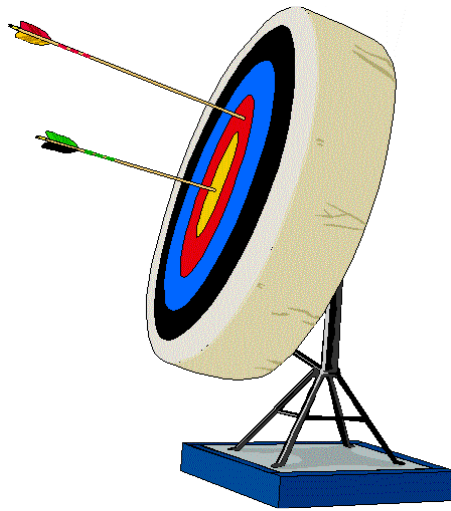


# ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

[www.e-daskalos.gr](http://www.e-daskalos.gr)



**1.Σκυταλοδρομία απλή**

**2.Σκυταλοδρομία 3<sup>ον</sup>** παικτών, πιασμένοι αγκαζέ, ο μεσαίος ανάποδα.

**3.Αγώνας δρόμου** με τα τέσσερα προς τα πίσω.

**4.Αγώνας δρόμου κουτσό.**

**5.Αγώνας δρόμου ανά 2,** πλάτη με πλάτη, πιασμένοι με τους αγκώνες.

**6.Αγώνας δρόμου με τούβλα** (βλ. παιχνίδι τραπεζαρίας νούμερο 39.).

**7. Το σκοινί:** δυο ομάδες τραβούν ένα χοντρό σκοινί προς τη μεριά τους η κάθε μια. Ανάμεσά τους υπάρχει μια γραμμή, όποια ομάδα την περάσει χάνει.

**8.Αγώνας δρόμου σε σακιά:** Οι παίκτες μπαίνουν μέσα σε σακιά και τρέχουν με μικρά άλματα.

**9.Όποιος προφτάσει!!** Τοποθετούμε διάφορα αντικείμενα στο έδαφος, διπλάσια από τους παίκτες μείον ένα. Δεξιά και αριστερά χαράσσουμε δυο γραμμές, εκκίνησης και τερματισμού. Οι παίκτες ( 3 περίπου από κάθε ομάδα ) τρέχουν απ' τη γραμμή εκκίνησης, παίρνουν 1 αντικείμενο μαζί τους, φτάνουν στη γραμμή τερματισμού, επιστρέφουν και παίρνουν άλλο 1 αν δεν τον έχει προλάβει κανένας άλλος. Όποιος δεν προλάβει να μαζέψει δεύτερο αντικείμενο βγαίνει εκτός. Αφαιρούμε 2 αντικείμενα και επαναλαμβάνουμε το παιχνίδι μέχρι να μείνει ένας.

**10.Κινητός στόχος:**(Υλικό: 6 μπαλάκια τένις και μια μπάλα βόλεϊ ή ποδοσφαίρου ). Στη μέση μπαίνει η μπάλα, δεξιά και

αριστερά πίσω από χαραγμένες γραμμές, 2 ομάδες με 3 παίκτες η κάθε ομάδα. Ο καθένας έχει ένα μπαλάκι και προσπαθεί να χτυπάει τη μπάλα μέχρι να περάσει την γραμμή της αντίπαλης ομάδας.

**11.Τούνελ:**Κάθε ομάδα στέκεται παρατεταγμένη στη σειρά. Οι παίκτες ανοίγουν τα πόδια τους. Ο πρώτος με το σύνθημα πετά την μπάλα προς τα πίσω, κάτω από τα πόδια. Όλοι βοηθούν στην προώθηση της ως τον τελευταίο. Αυτός την αρπάζει και τρέχει στην αρχή της σειράς και πετάει πάλι την μπάλα. Νικήτρια όποια ομάδα κάνει ένα γύρο πρώτη. (ο αριθμός των παικτών στη κάθε ομάδα πρέπει να είναι ίδιος) .

**12.Το μαντήλι της ουράς:** Οι παίκτες κάθε ομάδας κρατούν σφιχτά τον προηγούμενο τους από τη μέση. Στη ζώνη του τελευταίου κάθε ομάδας είναι ένα μαντήλι. Ο πρώτος κάθε ομάδας προσπαθεί να πάρει το μαντήλι από τον τελευταίο των άλλων ομάδων χωρίς να διαλυθεί η γραμμή.

**13.Σαρανταποδαρούσα:** Οι παίκτες κάθε ομάδας μπαίνουν στη γραμμή λυγίζοντας τα γόνατα. Πιάνουν ο καθένας τους αστραγάλους του προηγούμενου του. Με το σύνθημα ξεκινούν, η ομάδα που θα φτάσει πρώτη στον τερματισμό και δεν διαλυθεί, κερδίζει.

**14.Οι απολιθωμένοι:** Παίζεται με δύο ομάδες. Η πρώτη ομάδα κυνηγά την δεύτερη μέσα σε ορισμένο χώρο (π.χ. το γήπεδο ). Όταν ένας παίκτης της πρώτης ακουμπήσει έναν της δεύτερης, αυτός μένει απολιθωμένος ( ακίνητος ) μέχρι να τον ελευθερώσει ένας συμπαίκτης ακουμπώντας τον. Νικά η πρώτη ομάδα αν σε ορισμένο χρόνο απολιθώσει όλους τους αντιπάλους.

