

GRY I ZABAWY PODWÓRKOWE, czyli jak bawili się moi rodzice?



SPIS TREŚCI



- Zamiast wstępu
- Gra w klasy
- Gra w gumę
- Skakanka
- Gra w kapsle
- Gra w państwa
- Gra w chowanego
- Gra w zbijaka
- Podchody
- Baza
- Na zakończenie



ZAMIAST WSTĘPU

Czy zastanawialiście się kiedyś, w co się bawili Wasi rodzice? Tak, to prawda, choć ciężko w to uwierzyć, Oni też byli kiedyś dziećmi ;) No więc, jak spędzali czas? W co grali? Pamiętajcie, nie mieli smartfonów ani swobodnego dostępu do Internetu!

Większość gier i zabaw odbywała się na świeżym powietrzu. Dzieciaki oblegały podwórka, boiska szkolne i place zabaw. Piłka, skakanka, kawałek gumy do skakania, trochę kapsli czy kreda - gwarantowały dobrą zabawę na wiele godzin.

Proponujemy Wam przenieść się w czasie do dzieciństwa Waszych rodziców, a może zaprosicie Ich na tę wycieczkę i do wspólnej zabawy?



GRA W KLASY - INACZEJ W "CHŁOPKA"

Do zabawy będzie potrzebna kreda, kamyk, kawałek chodnika lub asfaltowej ścieżki w bezpiecznym miejscu i kilkoro dzieci.

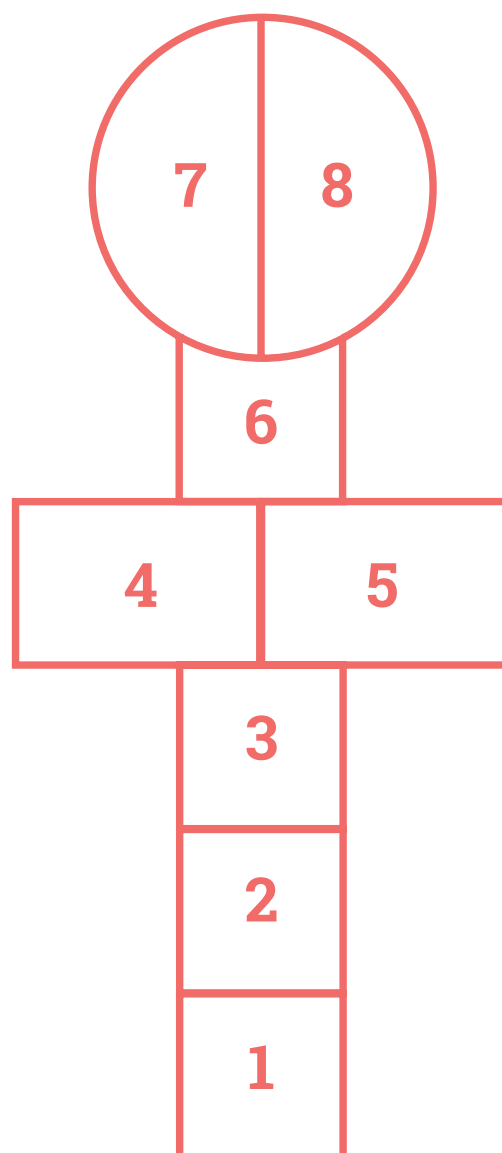
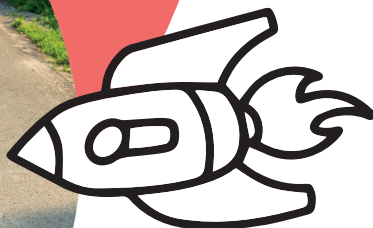
Zasady:

Narysuj kredą na chodniku pola do gry i ponumeruj je od 1-8 (poniżej znajdziesz rysunek, jak to zrobić).

Rozpocznij grę. Rzuć kamykiem na pole z nr 1. Pamiętaj, że kamyk nie może wypaść poza pierwsze pole, bo inaczej stracisz kolejkę. Następnie skakaj na jednej nodze w taki sposób, aby nie nadepnąć na żadną z narysowanych linii.

Ponownie rzuć kamykiem na pole nr 2 itd. Wygrywa ten gracz, który bezbłędnie przeskoczy wszystkie pola.

