

IZTOK BREGAR

HAJDE DA SE IGRAMO

**120 + 1 elementarna igra
primenljiva pri fizičkom vaspitanju dece
u dečjim vrtićima, osnovnim i srednjim
školama, sportskim organizacijama koje
rade sa decom i omladinom**



**DISTRIBUCIJA I PRODAJA KNJIGE U SRBIJI, RS, BIH i CG
(tražim partnera)**

ZAINTERESOVANI NEKA SE JAVI NA

Email: iztok.bregar@gmail.com

Telefon: +386 40 870 609

HAJDE DA SE IGRAMO

120 + 1 elementarna igra primenljiva pri fizičkom vaspitanju dece u dečjim vrtićima, osnovnim i srednjim školama, sportskim organizacijama koje rade sa decom i omladinom.

Autor: Iztok Bregar

Izdavač: Športni klub „Vidra“

Lektor: Tanja Stanojević

Štampanje: „Elisa“

Tiraž: 3000 primeraka

Kopiranje, skeniranje ili reprodukcija ove knjige, u celosti ili delimično, dozvoljeno je u bilo kom obliku samo uz pismenu saglasnost autora.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

796

BREGAR, Iztok

Hajde da se igramo : 120 + 1 elementarna igra primenljiva pri fizičkom vaspitanju dece u dečjim vrtićima, osnovnim i srednjim školama, sportskim organizacijama koje rade sa decom i omladinom / [autor, fotografije i slike] Iztok Bregar. - Ljubljana : Športni klub Vidra, 2019

ISBN 978-961-92996-5-4

COBISS.SI-ID 300304384

ISBN 978-961-92996-5-4



9 789619 299654

PRIZNANJE

Pre svega, želim da se zahvalim svojoj porodici, ženi Jelici za sveobuhvatnu podršku, komentare, inspiraciju i strpljivost, a svojoj deci Žanu i Ani za razumevanje i poštovanje značajnosti mog rada. Zahvaljujem i svima onima koji su doprineli stvaranju ove knjige, mojim kolegama – sportskim pedagogima u školi, učenicima Osnovne škole „Dragomelj“ (Slovenija) i njihovim roditeljima koji su omogućili korišćenje fotografija.

Svi pravimo greške, pa ni ova knjiga nije izuzetak. Molim sve koji će primenjivati igre iz ove knjige da mi oprostite. Imajte u vidu i činjenicu da nije svaka igra za svakoga, za svaku priliku i sveopšti razvoj. Nekad se dogodi da je igra sa kojom smo bili uspešni drugi put neuspešna, ukoliko je ponovimo sa istom ili drugom decom. Tada je bolje upotrebiti drugu igru i u nekoj drugoj prilici se vratiti prvoj.

**AKO ŽELITE DA NAUČITE KAKO DA UČITE KROZ
IGRE OPISANE U OVOJ KNJIZI, SA ZADOVOLJSTVOM
ĆU PODELITI SVOJA ZNANJA I VEŠTINE SA VAMA
NA JEDNODNEVNIM SEMINARIMA POD NAZIVOM**

„VIŠE OD IGRE“.

**ZA POJEDINAČNE ILI GRUPE ŠKOLA ORGANIZUJEM
EDUKACIJU VIKENDIMA TOKOM CELE GODINE.**

MOŽETE ME KONTAKTIRATI PUTEM E-MAILA:

iztok.bregar@gmail.com

ISBN 978-961-92996-5-4



9 789619 299654

VIŠE OD IGRE

SADRŽAJ SEMINARA	DUŽINA	Content of the seminar
Dobar učitelj (trener) je efikasan menadžer sa visokim stručnim znanjem i pozitivnim očekivanjima.	60 minuta	Good teacher (coach) is an efficient manager with high professional knowledge and positive expectations.
Zašto, kada i koje igre primenjivati (u školama i u sportskim klubovima)	30 minuta	Why, when and what games to choose
Prednosti i nedostaci primene igara u školi i u sportskim klubovima	15 minuta	Advantages and limitations of using games at school and sport clubs
Praktične radionice	4 sata	Practical workshops
Analiza, diskusija i vrednovanje	20 minuta	Analysis, discussion and evaluation
9.00 – 16.00		

UMESTO REZIMEA

Ovu knjigu možete zamisliti kao priručnik za kuvanje i sebe kao:

Igre u ovoj knjizi su kao dobra jela koja oživljavaju, servirana na poslužavnicima – ponekad u uobičajenom, drugi put promenjenom obliku, treći put u potpuno novom. Uvek zanimljiva i ukusna. Uz jednostavne sastojke, veština majstora je da napravi kvalitetna, raznovrsna jela, prilagođena situaciji i gostima.



