikajo z brcanjem nogometnih žog.

Uporaba rok za premikanje katerekoli žoge ni dovoljena.

Veliko žogo lahko premikamo le s pomočjo nogometnih žog.

Ekipa ne sme doseči dveh zaporednih zadetkov v isti gol.



## KISLE KUMARICE

2.–5. razred						Ad, GI	S1
--------------	--	--	--	--	--	--------	----

**Velikost skupine:** 10–20  
**Primerna starost:** 2.–5. razred  
**Trajanje igre:** 15–20 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente baseballa (metanje, lovljenje, postavljanje v polju, tek po bazah in pozicijsko igranje), spodbujati sodelovanje in sporazumevanje, razvijati gibljivost

**Potrebni pripomočki:** žogice za tenis in 2 stožca za bazi



### Pred začetkom:

Stožca postavimo 6–9 metrov narazen in določimo dva otroke, da bosta metalca, vsak na svoji bazi.

Razložimo otrokom pravila igre, otroci pa naj pravila ponovijo.

Na kratko razložimo igri softball in baseball, ki ju učimo skozi to igro.

Demonstrirajmo igro z dvema prostovoljcema.

### Potek igre:

Otroci stojijo v ravni vrsti (lahko zarišemo prečno črto), na sredini med obema bazama. Metalca igro pričneta z metanjem in podajanjem žogice med seboj.

Po tretjem metu, otroci na sredini poskušajo steči proti eni od baz. Metalca si poskušata hitro podati žogico in metalec z žogico poskuša ujeti čim več tekajočih otrok. Tekачi so varni, če stojijo na mestu pri eni od baz.

Tekači štejejo, koliko razdalj bodo pretekli od ene do druge baze, ne da bi bili pri tem ujeti.

Tekač, ki je ujet trikrat, zamenja mesto z metalcem, ki ga je ujel.

### Dodatne možnosti:

Igro lahko izvedemo tudi z malo večjo penasto žogo, metalca pa lahko tekače ulovita tudi tako, da jih z metom žoge zadeneta. Za zadetek šteje le dotik žoge v telo pod pasom.

## BASEBALL

3.–6. razred

Ad, GI

S2

**Velikost skupine:** 4–20

**Primerna starost:** 3.–6. razred

**Trajanje igre:** 15 minut

**Cilj igre:** vaditi osnovne elemente baseballa, razvijati koordinacijo oči in rok, spodbujati sporazumevanje in sodelovanje v skupini, razvijati spretnosti z žogo in orientacijo v prostoru

**Potrebni pripomočki:** ena teniška žogica

**Predpriprava:** zunanje igrišče z veliko steno



### **Pred začetkom:**

Otroke razdelimo v dve ekipi. Prva ekipa napada in ima enega odbijalca, ostali pa stojijo na stranski črti.

Druga ekipa se brani. Njeni igralci se razpršijo po celotnem igrišču, ki se razprostira do stene.

Otroci naj bodo seznanjeni z mejami igrišča in naj vedo, da je cilj igre ujeti žogico tako, da se ta čim manjkrat odbije od tal.

Določimo meje igrišča.

### **Potek igre:**

Odbijalec ekipe v napadu vrže žogico v steno. V steno jo mora vreči nad črto, ki naj ne bo nižje kot 2 metra. (Višje je postavljena črta na steni, lažja je igra za nižje razredne stopnje, zato je smiselno črto postaviti vsaj 3 metre od tal ali več).

Ko se žogica odbije od tal, jo obrambna ekipa poskuša ujeti. Če ekipi uspe žogico ujeti, še preden se enkrat odbije od tal, je to "AVT". (se šteje kot ena točka).

Če jo ujamejo po enem odboju, je to "ENA", po dveh "DVE", po treh je "TRI", če pa se odbije štirikrat je to "HOMERUN" oz. "TEK DOMOV"!

Ker pri tej igri ni tekanja po bazah, se za "AVT" štejejo le žogice ujetje brez odboja od tal. Za doseganje točk je pomembno, da metalec predvideva, kje se bodo gibali lovilci v obrambi.

Odbojev, če/ko se žogica odbije od tal, izven meja igralne površine, ne štejemo. Štejemo le odboje znotraj meja igrišča.

### **Dodatne možnosti:**

Vključimo tek po bazah.

Dovolimo "dvojno igro" (dva avta), če obrambni igralec ujame žogico v zraku, ko se ta še ni odbila od tal in potem takoj vrže žogico svojemu soigralcu, ta pa jo ujame brez odboja od tal.





**NIJZ**

Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**

Trubarjeva 2  
1000 Ljubljana  
[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

*Priročnik,  
ki ga pravkar prebirate,  
je namenjen prav vam, ki se ukvarjate z otroki  
- pa naj bo to doma, v šoli, v vrtcu ali drugje.  
Želimo si, da ga uporabljate.  
Ko nimate prave ideje za zaposlitev otrok,  
sezite po njem, izberite igro  
in jim ponudite koristno zabavo v obliki telesne dejavnosti.  
Hvaležni vam ne bodo le otroci, temveč tudi »njihova telesa«,  
saj ta v obdobju bujne rasti in razvoja potrebujejo še posebej veliko gibanja.  
In kaj je lepšega, če to gibanje dosežemo z igro,  
kjer se otroci sprostijo, veselijo in družijo s sovrstniki.*



Ljubljana, 2014