



CENTRUM DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W PIŁA



Szkoła podstawowa

**Kreatywność oraz innowacyjność w
tworzeniu nowych gier i zabaw dla dzieci**

Opracowanie - Piotr Bania

Piła 2016

Spis gier i zabaw

1. Cymbergaj
2. Bule indor
3. Kręgle lekkoatletyczne
4. Ślizgacz
5. Siatkarski znicz
6. Dmuchawiec
7. Halowy curling
8. Berki zadaniowe
9. Gra w gumę

Wstęp

Zabawa w życiu dziecka spełnia bardzo ważną rolę i stanowi nieodłączną, konieczną część jego rozwoju. Zapewnia podstawowe potrzeby ruchowe dziecka, wspomaga rozwój układu nerwowego, kostno – mięśniowego, kształtuje również koordynację oraz ma wpływ na wspieranie socjalizacyjne.

Następstwem zabaw w późniejszym rozwoju dziecka są gry, które cechują się większą złożonością i są wzbogacone o element współpracy i rywalizacji. Rywalizacja jest strukturą celów, w których ludzie osiągają swoje korzyści i są często „motorem” wszelkiego rozwoju w życiu dorosłym. Umiejętność rozumienia zasad i zależności między nimi w grach ruchowych przyspiesza rozwój intelektualny, doskonalą procesy myślowe, wspomaga proces lateralizacji. Wzmaga kreatywność i kształtuje wyobraźnię przestrzenną.

Celem podrzędnym zabaw i gier ruchowych, ale jakże ważnym jest zachęcenie dziecka do aktywności ruchowej, sportowej jak i rekreacyjnej w okresie dorosłości. Aktywność ta ma pozytywny wpływ w aspekcie zdrowotnym poprzez walkę z otyłością i zachowaniem tężyzny fizycznej, która przekłada się na mniejszą możliwość zachorowań układu krążenia oraz układu ruchowego. Pozwala na poprawienie ogólnej kondycji organizmu mający wpływ na opóźnienie procesów starzenia.

Niniejsze opracowanie metodyczne jest skierowane do nauczycieli wychowania fizycznego mające na celu wzbogacenie oferty dydaktycznej, programów kształcenia uczniów szkół podstawowych w zakresie kultury fizycznej.

Kreatywność oraz innowacyjność w tworzeniu nowych gier i zabaw dla dzieci



**Opracował:
mgr Piotr Bania**

1) „Cymbergaj”

– kształtowanie orientacji przestrzennej, kształtowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, kształtowanie ogólnej koordynacji ruchowej, wzmacnianie koncentracji uwagi

Klasa: I-VI

Ilość uczestników: 2 - 6 (1x1, 2x2, 3x3)

Przybory: 4 ławki gimnastyczne długie, 2 ławki gimnastyczne krótkie, krążek do floorball

Uczestnicy układają ławki w kształt prostokąta. Dwie duże ławki z dwoma ławkami małymi tworzą ściany boczne, ściany końcowe i rolę „bramek” tworzą dwie ławki duże. Ławki obrócone są o 90° białym do siedzenia do wewnętrznej strony, czyli pola gry. Dwóch uczestników gry siada skrzyżnie naprzeciwko siebie w polu gry plecami do ściany końcowej w minimalnej odległości od niej. Jeden z zawodników trzyma w ręce krążek. Celem zawodnika jest zdobycie punktu przez wyrzut krążka w taki sposób by ruchem ślizgowym odbił się od ławki znajdującej się za plecami przeciwnika. Krążek może się odbijać dowolną ilość razy o ściany boczne, ale może również być wykonany bezpośrednio. Przybór nie może się toczyć, podskakiwać oraz nie mieć kontaktu z podłożem podczas rzutu. W momencie wyrzutu zawodnik wprowadzający krążek do gry jak i broniący muszą siedzieć skrzyżnie. Po wyrzucie zawodnik broniący może bronić swojej „bramki” całą powierzchnią ciała. Za każdą zdobytą „bramkę” uczestnik otrzymuje jeden punkt i zostaje w polu gry na kolejną rundę. Uczestnik przegrany opuszcza pole gry, a za niego wchodzi, kolejny który rozpoczyna nową partię.

