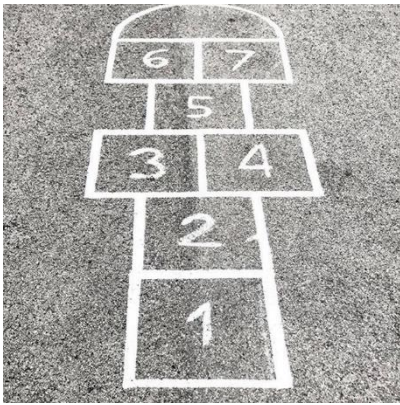


## **IGRE PRETEKLOSTI, KI SE JIH LAHKO IGRAMO DOMA ALI NA DVORIŠČU**

Igre, ki so se jih igrali tvoji starši in stari starši. Stare starše lahko pokličeš po telefonu in jih povprašaš kaj so se oni igrali, ko so bili otroci. Tukaj pa je nekaj predlogov iger iz preteklosti:

### **RISTANC**

Ristanc je igra, pri kateri na oštevilčena in označena igralna polja mečeš kamenček in izmenično po eni ali dveh nogah skačeš ponj. Ko kamenček "varno prineseš" domov, lahko nadaljuješ z metom na naslednje oštevilčeno polje. Vsakič moraš pravilno po eni ali dveh nogah premagati vsa igralna polja v obe smeri. Igralno polje za ristanc si lahko pripraviš tudi v svoji sobi. Zabavna igra poskrbi, da se tudi malo razmigamo, razvijamo koordinacijo in ravnotežje. Mami in očija prosi za lepilni trak (najbolje barvnega ali ličarskega) in polja nariši z njim. Namesto kamenčka uporabi mehkejšo žogo, ki se ne odbije ali plastičen pokrovček od plastenke.



### **Talna igra POLŽ**

Preprosta igra, katero se lahko igra kot posameznik ali v skupini. V enega od prostorov s kvadratnimi številkami se vrže kamen, otrok ga pobere s skokom na kvadratke. Stopnjo težavnosti lahko prilagodimo glede na starost otrok. Starejši otroci lahko skačejo in pobirajo kamenček samo na eni nogi. Ta fizična igra omogoča otrokom, da vadijo ravnotežje in izboljšajo svoje [motorične sposobnosti](#).



### **ZEMLJO KRAST**

Otroci narišejo najprej majhen krog-sonce in okoli njega velik krog-svet in označijo svoje države. Potrebujemo tudi palčko.

Pravila igre: Igra se začne tako, da palčko postavijo v sonce in tisti, ki mu je palčka padla na njegovo ozemlje začne igro tako, da zakliče NAPADAM, NAPADAM GRČIJO (ali katerokoli drugo napisano državo) in vrže palčko na ozemlje Grčije. Otroci se medtem razbežijo. Igralec, ki ima v lasti Grčijo hitro stopi na palčko in zakliče stop. Vsi obstanejo, 'Grk' pa pobere palčko in se sprehodi po črtah sveta in s palčko zadane najbližjega. Če ga zadane, mu lahko ukrade zemljo. Z nogami mora stati na mestu – na svoji zemlji. Znotraj tega, kar zariše, vpiše ime svoje države. Če pri metanju palice zgreši soigralca, se vlogi zamenjata. Palico meče tisti, ki ga prejšnji igralec zadane. Zmaga pa tisti, ki nakrade največ. :)



## ŠLIK ŠLAK ŠLOK

Pripomoček: Elastika za gumitvist

Pravila igre: Dva igralca se postavita eden nasproti drugega in držita elastiko z obema rokama. Izgovarjata besede *ŠLIK ŠLAK ŠLOK*, *NAJ BO PIKA ALI STOP* in istočasno prepletata elastiko. Ko je tretji igralec pripravljen, reče stop, nasprotna igralca pa roke obrneta v horizontalni položaj in obmirujeta. Igralec mora zlesti skozi elastiko, in sicer tako, da se je ne dotakne. Če se jo dotakne, se zamenja z enim izmed igralcev. Igra spodbuja: Spretnost, gibljivost, smeh, veselje



## GUMITVIST

**Pripomočki:** elastika

**Priprava:** Dva naj za začetek stopita v krog in nategneta elastiko; začneta pri gležnjih. Če si sam si lahko pomagaš z dvema stoli preko katerih napneš elastiko.