Istnieje wiele odmian tej zabawy. Grę można sobie utrudniać po każdej rundzie np. na początku skaczemy obunóż, a potem na jednej nodze.



SKAKANKA

Przeskakiwanie przez skakankę

Do zabawy wykorzystaj długi sznur lub kilka związanych ze sobą skakanek. Minimalna liczba graczy to trzy osoby, ale wiadomo - im więcej dzieci, tym lepsza zabawa!

Zasady:

Dwie osoby trzymają skakankę i kręcą nią, a pozostałe dzieci skaczą. Ważne, by kręcenie skakanką odbywało się w jednym rytmie. Dzieci wskakują kolejno i skaczą przez skakankę, a następnie wyskakują i ustawiają się na końcu kolejki do skakania. Ta osoba, która skusi - zamienia się miejscami z kręcącym.

Szczur

Do zabawy będzie potrzebna długa skakanka, sporo miejsca dla "kręcącego" i co najmniej dwoje dzieci, największa radość jest jednak wtedy, kiedy można grać dużą grupą.

Zasady:

Jedno dziecko - "kręcący" ustawia się na środku, robi sobie miejsce i kręci się dookoła ze skakanką trzymaną za jeden koniec, w taki sposób by skakanka poruszała się po ziemi lub tuż nad ziemią. Pozostałe dzieci ustawiają się dookoła "kręcącego" i mają za zadanie przeskoczyć wirującą skakankę.

Kto nadepnie na skakankę (skusi), wypada z gry i zmienia się z osobą, która kręci skakanką. Drugi wariant tej zabawy - dziecko, które "skusi", całkiem odpada z gry, usuwa się na bok. Zabawa kończy się wówczas, kiedy zostanie jedna osoba. Zwycięzca zostaje "nowym szczurem" i gra rozpoczyna się na nowo.



GRA W KAPSLE INACZEJ W "WYŚCIG POKOJU"

Do zabawy będą potrzebne kolorowe, metalowe kapsle po napojach - mogą być wyklejane plasteliną, dla lepszego dociążenia lub mieć wewnątrz wklejone obrazki z flagami państw. Do "wyścigu" potrzebnych będzie co najmniej dwóch zawodników.

Zasady:

Przygotujemy tor dla kapsli, możemy go narysować kredą na chodniku lub patykami na miękkiej ziemi. Musimy określić początek trasy - START i koniec - META. Im bardziej skomplikowana, dłuższa i wyboista trasa, tym lepsza zabawa gwarantowana.

Uczestnicy "wyścigu pokoju" pstrykają swoje kapsle na zmianę. Jeżeli kapsel wypadnie z trasy, zawodnik musi zacząć wyścig od nowa. Wygrywa ten, który pierwszy przekroczy linię METY!

GRA W PAŃSTWA INACZEJ W "WOJNĘ"

Do zabawy będzie potrzebny scyzoryk lub harcerska finka, bezpieczna przestrzeń z kawałkiem ubitej ziemi i co najmniej dwóch grających.

Zasady:

Narysuj patykami duże koło na ziemi. Wielkość koła będzie zależała od ilości graczy, im więcej dzieci, tym koło powinno być większe. Podziel koło na równe części, tak by każdy z grających miał swoje terytorium - państwo.

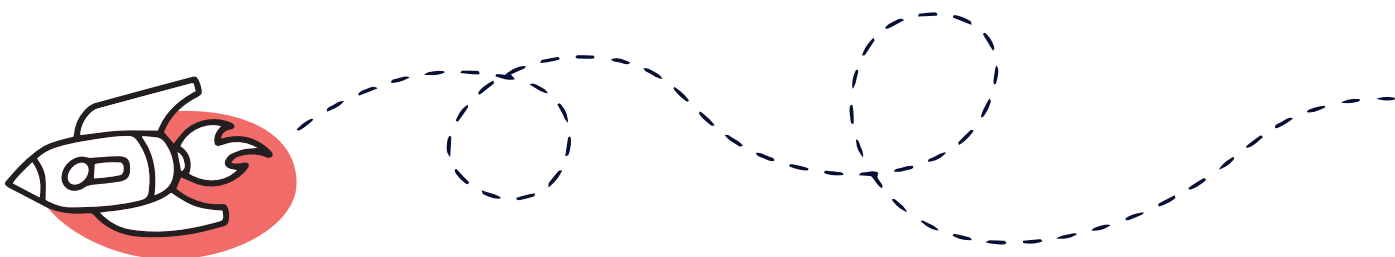
Osoba, która zaczyna (może być wskazana po dowolnej wyliczance) staje na swoim Państwie, wypowiada wojnę przeciwnikowi i rzuca scyzorykiem w jego terytorium. Dziecko z państwa, któremu wypowiedziano wojnę, musi zejść ze swojego pola i stanąć obok koła.