Wersja rozbudowana pozwala na stworzenie pola gry o większej powierzchni dla większej ilości graczy.



2) „Bule Indoor”

– *kształtowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, wzmacnianie koncentracji uwagi*

Klasa: I-VI

Ilość uczestników: dowolna

Przybory: 4 – 5 materaców, 5 ławek gimnastycznych, 3 piłki do hokeja na trawie lub do floorball ewentualnie piłeczek do „rzutu piłeczką palantową”.

Układamy materace w kształt prostokąta i otaczamy ławkami gimnastycznymi białami w stronę pola gry tak aby stworzyć zwartą konstrukcję. Rysujemy na materacach cztery okręgi o różnych wielkościach, wpisane w siebie. Najmniejszy okrąg to 10punktów następny 8punktów i tak kolejno następne okręgi odpowiednio do wielkości to 6 punktów i 4punkty. W przypadku ustawienia się piłki na linii ,czyli granicy pól przyznawana jest wyższa wartość pola. Ustalamy linię wyrzutu w zależności od wieku uczestników. Każdy uczestnik wykonuje 3 kolejne rzuty po sobie.

- 1) zdobywa tyle punktów, w którym okręgu zatrzymały się piłka, po każdym rzucie piłka jest zabierana z pola rzutu i punkty są dodawane.
- 2) piłki zostają na polu gry umożliwiając wybijanie oraz przemieszczanie piłek na pola o wyższej i niższej punktacji. Grę wygrywa osoba, która zdobędzie największą ilość punktów zsumowanych po wszystkich partiach gry.



3) „Kręgle lekkoatletyczne”

- *kształtowanie* koordynacji wzrokowo-ruchowej, *wzmacnianie koncentracji uwagi*

Klasa: I-VI

Ilość uczniów: dowolna

Przybory: 5 pałeczek sztafetowych, 1 piłka tenisowa lub do floorball na jednego uczestnika

Uczestnicy zabawy ustawiają 5 pałeczek sztafetowych w kształcie trójkąta w układzie 1,2,3 na wyznaczonej linii. W pozycji leżenia, siadu lub stania (do wyboru przez prowadzącego w zależności od grupy wiekowej) mają za zadanie tak rzucić piłkę po podłodze by strącić jak największą ilość „kręgów”. Wyniki poszczególnych partii sumują się i są wynikiem końcowym, który jest podstawą do przyznania miejsc w zabawie.

W przypadku braku wymaganej ilości pałeczek sztafetowych można skleić ze sobą dwie rolki po papierze toaletowym.



4) „Ślizgacz”

– *kształtowanie siły mięśni obręczy barkowej, kształtowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, wzmacnianie koncentracji uwagi*

Klasy : I-VI

Ilość graczy: 2-10

Przybory: 10 krążków do floorball, kreda, miara 10m

Wyznaczamy lub rysujemy linię, z której uczniowie będą wprowadzać krążek do gry. Z pozycji leżenia przodem na wysokości linii uczestnicy gry mają zadanie po przez pchnięcie oburącz dosunąć krążek jak najbliżej ściany, która wyznacza nam punkt „0”. Po wykonaniu wszystkich pchnięć, w określonej kolejności prowadzący ocenia, który krążek zatrzymał się najbliżej ściany i ogłasza go zwycięzcą. Krążki mogą się odbijać od ściany. Dla dzieci starszych można grać z możliwością wybijania krążków innym uczestnikom gry (niezalecane dla klas I-III).

