



Netradiční pohybové hry

Popcorn

Popis hry:
Podlaha místnosti představuje horký varič na tvorbu popcornu. Kuchař/ka ho stále víc rozpáluje. Hráči představují popcorn a začínají všude divoce „nadskakovat“. Když je poskakování moc, nalije kuchař/ka na popcorn džus (jako). Kdo se nyní navzájem přilepí se. Hra končí. Nakor ze všech hráčů vytvoří jed a slepená koule.
A popcorn můžeme



Mravenci

Popis hry:
Mravenci, když se setkají, navážou kontakt tykadly. Hráči běhají v rámci vymezeného území křížem krážem a při každém setkání se zdraví dotekem. Jako pozdrav se může použít: plácnutí dlaní, klepnutí na rameno nebo záda, dotek nohama atd.



Atomy

Popis hry:
Všichni hráči zmateně pobíhají sem a tam. Pedagog zvolí nějaké číslo, např. „4 atomy“. Hráči se musí po čtyřech chytit za ruce a vytvořit skupinku. Kdo zbude, je vyřazen. Hra končí, jakmile zbydou jen dva hráči.



Pomůcky: žádné

Mumie

Popis hry:
Děti si stoupnou do dvojice a na povel „Start!“ začne jedno dítě druhé omotávat toaletním papírem od hlavy k patě. „Mumii“ smí být vidět jen oči, pusa a nos, jinak musí být vše omotané. Kdo jako první svou „mumii“ zabalí, vyhrává.



Pomůcky: žádné



Děkuji za zakoupení materiálu. Věřím, že Vám i dětem udělá velikou radost !



POVOLENO

- Využití materiálu nekomerčně pro své vlastní potřeby (ve třídě se žáky, domácí vzdělávání, doučování...).
- Materiál se může dětem poskytovat pouze v tištěné podobě.
- Je dovoleno pořizovat kopie v případě pracovních listů.

ZAKÁZÁNO

- Poskytování materiálu dalším osobám.
- Sdílení, kopírování, rozesílání materiálu.
- Využívání materiálu ke komerčním účelům.

*DĚKUJI ZA
POCHOPENÍ!*

Metodika

? Zásobník her obsahuje **25 NETRADIČNÍCH HER**. *Například : Atomy, Dotýkáná, Popcorn, Automyčka, Tabu cvik, Hledáček, Masáž míčkem*

👍 **ZÁBAVA JE ROZHODNĚ ZARUČENA**

Co soubor obsahuje?

👍 Průvodní list

👍 2 Karty s obsahem + pomůcky, které je nutné si připravit

👍 Soubor obsahuje **25 pohybových her**.

Na každé kartě najdete: popis hry a pomůcky, které je potřeba si připravit

Jak se souborem pracovat?

👍 **Mé doporučení:**

☐ Karty je dobré vytisknout 🖨, rozstříhat ✂, zalaminovat.

☐ ? **Hotové karty můžete rozprostřít**, otočit je textem dolů a děti si náhodnou kartu vyberou, poté mohou hrát.

☐  **Lze je popsat čísly** 🖋. Děti mohou říct číslo od 1-25 (procvičení čísel od 1-25). Číslo, které bylo zvoleno (karta s číslem) vítězí, tedy se hraje hra s daným číslem.

👨👩👦 **Při rodinném setkání, na oslavě**, na dovolené máte dlouhou chvíli, tak víte, že máte tyto karty v PDF v 📱. Stačí jen vybrat a hrát 👍.

 **Tip** 

📌 Tyto karty lze vytisknout i v malém formátu, proto doporučuji je proděravět a svázat 👍. Vždy je můžete mít po ruce, když jedete na cesty 🗺. Už nikdy se Vám nevytratí 🧑🏻🧡.

👁👁 **V souboru je mnoho her, které lze hrát, lze je zakomponovat do týdenních příprav, zvoleného tématu, které vás čeká.** 👁👁

