

# Основи спорта и физичко васпитање

## Елементарне игре – хваталице

Елементарна игра „**Окамењени**“. Половина ученика која је означена хвата остале који беже у већем, али омеђеном простору. Ко бива ухваћен, мора одмах стати у месту као „окамењен“. Слободни играчи (који беже ) могу додиром да ослободе окамењене и они се поново враћају у игру. Играчи који хватају труде се да сачувају окамењене и да све што пре ухвате.

Игра „**У огледалу**“ Ученици су слободно распоређени по вежбалишту. Стоје у пару, један наспрам другог на растојању 1м. Један ученик изводи различите поскоке, а други је „огледало“ и све понавља. На знак наставника улоге се мењају.

Елементарна игра „**Варање**“ – Сви ученици се изделе у две мешовите и једнак бројне групе, које стану у врсте једна наспрам друге, удаљене око 10 м. Један играч из једне екипе, кога одреди учитељ, прилази другој екипи, чији играчи стоје са напред испруженим длановима и спремни за старт. „Варалица“ иде од једног до другог дуж врсте и завањава их као да ће их ударити по длану. После неколико варања удари једног противничког играча по длану и бежи назад иза своје црте док га овај јури. Ако га стигне и дотакне, води га као заробљеника у своју екипу, у супротном, он постаје заробљеник „варалице“. Екипе наизменично шаљу „варалице“ а на крају се преброје заробљеници; побеђује екипа која има **више** заробљеника.

– Елементарна игра „**Поплава-авиони**“ – Сви ученици слободно трче по омеђеном простору за вежбање. На узвик наставника „авиони“. сви истог трена стану и што брже могу подвуку се под неку справу/објекат (или чучну или легну, како се договори), на знак „опасност прошла“ наставе са трчањем. На узвик „поплава“, сви што брже могу попну се или дођу увис на неку справу/објекат (да побегну од надоласеће „поплаве“),

-Елементарна игра „**Нађи кућу**“ – Ученици се поделе у више група – колоне које стану паралелно иза црте.Испред сваке колоне на удаљености од 6 – 8 м нацрта се по један круг пречника око 50 цм.Први у колонама добро осмотре у ком правцу и на којој удаљености су кругови.Затим, на знак наставника, затворе очи, ( или им се вежу очи ), подигну главу и ходом иду до круга.Кад мисле да су стигли у круг, стану и чучну.На дати знак отварају очи да провере да ли су успели.Успех доноси њиховој колони један поен.

– Елементарна игра „**Такмичење у скидању и облачењу**“ – Сви ученици се по деле у две врсте, које стоје лицем окренуте једна ка другој и на 2-3 м растојања. На дати знак сви ученици треба најбрже што могу да изују патике и сложе их у пар испред својих ногу. Побеђује врста у којој сви то брже ураде. Сада на дати знак брзо обувају патике. Исто са скидањем и облачењем мајица.

