

06.05.2020

WF

Maria Pisarczyk

Temat: Gry i zabawy rekreacyjne.

Dzisiaj proponuję Wam dwie zabawy w parach. Ważna jest w nich dobra współpraca i odpowiedzialność za drugą osobę. Ma być miło i bezpiecznie :)

Butelkowy slalom

Uważacie, że poruszanie się slalomem jest łatwe? To spróbujcie to zrobić z zawiązanymi oczami! Ta zabawa poprawia koncentrację, ćwiczy zapamiętywanie i koordynację ruchową. Gdy już popisałam się mądrymi słowami, opowiem Wam na czym polega! Zaczynacie od rozstawienia dwóch butelek po pokoju. Ćwiczący ma chwilę na przyjrzenie się i zapamiętanie gdzie stoją, po czym zawiązujecie mu oczy. Zadanie polega na przejściu w taki sposób, aby nie przewrócić żadnej z butelek. Druga osoba podpowiada jak się poruszać, żeby nie zawadzić o żaden mebel lub przeszkodę. Osoba, która nie strąci butelki, zdobywa punkt. Gdy uda mu się przejść poziom, dokładacie kolejną przeszkodę i tak do momentu, aż skończą Wam się w domu plastikowe butelki :)

Ogniwa

Potrzebne będą dwa kawałki sznurka bądź tasiemki o długości ok 100 - 120cm każdy. Na końcach zawiązujecie oczka takiej wielkości, żeby przeszła przez nie dłoń. Jedna osoba zakłada swój sznurek na nadgarstki, druga zakłada na jeden z nadgarstków, przekłada przez sznurek współwiczającego i zakłada na swój drugi nadgarstek. Proszę się nie śmiać z poniższej ściągawki, przecież nie każdy musi być Matejką ;)

Teraz trzeba wyplątać się z tych połączonych ogniów z zachowaniem dwóch zasad :

- nie wolno sznurka rozwiązać,
- nie wolno zdjąć pętelek z nadgarstków.

Można przez sznurki przechodzić, wymijać się, przeplatać, doprowadzając do ustawienia, gdzie każdy będzie miał swoje sznurki na nadgarstkach ale sznurki nie będą się krzyżować. Bawcie się dobrze i uważajcie na siebie i osobę z którą ćwiczycie :)