25

NETRADIČNÍCH POHYBOVÝCH HER

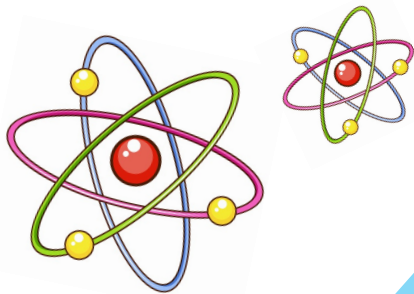
Obsah

- Dotýkaná - (pomůcky - žádné)
- Ruce - (pomůcky - žádné)
- Automyčka - (pomůcky - žádné)
- Hledáček - (pomůcky - různé předměty, které je vhodné vložit do obálek, aby nebylo hned vidět, kdo jaký předmět má)
- Slepá bába - (pomůcky - šátek na oči)
- Popcorn - (pomůcky - žádné)
- Mravenčí - (pomůcky - žádné)
- Kouzelník - (pomůcky - žádné)
- Masáž s míčkem - (pomůcky - míček do dvojice)
- Mumie - (pomůcky - do dvojice role toaletního papíru)
- Roboti - (pomůcky - žádné)
- Atomy - (pomůcky - žádné)
- Dračí souboj - (pomůcky - šátky pro každé družstvo)
- Obruče, hýbejte se - (pomůcky - 2 obruče)
- Zloděj vajíček - (pomůcky - papírové koule a obruče)
- Dotkni se země - (pomůcky - žádné)
- Magnetická podlaha - (pomůcky - žádné)
- Černá bílá strakatá - (pomůcky - provázek na vytvoření hranice)
- Tabu cvik - (pomůcky - žádné)
- Americká hra na slepou bábu - (pomůcky - žádné)
- Kdo je největší? - (pomůcky - žádné)
- Něco vidím a je to modré - (pomůcky - žádné)
- Turboturulové koště - (pomůcky - smeták)
- Zrcadlová síň - (pomůcky - žádné)
- Čápí a žaby - (pomůcky - provaz na ohraničení rybníka)
- Palcovaná - (žádné pomůcky)

Atomy

Popis hry:

Všichni hráči zmateně pobíhají sem a tam. Pedagog zvolá nějaké číslo, např. „4 atomy“. Hráči se musí po čtyřech chytit za ruce a utvořit skupinku. Kdo zbude, je vyřazen. Hra končí, jakmile zbydou jen dva hráči.



Pomůcky: žádné

Dotýkaná

Popis hry:

Hráči se pohybují po místnosti a vedoucí hry (pan/paní učitel/ka) jim zadává pokyny, např.: „Všechny děti se dotknou dřeva.“ Pak děti vyrazí a co nejrychleji se snaží dotknout něčeho ze dřeva. Dále pokračujeme stejně a vymýšlíme.



Pomůcky: žádné

Popcorn

Popis hry:

Podlaha místnosti představuje horký varič na tvorbu popcornu. Kuchař/ka ho stále víc rozpáluje. Hráči představují popcorn a začínají všude divoce „nadskakovat“. Když je poskakování moc, nalije kuchař/ka na popcorn džus (jako). Kdo se nyní navzájem dotkne, přilepí se. Hra končí. Nakonec se ze všech hráčů vytvoří jedna velká a slepená koule.

A popcorn můžeme podávat..



Pomůcky: žádné

Automyčka

Popis hry:

Děti klečí ve dvou řadách proti sobě, tvoří automyčku. Jedno dítě je auto, které jede (pomalu jde) do myčky.

Při tom je namydleno pomocí mycích hub, drhnuto kartáči, sprchováno, utíráno do sucha, leštěno...

Děti, které tvoří myčku, při tom provádějí odpovídající pohyby.



Pomůcky: žádné

Hledáček

Popis hry:

Každý si vytáhne (nebo dostane) obálku s předmětem a hledá kamaráda/ku s jiným vhodným předmětem do dvojice. Např. tužka a papír. Kdo první najde svoji dvojici, tak vyhrává.



Pomůcky: různé předměty, které je vhodné vložit do obálky, aby nebylo hned vidět, kdo jaký předmět má

Slepá bába

Popis hry:

Hráči se rozmístí po vymezené ploše. Jednomu se zavážou oči. Musí se pokusit chytit jednoho ze spoluhráčů. Když se mu to podaří, snaží se po hmatu (obličej, vlasy, tělo) identifikovat chyceného. Když ví, kdo to je, stává se poznané dítě „slepou bábou“. Jinak musí znovu chytat a hádat původní „slepá bába“.



Pomůcky: šátek na oči

Palcovaná

Popis hry:

Skupina sedí se zavřenýma očima a zvednutým palcem v kruhu nebo na svých místech. Vedoucí hry dotekem vybere tři hráče, kteří potichu vstanou a chodí po místnosti. Každý z nich si vybere jednoho ze spoluhráčů, zmáčkne mu palec a opět se vrátí na své místo. Na pokyn vedoucího hry mohou všichni zase otevřít oči. Hráči, kterým někdo zmáčkl palec, musí hádat, kdo jim ho zmáčkl. Kdo uhodne, může mačkat palec v dalším kole.

