

# **Основи спорта и физичко васпитање**

## **Елементарне игре - хваталице**

### **„Хваталица у ланцу“**

Могу да играју сва деца колико их има. Прво се обележи простор – као половина рукометног игралишта. Онда се два играча ухвате за руке и хватају остале. Они беже. Кога ловци додирну, тај је уловљен и тако ловаца постаје све више. Они трче у ланцу, држећи се за руке и лове остале. Ови беже, провлаче се кроз ланац, прескачу препреке. У ланцу смеју да лове само крајњи играчи слободним рукама. Ланац не сме да се прекида. Победник је оно дете које последње остане неуловљено.

### **„Борба за острво“**

Сва се деца поделе у две једнаку групе. Једна група запоседне острво (обележен простор или постављене две струњаче). Они чувају острво и држе се међу собом. Друга група напада на њих и рукама их потискује или вуче да би их одгурала са острва и тамо се настанила. Чуvari се не дају и једни другима помажу. И нападачи такође. Ако нападачи задрже острво, они га чувају а они који су изгубили острво сада нападају.

### **„Борба петлића“**

По два играча су петлићи и они са рукама на грудима скакућу на једној нози и гурају се, са циљем да противника натерају да стане на две ноге. Чим је један стао на обе ноге игра се завршава, његов противник је победник. Онда се скакуће на другој нози и игра се још једном понавља...

### **„Ледени чика“**

Хватање и залеђивање се врши појединачно. У ком положају се играч ухвати у тој пози остаје док, се не ухвати следећи. Када други буде ухваћен први залеђени преузима улогу хватача а, први хватач бежи. Варијанте: у паровима, са одлеђивањем ( прескакањем залеђеног играча или провалачењем кроз ноге).

### **„Освајање мараме“**

Сви ученици су подељени у две екипе које су постављене у две наспрамне врсте. Приликом распоређивања ученика у врсте, мора се водити рачуна да сваки ученик у једној врсти мора

имати наспрам себе пара у другој врсти. На средишњој линији повученој тачно између ове две врсте у центру постави се једна марама.

Сви ученици у врсти имају своје бројеве, то јест први наспрамни ученици у врсти носе број један, па два и тако редом. Учитељ на прескок узвикује бројеве (на пример: 6, 2, 9, 3, итд.), на шта пар ученика из супротних колона потрчи што брже ка месту где је марама не би ли је освојили за своју екипу. Ученик који први освоји мараму доноси својој екипи један поен. Циљ је да екипа сакупи што више поена путем освајања марама. Игра траје док се не прозову сви бројеви.