1) w grze możemy przyznawać punkty za wygrane partie

2) przyznawać litery układające się w zwycięskie hasło np. KRÓLEWICZ lub KRÓLEWNA

3) mierzyć i dodawać odległości od ściany w centymetrach, wygrywa uczestnik z najmniejszą ilością centymetrów-metrów



5) „Siatkarski znicz”

– kształtowanie orientacji przestrzennej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, nauka poruszania się po boisku oraz zasad gry - rzucanka siatkarska.

Klasa: IV-VI

Ilość uczestników: 2-12 (1x1,2x2,3x3,4x4,5x5,6x6)

Przybory: 1 pachołek treningowy dla każdego uczestnika, woreczek gimnastyczny, siatka do siatkówki lub sznurek

Uczestnicy gry ustawiają się po dwóch stronach siatki do siatkówki zawieszanej na wysokości 200cm trzymając pachołek. Nauczyciel określa pole gry liniami lub znacznikami (linie pola należą do pola gry). Jeden z graczy trzyma woreczek stojąc za linią końcową boiska. Wprowadza worek do gry rzutem jednorącz od dołu (zakazana jest inna forma rzutu). Rywale po drugiej stronie siatki mają za zadanie w taki sposób się przemieszczać aby chwytem jednorącz lub oburącz złapać woreczek do wnętrza pachołka treningowego. Po złapaniu przyboru należy wyciągnąć go i oddać rzut również sposobem dolnym jednorącz. Dopuszczalne jest podanie do zawodnika ze swojej drużyny który również musi złapać woreczek do swojego pachołka. W sytuacji kiedy woreczek zatrzyma się na krawędzi lub zewnętrznej części pachołka należy nie używając rąk samemu spowodować by wpadł do środka i dopiero po tym można wznowić grę.

Drużyna zdobywa punkt gdy:

- woreczek wpadnie bezpośrednio w pole gry przeciwnika
- worek odbije się od pachołka i wpadnie w pole gry
- zostanie złapany jakąkolwiek częścią ciała
- po odbiciu od pachołka wypadnie za pole gry
- woreczek uderzy w siatkę lub jej dotknie
- rzut będzie wykonany inaczej niż sposobem jednorącz dolnym
- zawodnik zagrywający przekroczy linię końcową

Zagrywka (wprowadzenie woreczka do gry) odbywa się w kolejności wcześniej ustalonej, jeden zawodnik nie może zagrywać 2 razy z rzędu. Drużyna zagrywa tak długo jak zdobywa punkty (tak jak w siatkówce). Gra odbywa się do momentu zdobycia przez którąś drużynę 10punktów.



6) „Dmuchawiec”

– kształtowanie koordynacji, wzmacnianie siły mięśni obręczy barkowej, ćwiczenie pomocnicze w korekcji wady postawy - plecy okrągłe oraz koślawość kolan.

Klasa: I-VI

Ilość uczestników: dowolna

Przybory: ławki gimnastyczne, piłeczka do tenisa stołowego, przybory które będą mogły stanowić przeszkody, kreda, stoper

Łącząc ławki gimnastyczne tworzymy tor o nieregularnych kształtach. Tor musi posiadać dwie ściany boczne uniemożliwiające wypadnięcie z niego piłeczki do tenisa stołowego. W wewnętrznej jego części ustawiamy przeszkody, które będą tworzyć zwężenia dla utrudnienia zadania. Zadaniem uczestnika zabawy jest przetransportować piłeczkę siłą własnych płuc poruszając się w podporze przodem od wcześniej ustalonej linii startu do linii mety. Zabawa odbywa się na czas, który jest mierzony za pomocą stopera przez nauczyciela.