**15.Σεισμός:** Οι παίκτες όλοι σχηματίζουν έναν κύκλο. Στη μέση στέκεται ο υπεύθυνος, με ένα σκοινί στο χέρι στην άκρη του οποίου είναι δεμένη μια μπάλα από κουρέλια. Αρχίζει να γυρίζει τη μπάλα αφήνοντας σταδιακά σκοινί μέχρι να φτάσει στο πόδια των παικτών. Αυτοί πρέπει να πηδούν για να περνά η μπάλα κάτω από τα πόδια τους. Όποιος δεν προλάβει να πηδήξει και τον χτυπήσει η μπάλα βγαίνει εκτός παιχνιδιού. Νικητής όποιος μείνει τελευταίος.

### **16.Τα μήλα.**

**17.Το μαντήλι:** Δυο ομάδες παρατάσσονται παράλληλα, απέναντι-απέναντι. Στο μέσον της ενδιάμεσης απόστασης τοποθετούμε ένα μαντήλι. Δημιουργούμε ζευγάρια που αποτελούνται από παίκτες διαφορετικής ομάδας και τα αριθμούμε με τη σειρά από το 1 μέχρι το 10. Έτσι τελικά κάθε παίκτης έχει απέναντί του το ζευγάρι του. Ένας ομαδάρχης φωνάζει νούμερα που έχουν τα ζευγάρια. Τότε πρέπει οι παίκτες που έχουν αυτά τα νούμερα να τρέξουν στο μαντήλι με σκοπό να το φέρουν στην ομάδα τους και να της χαρίσουν 20 βαθμούς. Αν όμως το παιδί που έχει το ίδιο νούμερο με αυτόν που κρατά το μαντήλι από την αντίπαλη, δηλαδή το ζευγάρι του κατορθώσει και τον ακουμπήσει πριν προλάβει να φέρει το μαντήλι, τότε τους 20 βαθμούς τους παίρνει η αντίπαλη ομάδα. Το μαντήλι τοποθετείτε πάλι στο κέντρο και ο ομαδάρχης φωνάζει άλλο ή άλλα νούμερα.

**Προσοχή** τον παίκτη που κρατά το μαντήλι μπορεί να τον σταματήσει μόνο ο άλλος του ζευγαριού του.

### **18.Αμπάριζα.**

### **19.Αγώνες ταχύτητας στη θάλασσα.**

### **20. Παιχνίδι του δάσους.**

**21. Το παιχνίδι των σταθμών:** Έχουμε έναν αριθμό σταθμών στους οποίους φτάνουν με την σειρά οι ομάδες. Σε κάθε σταθμό η ομάδα έχει να εκτελέσει μια διαφορετική αποστολή, σε περιορισμένο χρόνο. Έτσι μόλις σφυρίζει ο αρχηγός, που βρίσκεται στη μέση της κατασκήνωσης, οι ομάδες ξεκινάνε από έναν σταθμό εκτελούν την αποστολή τους όσο πιο γρήγορα γίνεται και περιμένουν να ακούσουν το σύνθημα από τον αρχηγό για να τρέξουν στον επόμενο σταθμό, που θα τους τον έχει υποδείξει ο ομαδάρχης του σταθμού που βρίσκονται. Προσοχή όμως ο ομαδάρχης δεν βοηθάει, σημειώνει την βαθμολογία που κέρδισε η ομάδα και σημειώνει τυχών παρατηρήσεις για ανάρμοστη συμπεριφορά, αντιαθλητικό πνεύμα η οτιδήποτε άλλο.

*Μερικοί σταθμοί θα μπορούσαν να είναι:*

1. Ελεύθερες βολές στο μπάσκετ
2. Σουτ από απόσταση μεγάλη για να μπει γκολ
3. Σουτ από κοντινότερη απόσταση για να πετύχουν το δοκάρι
4. Αναγνώριση τόπων μέσα από φωτογραφίες γνωστών μνημείων
5. Αναγνώριση αντικειμένων δια της αφής μόνο(με το χέρι για παράδειγμα μέσα σε έναν κλειστό σάκο με πράγματα).
6. Φύσημα στο αλεύρι
7. Αναφορά όσο το δυνατόν περισσότερων λέξεων από ένα άτομο μέσα σε ένα λεπτό.
8. Απομνημόνευση αντικειμένων, σε 45 δευτερόλεπτα, που βρίσκονται σε ένα δίσκο, και μετά την απόκρυψή τους η ομάδα προσπαθεί να τα θυμηθεί λέγοντάς τα στον ομαδάρχη.
9. Ερωτήσεις γνώσεων οι ίδιες πάντα για λόγους δικαιοσύνης
10. Κάποιο παιχνίδι σκοποβολής

**ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ:** ΟΙ ΟΜΑΔΑΡΧΕΣ ΝΑ ΦΡΟΝΤΙΖΟΥΝ ΝΑ ΠΑΙΖΟΥΝ ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΚΑΙ ΟΧΙ ΜΟΝΟ ΤΑ ΠΙΟ ΙΚΑΝΑ ΑΠΟ ΑΥΤΕΣ – ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΕΚΛΟΓΗ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΥ ΠΟΥ ΚΑΙ ΠΑΛΛΙ ΔΡΑ ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΚΟΙΝΗ ΑΠΟΦΑΣΗ.

**[www.e-daskalos.gr](http://www.e-daskalos.gr)**