Jeśli scyzoryk wbije się w ziemię, wypowiadający wojnę rysuje linię wzdłuż wbitego ostrza przez całe pole, "kroi" państwo przeciwnika i zajmuje zdobyty teren.

Jeśli podczas rzutu w pole zaatakowanego terytorium nóż się nie wbije albo wbije się w inne państwo, gracz traci rzut i kolejka przechodzi na przeciwnika albo na kolejnego uczestnika gry według ustalonej kolejności.

Grę przegrywa ta osoba, której stopy w momencie oddawania rzutu wykraczają poza teren własnego państwa.

Zwycięzcą zostaje to dziecko, które zostało jako ostatnie w grze i "zagarnęło" cały teren okręgu.



GRA W CHOWANEGO

Do zabawy będzie potrzebna przestrzeń, gdzie można się schować - park, plac zabaw itp. i najlepiej grupka dzieci.

Gra polega na tym, aby odnaleźć dzieci, które się ukryły i "zaklepać" w miejscu, w którym się liczyło.

Zasady:

Wyznaczone dziecko jest "szukającym". Zastania oczy i odlicza - najczęściej do 10/ 20 (jak się umówiliśmy) tak, by reszta dzieci miała czas, aby się schować. Szukający wyznacza "budkę" - miejsce, gdzie będzie "zaklepywał" odnalezione osoby. Może to być pień drzewa, domek na placu zabaw czy ściana budynku.

Zabawa ma wiele wariantów, w jednym z nich dziecko, które szuka, używa wyliczanki:

Pałka, zapałka, dwa kije,
Kto się nie schowa ten kryje
Pałka, zapałka, dwa kije,
Kto się nie schowa ten kryje:
Uwaga! Liczę do dziesięciu!
Raz, dwa, trzy, ... dziesięć.
Szukam!!!

Kiedy szukający skończy liczyć, zaczyna szukać. Jeżeli za bardzo oddalił się od "budki", dzieci, które się schowały, zaczynają wychodzić ze swoich kryjówek, aby jak najszybciej dobiec do "budki" (przed szukającym) i "zaklepać się" - "raz, dwa, trzy za siebie".

Jeśli "szukający" zobaczy kogoś i zdąży dobiec do budki, krzyczy wówczas: "raz, dwa, trzy i imię osoby, którą zobaczył" itp.

Gra toczy się tak długo, aż wszystkie dzieci zostaną odnalezione przez "szukającego" lub zaklepią się same. Dziecko, które jako pierwsze zostało znalezione - zostaje "kryjącym" w następnej rundzie.



GRA W ZBIJAKA INACZEJ "W DWA OGNIE"

Do zabawy będzie potrzebny spory teren (typu polana lub boisko) i dwie drużyny graczy (minimalna liczba uczestników to cztery osoby, ale żeby zabawa była udana potrzeba dużo więcej - optymalnie 8-12 osób).

Zasady:

Dzieci dzielimy na dwie drużyny. Każda z drużyn będzie miała swojego lidera, zwanego matką. Boisko dzielimy na dwie równe części, tak by każda z drużyn miała własne pole.

Matki zajmują miejsce poza wyznaczonym polem - za drużyną przeciwnika. Zabawa polega na tym, aby matka zbijała dzieci (zbity = trafiony piłką) z przeciwnej drużyny.

Jeśli któreś z dzieci złapie piłkę trzy razy z rzędu, zyskuje dodatkowe życie! Wygrywa ta drużyna, której członek zostanie zbity jako ostatni.



PODCHODY

Do zabawy będzie potrzebna duża przestrzeń - typu park. Ustalania trasy (początek START i końcowy przystanek - META). Gra polega na szukaniu jednej grupy dzieci przez drugą po zostawionych znakach i śladach.