Dobar pedagog ili trener će u svom radu sa decom upotrebiti svoje znanje i različitim pristupima, metodama i organizacijom rada pokušati da ostvari zadate ciljeve. Zašto ne bi to učinio i pomoću igara?

Zahvaljujući bogatom izboru igara, ovaj vodič će vam pomoći da u bilo kojoj situaciji uspešno vodite svoje učenike i budete kao pedagog ili trener suvereni. Tako ćete moći da uz pomoć igara napornu vežbu promenite u zabavu, a pri tome i dalje pratite zadate ciljeve. Bez čarobnog štapića.

Igre u priručniku su sakupljene iz različitih zemalja. Njihova korisna vrednost potvrđuje univerzalnost igre kao najvažnijeg sadržaja detinjstva, koji zapošljava i obogaćuje decu čitavog sveta, bez obzira na pol, religiju, rasu ili socijalni status.



- označava starosne kategorije koje su najprimerenije za izvođenje pojedinačne igre.

Najbolji deo je na kraju - **Moje igre**. Tamo ćete moći **sami** da napišete svoje ideje i napravite ovaj vodič po svojoj meri :-)).

Zašto tako puno dece prestane sa učešćem u vrhunskom, takmičarskom i sportu uopšte? Možda i zbog nedostatka igre – čarobnog podsticaja koji stalno privlači i širi radost, donosi samoostvarenje.

Ova knjiga je namenjena vaspitačima dece u dečjim vrtićima, učiteljima u osnovnim školama, sportskim nastavnicima, profesorima srednjoškolskog obrazovanja, trenerima dečjih i omladinskih selekcija i svima onima koji rade sa decom i omladinom.

Želim vam puno radosti u pedagoškom i sportskom radu.

UVOD ili KO TO PROČITA DO KRAJA, ŽIVEĆE 100 GODINA

Kako definisati, opisati dečiju igru ako je tako spontana, prirodna i očigledna kao činjenica da se ujutro rađa sunce, a uveče pada mrak?

U igri je takvo nešto važno – deci je potrebna, žele je i traže iznova i iznova. Stručnjaci opisuju biološku potrebu za kretanjem. Možemo li da zamislimo da deca u ovoj spontanosti shvataju tu potrebu drugačije od igre? Teško.

Pomoću igre deca, takođe, zadovoljavaju mnoge druge potrebe i uz njih se razvijaju, zadovoljavaju svoje društvene, emocionalne, intelektualne i fizičke potrebe. Igra se razvija holistički. Kada igra integriše decu, ona postaje izuzetno atraktivna, motiviše ih iznova i iznova (Barrett 2005).

Važan element svih **dobrih** igara je uključivanje svih, bez obzira na početne potencijale. Igram deca izgrađuju samopouzdanje, izražavaju se na sebi svojstven način. Teorije igre su mnoge. U svojoj knjizi *Ura, igrajte se u slobodnom vremenu* (2004) prof. dr Rajko Šugman je predstavio mnoštvo definicija igara autora iz različitih naučnih oblasti širom sveta, što nesumnjivo ukazuje na činjenicu da je igra predstavljala važan element ljudskih aktivnosti svih civilizacija, kako u prošlosti tako i u sadašnjem vremenu.

Igra je univerzalna pojava koja ne zna za granice, uzrast, rasu, bogatstvo i veru. Prema rečima Boruta Pistotnika (2004.) „**Igra je posao i posao je igra**“, deca igraju ozbiljno i u igri se izražavaju svojom ličnošću. Takođe, igra je izuzetno efikasan obrazovni alat. Pravila, saradnja, poraz, pobeda, kreativnost i fer igra su samo neki od sadržaja igara koji pomažu mladima da se razvijaju u odgovorne, kooperativne, preduzetničke i iskrene osobe sa osećajem za sebe i druge.

Uloga nastavnika ili trenera je presudna u tome. Uz njegov primer, znanje, pravednost i smislenim uključivanjem igara u sportsko i opšte obrazovanje on može pomoći deci da usvoje sportska znanja, sve glavne principe i stavove koji nas definišu kao društvena bića i nisu vezivana samo za sport. Nastavnici i treneri izborom igara pomažu u jačanju istrajnosti, iskrenosti i samopouzdanja, jačaju sposobnosti saradnje, prihvatanja različitosti, podređivanja pravilima, poštovanja drugih učesnika, strateškog razmišljanja – ukratko, stvaraju uslove za dalje učenje, holistički razvoj i ostvarenje postavljenih ciljeva.