Pomůcky: žádné

Ruce

Popis hry:

Hráči utvoří dvojice a sednou si naproti sobě. Zavrou oči a pokoušejí se bavit jen pomocí rukou.

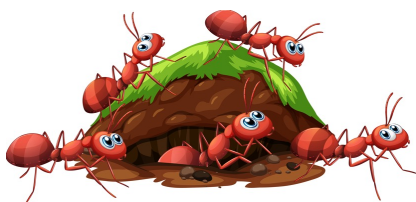


Pomůcky: žádné

Mravenci

Popis hry:

Mravenci, když se potkají, navážou kontakt tykadly. Hráči běhají v rámci vymezeného území křížem krážem a při každém setkání se zdraví dotekem. Jako pozdrav se může použít: plácnutí dlaní, klepnutí na rameno nebo záda, dotek nohama atd.



Pomůcky: žádné

Kouzelník

Popis hry:

Jeden hráč je zlý kouzelník a pokouší se ostatní proměnit v kameny. Každý, koho se dotkne, musí ihned „zkamenět“ v pozici, v jaké je. Zakletého hráče může ale vysvobodit hráč se stejnou barvou trika (vlasů, očí). Ten k zakletému musí přijít, pohladit ho a říct: „Jsi opět volný!“

Kouzelník má dvě minuty na to, aby zaklel co nejvíce hráčů. Komu se podařilo za danou dobu proměnit co nejvíce hráčů v kameny, ten je nejlepším kouzelníkem.

Pomůcky: žádné

Masáž míčkem

Popis hry:

Děti utvoří dvojice. Dítě s tenisovým míčkem se posadí za svého partnera. Plochou dlaní přitlačí míček na záda partnera a krouživými pohyby ho masíruje.



Pomůcky: míček
do dvojice

Mumie

Popis hry:

Děti si stoupnou do dvojic a na povel „Start!“ začne jedno dítě druhé omotávat toaletním papírem od hlavy k patě. „Mumii“ smí být vidět jen oči, pusa a nos, jinak musí být vše omotané. Kdo jako první svou „mumii“ zabalí, vyhrává.



Pomůcky: žádné

Masáž



Popis hry:

Při této spolupráci děti leží jedno dítě na břiše na zemi. Druhé dítě vedle něj klečí a rukama mu masíruje celou zadní stranu těla. Při tom začne u hlavy, klouže přes krk, ramena, paže, ruce, záda, hýždě, nohy až k chodidlům. Potom si obě děti vymění pozice a úlohy..

Pomůcky: žádné

Roboti



Popis hry:

Dva „roboti“ se k sobě postaví zády a na povel vyrazí (trhavými pohyby) každý opačným směrem než ten druhý. Úkolem dvou „operátorů“ je pomocí lehkých pohybů (poklepání na pravé rameno – otočit doprava; na levé rameno – otočit doleva) oba roboty k sobě zase dovést. Další možnosti řízení jsou: zatahat za pravé ucho – roboti vydávají zvuky; zatahat za levé ucho – roboti ztichnou; dotek na zádech – jdou dopředu; dotek hrudníku nebo hlavy – jdou dozadu; dotek na boku – jdou do strany; zatažení za ruku je nouzová brzda atd. Roboti sami pochodují jen dopředu, když narazí na překážku, šlapou na místě tak dlouho, než jim „operátoři“ udají jiný směr.

Hra končí, když se oba roboti mohou obejmout.

Pomůcky: žádné

Obruče



Popis hry:

Děti rozdělíme na dvě stejně početné skupiny. Děti se chytanou za ruce, první obdrží obruč. Na signál vedoucího musí děti přepravit obruč od prvního k poslednímu, aniž by se pustily. Nejrychlejší vyhrává.



Pomůcky: obruče

Kdo je velký?



Popis hry:

3–6 hráčů se postaví proti zbytku družstva se zavázanýma očima. Jejich úlohou je seřadit poslepu tuto skupinu podle velikosti od největšího k nejmenšímu.

Pomůcky: žádné

Dotkni se ..

Popis hry:

Děti se pohybují v prostoru. Na znamení (zatleskání) se zastaví a dotknout se podlahy tolika body (částmi) svého těla (chodidla, kolena, dlaně, lokty), kolika prsty ukáže paní učitelka.