Zasady:

Uczestników zabawy dzielimy na dwie grupy. Grupa, która ucieka zostawia po drodze ślady, wskazówki i zadania do wykonania. Można zostawiać namalowane kredą strzałki lub ułożone z patyków, zadania spisane na kartkach lub w formie listu. Zszyfrowane wiadomości w zagadkach. Grupa pościgowa ma za zadanie rozwiązać wszystkie zadania i złapać uciekinierów, zanim dotrą do wyznaczonego miejsca - METY.

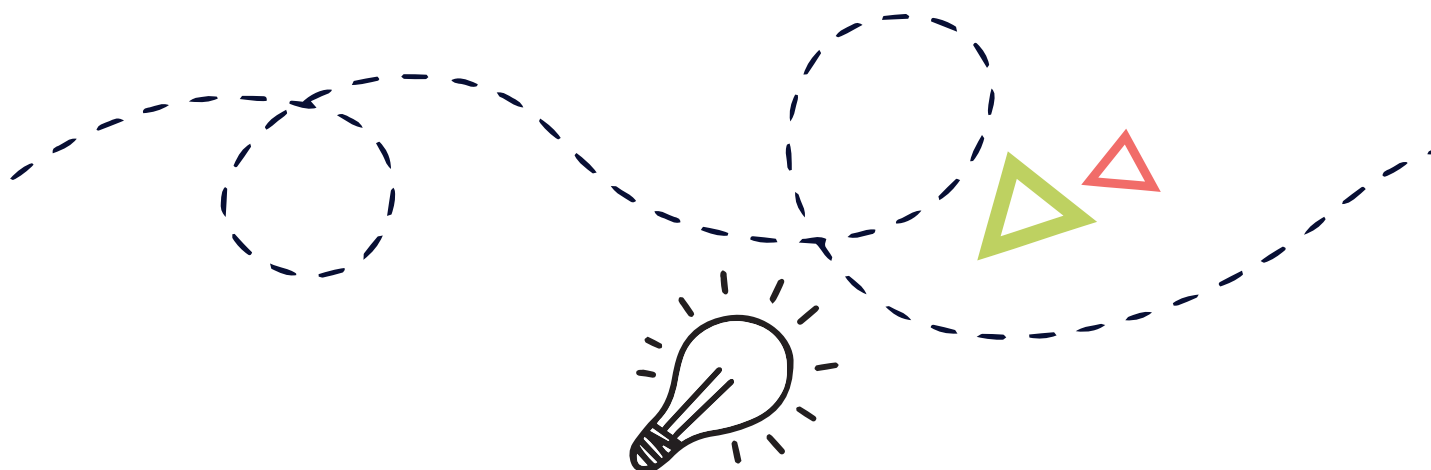
Pomiędzy startem obu grup ustalamy różnicę czasu startu, tak by umożliwić pogoń. Drużyna uciekinierów wygrywa, kiedy wszystkie wymyślone przez nich zadania nie zostały rozwiązane, natomiast grupa goniących wygrywa, kiedy złapie drużynę uciekającą przed dotarciem do mety.

BAZA

Do zabawy potrzebny będzie koc, deski lub gałęzie. W zasadzie wszystko, z czego można zbudować przytulne lokum. Młodsze dzieci będą także potrzebowały pomocy dorosłych, by konstrukcja bazy była stabilna.

Baza to magiczne miejsce, gdzie można się zaszyć z książką lub zaprosić przyjaciół na planszówkę. Zabrać ulubione przekąski i napoje i przesiadywać godzinami, a nawet nocować w gorące letnie noce.

Bazę najlepiej zbudować przy drzewie, by wzmocnić konstrukcję. Do tego kilka kocy, miękkie poduszki, mata na podłogę i gotowe!



KILKA SŁÓW NA ZAKOŃCZENIE

Czy nie uważacie, że dzieciństwo Waszych rodziców było bez troski i wspaniałe? Godzinami przesiadywali na dworze, uczyli się współdziałania i pielęgowali przyjaźnie.

Pamiętajcie! Zabawy na świeżym powietrzu, kontakt z naturą pomagają nam się wyciszyć, relaksują, poprawiają naszą sprawność. Wysiłek fizyczny powoduje produkcję endorfin - hormonu szczęścia. Dajcie się porwać zaproponowanym przez nas zabawom, zaprosicie do gry rodziców. Mamy nadzieję, że spędzicie cudowne, wspólne chwile!