**Pravila igre:** če se igro igrajo trije igralci, dva gumitvist držita, eden pa skače. Ko igralec, ki skače, uspešno opravi nalogo, se igra oteži. Če mu naloge ne uspe opraviti, naredi napako in je tako »fuč«, ga zamenja eden od igralcev, ki drži gumitvist. Če se otroci gumitvist igrajo v parih, se lahko dogovorijo tudi za popravljanje. Tako tisti od para, ki je nalogo uspešno končal, lahko popravi napako svojega soigralca. Stopnje v igri so razporejene od lažje k težji:

1. V osnovni postavitvi, v kateri stojimo v razkoračeni stoji, imamo lahko tudi do deset stopenj: višina pri gležnjih, pod kolena, nad kolena, pod zadnjico, v pasu, pod pazduho, ob vratu, z rokami v višini vrha glave, nekateri pa se igrajo celo še višje, tako da roke še malo iztegnejo nad glavo. Pri višinah, višjih od pasu, se igralci običajno dogovorijo, da se sme gumitvist tudi nižati z roko.  
Kako bomo skakali, pa ne določamo le z višino gumitvista. Pomembno je tudi, kakšen je razmak med obema elastikama.
2. Pri drugi stopnji imata otroka, ki držita gumitvist, nogi skupaj, pri višini gumitvista, višji od kolena, pa se otrok, ki drži gumitvist, rahlo zasuče, tako da stoji pod kotom 45 stopinj glede na osnovno postavitev.
3. Pri tretji stopnji je gumitvist zataknen le okrog ene noge oziroma se ga drži tako, da so igralci obrnjeni za 90 stopinj glede na začetni položaj, torej čisto postrani.
4. Najtežja stopnja je tista, pri kateri otroka, ki držita gumitvist, z rokami elastiko enakomerno tudi treseta, tako da ta ves čas valovi.

Variacije iger so od kraja do kraja zelo različne, tule je le ena najbolj znanih, gotovo se je spomnite:

recitiramo in skačemo:

USA (Skočiš z vsako nogo na eno stran ene elastike.)

USA (Skočiš sonožno, tako da imaš med nogami drugo elastiko.)

USA (Ponoviš prvi USA.)

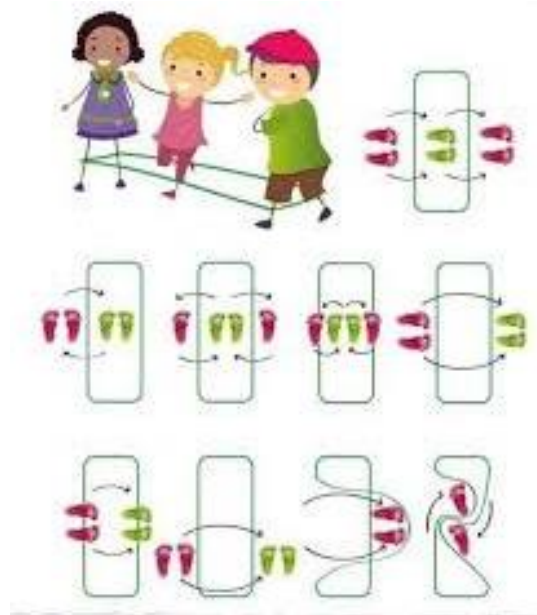
SA (Ponoviš drugi USA.)

PIPI (Sonožno skočiš na sredino med obe elastiki.)

DUGA (Sonožno skočiš tako, da imaš obe elastiki med nogami.)

ČARA (Z obema elastikama med nogami skočiš tako, da se obrneš za 180 stopinj, gumitvist je ovit okrog nog.)

PA (Skočiš nazaj na izhodišče zunaj obeh elastik, nogi v zraku odpleteš.)







## **LETI LETI**

**Pripomočki:** Roke

**Pravila igre:** Stojimo okoli mize. Na rob mize položimo kazalce desne in leve roke. Določimo vodjo igre, ki tapka po mizi in govori *LETI, LETI, LETI*, pri tem pa kazalca izmenično dviguje in spušča. Ostali sodelujoči tapkajo za vodjo in pozorno poslušajo. Vodja igre ponavlja *LETI, LETI, LETI* in pri tem navaja različne predmete, živali, osebe, ki letijo. Vsakič, ko izgovori predmet, stvar, osebo, žival, ki leti, vsi dvignejo kazalce. Naenkrat reče npr. *LETI, LETI, MAČKA* in dvigne kazalca. Tisti, ki so pozorno poslušali, so kazalce pustili na mizi, saj mačka seveda ne leti in so se napačno odzvali. Tistim, ki so se zmotili, določimo kazen, npr. pet poskokov, itn.



## TOPLO-HLADNO

**Pravila igre:** Nekoga pošljemo v drug prostor medtem pa skrijemo poljuben predmet nekje v prostoru. Ko pride nazaj v prostor, ga usmerjamo z besedami TOPLO (če je blizu skritega predmetu) VROČE (če je zelo blizu predmeta), HLADNO (če se oddaljuje), MRZLO (če je zelo daleč stran od skritega predmeta).

### Skrivalnice

**Pravila:** Igro se igrata dva ali več igralcev. Iskalec miži in šteje do dogovorjenega števila, medtem se ostali skrijejo. Ko iskalec konča s štetjem, začne iskati skrite otroke ali starše in ko katerega zagleda, teče do mesta, kjer je mižal, udari po njem in ga "pofočka" z vzklikom: pofočka drug igralec in s tem mora iskalec igro z mižanjem ponoviti. Če mu uspe pofočkati vse igralce, naslednji miži prvi, ki ga je pofočkal.

**Potrebujemo:** Dovolj velik in varen prostor ter najmanj dva igralca.