7) „Halowy Curling”

- kształtowanie orientacji przestrzennej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, wzmacnianie koncentracji uwagi

Klasa: IV-VI

Ilość uczestników: 6

Przybory: krążek do floorball, kreda

Prowadzący rysuje na podłodze dwa okręgi wpisane w siebie. Mniejszy ma średnicę 40 cm większy zaś 100cm. W odległości 8 -10 m w zależności od wieku uczestników ustalamy linię wyrzutu krążka. Koło o mniejszej średnicy jest oznaczone 10 punktami, większe zaś 4 punktami. Każdy uczestnik posiada krążek, krążki drużyn muszą się odróżniać. Pierwszy uczestnik z drużyny „A” ma za zadanie w taki sposób pchnąć krążek aby zatrzymał się jak najbliżej najwyższej punktowanego pola lub utrudnić dalszą grę przeciwnikom. Następną osobą biorącą udział w grze jest zawodnik drużyny „B”, który ma do wyboru zrobić to samo lub próbować wybić krążek przeciwnikom z punktowanego pola. Uczestnicy drużyn startują na przemian. Jeżeli pierwszą rundę zaczynała drużyna „A” to kolejną rozpocznie „B”. Należy zawsze rozgrywać parzystą ilość rund w meczu. Jeżeli krążek zatrzyma się na granicy pól (linia pola punktowego) zalicza się wyższy wynik. Punkty przyznaje się po wszystkich 6 rzutach. Wygrywa drużyna, która zdobyła większą ilość punktów po przynajmniej dwóch partiach.



8) „Berki zadaniowe”

– doskonalenie poznanych elementów dyscyplin i gier zespołowych

Klasa: III-VI

Ilość uczniów: dowolna

Przybory: 2 szarfy, 4 materace, 10 piłek do koszykówki, 10 piłek do siatkówki

Gimnastyka

Berek goni osoby uciekające, dotknięty uczestnik zabawy ma obowiązek przebiec w koło sali przez wszystkie materace robiąc na każdym przewrót w przód. Po wykonaniu ostatniego przewrotu może wrócić do gry po przebiegnięciu linii środkowej boiska na drugą połowę sali z rękoma w górze co świadczy o tym iż uczeń dopiero wykonał zadanie dodatkowe i nie może być złapany bezpośrednio po jego ukończeniu.

Koszykówka

Berek goni osoby uciekające, dotknięty uczestnik zabawy ma obowiązek zabrać piłkę z wyznaczonego pola i po dobiegnięciu do kosza:

1)uczniowie młodsi – bez kozłowania, bez rzutu z biegu, piłkami dowolnego rodzaju

2)uczniowie starsi – z kozłowanie, po rzucie z biegu, piłką do koszykówki

W przypadku rzutu nietrafionego należy wykonywać go do skutku.

Siatkówka

Berek goni osoby uciekające, dotknięty uczestnik zabawy ma obowiązek zabrać piłkę z wyznaczonego miejsca i odbić sposobem górnym/ dolnym 10X lub wykonać zagrywkę przez siatkę.



9) „Gra w gumę”

– kształtowanie ogólnej koordynacji ruchowej, kształtowanie siły mięśni kończyn dolnych, kształtowanie skoczności

Klasa: II-VI

Liczba uczestników: dowolna

Przybory: „guma do grania”

Dwóch uczestników zabawy staje naprzeciwko siebie w odległości pozwalającej na sprężystość gumy po założeniu jej na” kostki” nóg tak aby stworzyć prostokąt. Uczniowie ustawiają się w kolejności, w której będą zaliczali kolejne poziomy zabawy. Poziomy gry stanowią figury czyli kombinacje ruchów, które trzeba wykonać bezbłędnie. Poziomów jest 12. Uczestnik zabawy ma prawo do jednej próby podczas trwania „kolejki” zabawy. Uczeń, który wykonał zadanie bezbłędnie przechodzi do następnego poziomu, zaś uczestnicy, którym próba nie powiodła się idą na koniec rzędu i powtarzają figurę nie zaliczoną do skutku. Wygrywa uczestnik lub uczestnicy którzy w tej samej partii zabawy zaliczą dwunasty poziom zabawy.