Pomůcky: žádné

Vezmi vajíčko

Popis hry:

Začneme říkat říkanku:

„Když každé ráno otevřu oči, maminka v kuchyni pěkně se točí. A než si doběla vyčistím zoubky, na stole čekají samé pochoutky“

Dvě stejné skupinky dětí mají své hnízdo se stejným počtem vajíček. Na znamení paní učitelky si začnou navzájem vajíčka brát

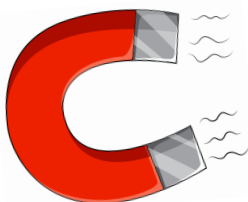
(PO JEDNOM) a přenášet je do svého hnízda. Vyhrává ta skupina, která získá větší počet vajíček.

Pomůcky: papírové koule, obrůžky

Magnetická podlaha

Popis hry:

Hráči improvizovaně tančí v prostoru. Na smluvený signál (gong, tlesknutí) se stává podlaha „magnetickou“, připoutá chodidla a hráči tančí dál jenom na místě, rukama a horní částí těla. Nohy nelze odlepit od podlahy. Na další signál, se magnet „vypne“, nohu se uvolní a všichni tančí normálně.



Pomůcky: žádné

Dračí souboj

Popis hry:

Děti rozdělíme na dva týmy. Všechny se postaví do zástupu a drží se před sebou stojícího hráče rukama v pase. Tím vznikne z každého družstva dlouhý drak. Poslední v zástupu si zastrčí do kalhot šátek, tak aby koukal ven. Úkolem je chytit šátek druhého draka. Vítězné družstvo získává bod. (Musíme stanovit počet vítězných bodů, po dosažení, hra končí).

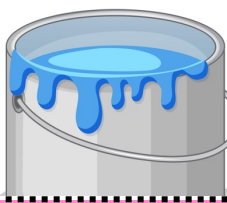


Pomůcky: šátek pro každé družstvo

Vidím modrou

Popis hry:

Hráč, který zahájí, se rozhlédne po místnosti a nenápadně si vybere nějakou barevnou věc, viditelnou ze všech stran. Nedívá se na ni a řekne „Něco vidím a je to červené!“ Ostatní se pozorně rozhlíží a hledají předmět, který má na mysli. Kdo to uhodne první, má právo si sám nenápadně vyhlédnout jinou věc a pak proto hlásí např.: „Něco vidím a je to modré!“ Ostatní opět pátrají.

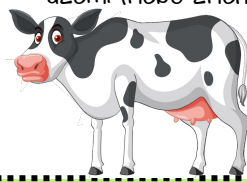


Pomůcky: žádné

Černá, bílá, strakatá

Popis hry:

Prostor rozdělíme provázkem na dvě části. V jedné je nápis černá, ve druhé bílá nebo (pro menší) je tam papírový terč dané barvy. Podle pokynu p. učitelky musí být všichni na určeném území (na černém, nebo bílém). Vedoucí hry vyvolává barvy nepravidelně, nečekaně, a rychle střídá pokyny. Řekne-li „strakatá“, postaví se hráči na hranici, jednou nohou do každého území (nebo znehybní).



Pomůcky: provázek na vytvoření hranice

Zrcadlová místnost

Popis hry:

Hráči v kruhu spontánně improvizují pohybem v rytmu hudby. Jeden z nich tančí uprostřed a ostatní v kruhu opakuji jeho pohyby. Pak vyzve jiného hráče a ten ho během tance vystřídá. Kruh zrcadlí zase pohyby dalšího. V roli originálu se vystřídají postupně všichni. Hráči mohou také tancem postupně vyjádřit základní emoce: strach, hněv, radost, odpor, a další. Po hře mluvíme o tom, jak se emoce u člověka střídají a jak se projevují v jeho chování, v gestech a pohybech.

Pomůcky: žádné

Kouzelný smeták

Popis hry:

Děti stojí rozkročené za sebou ve dvou zástupech. První hráč v každém družstvu drží smeták. Po odstartování ho pošle po zemi dozadu mezi nohama všech hráčů za sebou. Ti smeták posunují, až ho poslední v zástupu vytáhne a běží s ním dopředu. Smeták pošle zase mezi nohama a zadní ho přinese a tak dále. Vyhrává družstvo, které se vystřídá rychleji.



Pomůcky: smeták

Tabu cvik



Popis hry:

Domluvíme se na určitém cviku, který je „tabu“. Nikdo z hráčů ho nesmí provést. Vedoucí hry předvede a všichni opakují jeho pohyby.

Cviky rychle mění a občas zařadí i zakázaný cvik. V tom případě se nikdo ani nehne. Kdo se spletl, ze hry vypadne. Můžeme hrát ve volném prostoru a pustit si k tomu hudbu.

Hra je vhodná hlavně pro menší děti.



Pomůcky: žádné