Naravno, nastavnik ili trener pomoću igre pomaže deci da razvijaju svoje sportske veštine i izvan konteksta opšteg razvoja. Uz igru deca takođe mogu razviti vrlo specifične veštine različitih sportova na zabavan, kreativan i opušten način.

Zašto toliko dece prestane sa redovnim vežbama u sportskim klubovima i čak sa vannastavnim aktivnostima u školi? Najčešće zato što gube volju i ljubav prema sportu, zbog pogrešne obuke koja je prilagođena odraslim osobama, takmičenjima, konkurentima; zbog vežbi koje naglašavaju jedinstveno ponavljanje i obuku nekih pokretnih obrazaca koji zanemaruju činjenicu da deci trebaju raznolikost i motivacija, a posebno celovit razvoj.

U ovom priručniku pokušao sam da prikupim one elementarne igre koje su dinamične po svom karakteru, uključuju učenike sa različitim sposobnostima – i, posebno ističem, podjednako uključuju devojčice i dečake.

Pravilno pripremljene i dozirane elementarne igre, prilagođene nivou razvoja i znanju dece, jedan su od najsnažnijih obrazovnih sredstava koji je na raspolaganju nastavniku ili treneru. Priručnik, takođe, nudi profesionalnim trenerima iz različitih sportova inspiracije i skup ideja za rad koje mogu biti prilagođene pojedinačnom sportu, uzrastu, nivou i karakteru mladih sportista.

Ovaj priručnik posvećujem sportskim i drugim pedagozima u osnovnim i srednjim školama, trenerima i drugim ljudima koji imaju tu privilegiju i odgovornost da rade sa decom i mladima.

SADRŽAJ

PRIZNANJE	3
SADRŽAJ	3
ELEMENTARNE IGRE – ZNAČENJE I OPŠTA UPUTSTVA	4
OPŠTA UPUTSTVA ZA PEDAGOŠKI RAD	4
OSTALA DIDAKTIČKA UPUTSTVA ZA ORGANIZACIJU ELEMENTARNIH IGARA	5
ELEMENTARNE IGRE U VRTIĆU	6
UMESTO DESERTA NEŠTO ZA RAZMIŠLJANJE	7
POPIS I OZNAKE ELEMENTARNIH IGARA.....	9
AJKULE, RIBICE I PLANKTON	17
ATOMIĆI I MOLEKULI	19
AUTOMAT.....	21
AVENIJE, ULICE I ŠUMA	23
BAKE I DEKE NA ODMORU	25

HAJDE DA SE IGRAMO UZORAK 1-30

ELEMENTARNE IGRE – ZNAČENJE I OPŠTA UPUTSTVA

Elementarne igre su po definiciji autora Videmšek, Šiler i Fišer (2002) jednostavne motoričke igre koje sadrže prirodne oblike kretanja, a pored toga imaju nekoliko drugih karakteristika:

- Pravila su samo indikativna i mogu se prilagoditi prostornim, grupnim, starosnim i trenutnim potrebama.
- Površina za igru je preporučena ili nije precizirana, te je prilagođena trenutnoj situaciji – zavisi od broja dece, mogućnosti i vrste prostora.
- Zahtevi i pribor samo se preporučuju. Koristimo one koji su nam na raspolaganju i odgovaraju fazi razvoja i **bezbednosti**.
- Broj učesnika je samo indikativan i grubo definisan.
- Uloge u igrama nisu određene. Naprotiv, poželjno je da se uloge tokom igre menjaju.
- Vreme za igru nije određeno. Možemo ga menjati u zavisnosti od toka igre, praćenja zadatih ciljeva, **uloge igre na vežbi**, opšteg stanja igrača – umor, osećaj i u skladu sa drugim okolnostima.

Važnost elementarnih igara u školi je izuzetna, ne samo u sportskom već i u drugim oblicima obrazovnog rada i kod drugih predmeta. U sportskoj edukaciji komponenta kretanja je u prvom planu ili tako izgleda samo na prvi pogled. U pozadini razvoj se odvija i na emotivnom, društvenom i kognitivnom polju. Možda je ovaj integrisani impuls koji nude elementarne igre onaj magnet koji automatski privlači decu, mlade, pa i odrasle da se igraju.

Igre (Barrett, 2005) koje omogućavaju deci da učestvuju u igrama, u njima prilagođenom ritmu, omogućavaju im da razviju socijalne veštine i pruže im osećaj pripadnosti. Igre koje deci omogućavaju da planiraju, razvijaju strategije i rešavaju razne probleme, podstiču razvoj njihovih kognitivnih veština.

OPŠTA UPUTSTVA ZA PEDAGOŠKI RAD

Preduslov za efikasan obrazovni ili trenerski rad je sigurno okruženje za učenike i staratelje, zasnovano na međusobnom poverenju (Slezak, 2015) i drugim elementima (Landy i Burridge, 2000) koji su opisani kao ključni faktori uspešne nastave:

- **Pokažite interesovanje prema deci.** Ovo je pedagoški kapital koji se ne može uključiti ni u jedan zvanični nastavni plan, a proizilazi iz same ličnosti nastavnika ili trenera. Bez iskrenog obostranog poverenja i interesa za učenike efekat će u svakom slučaju biti slabiji.
- Koristite kratka i jasna objašnjenja kao i vizuelne demonstracije, te uputstva iz različitih izvora (skice, crteže, demonstracije, video-snimke...) kad god je to moguće ili neophodno.
- **Pohvale, podstrek i stvarne povratne informacije** na osnovu detaljnog zapažanja trebalo bi da budu osnovne komponente svakog procesa učenja koji bi uključivao i smernice za budući rad.
- **Pozitivno, kreativno** – i ako je moguće, zabavno učenje i vežba. Uz pravi izbor sadržaja za učenje i vežbu, uz pratnju pozitivnih komentara, deca će duže istrajati u naporima u sportu i verovati u uspeh.
- Informacije bi trebalo da budu **jednostavne**. Učenje u malim koracima olakšava napredak.

OSTALA DIDAKTIČKA UPUTSTVA ZA ORGANIZACIJU ELEMENTARNIH IGARA

U organizaciji elementarnih igara, pored prethodno opisanih osnovnih pedagoških pristupa, pomoći će nam jasno postavljeni ciljevi i specijalna didaktička uputstva:

- Učenici su podeljeni na približno jednako vredne i jednako brojne grupe. Vežbe organizujemo tako da zahvaljujući pravilno organizovanim grupama implementacija igara bude što je moguće **ravnopravnija**.
- Dogovorena **pravila se moraju poštovati**. Ukoliko je potrebno, sankcionišemo prestupnike. Idealno je da se red uspostavlja sa što manje isključenja – upozorenjima i dodatnim zadacima.
- Težina igre uvek treba da odgovara uzrastu i znanju učenika. Suviše zahtevne igre dovode do nezainteresovanosti, nezadovoljstva i povreda. Uvek poštujemo **princip postepenosti**.
- **Ponovite igru nekoliko puta**. Za uticaj na razvoj telesnih, tehničkih, socijalnih i kognitivnih procesa potrebna je česta stimulacija. Igru, osim ako je to strogo potrebno, ne prekidamo.
- Nije svaka igra dobra za svaku priliku i decu. Ako primetimo da interesovanje za igru opada, učinili smo nešto pogrešno. Zaustavimo igru, dajemo dodatna objašnjenja, i ukoliko je potrebno, promenimo pravila. Ako je i to neuspešno, igru jednostavno zamenimo drugim sadržajem.
- Posle igre ukratko razgovaramo sa decom i pustimo ih da izraze svoja mišljenja i osećanja.
- **Kooperativne igre ispred igara takmičenja** (Bregar, 2003). Ovo važi naročito za obuku tehničkih elemenata sportskih igara. Kad god imamo mogućnost biranja, barem na početku, koristimo elementarne igre čiji je glavni cilj kolektivno dostignuće. Ovako će deca napredovati brže. Pobjednici će biti svi – jednom manji, drugi put veći, ali uvek pobjednici.
- U većini igara postoji jasan pobjednik i gubitnik, ali ovo nije uvek slučaj. Neke igre nemaju pobjednika niti gubitnika – učenici uživaju u igri zbog igre. U igrama takmičarskog tipa moramo deci pobjedu, a pre svega poraz, objasniti kao sastavni deo igre više puta.

ELEMENTARNE IGRE U VRTIĆU

U predškolskom razdoblju su količina, brzina stvaranja i povezivanja među neuronima bitno veći nego u kasnijem dobu posle 7. godine starosti. U mozgu se među neuronima vrši bitka za nadmoć, stvaraju se nove interakcije među aktivnim neuronima i stvaraju se novi neuronski putevi i mreže. Neaktivni neuroni i neaktivni putevi se postepeno gase.



Od stimulacije neurona u ranom detinstvu zavisi da li će dete kasnije moći razviti svoje biološke potencijale ili ne (Rajović, 2015). U razdoblju (3–6) postavljaju se temelji socijalizacije i emocionalne inteligencije. Napredak svih sposobnosti kretanja je usled podsticaja aktivnosti neurona ogroman. Razvoj potiče kompleksno i istovremeno u međusobnoj interakciji: na području spoznavanja, osećaja i kretanja.

Kao što deluje pozitivna stimulacija, tako isto deluje i negativna stimulacija ili njeno odsustvo. Negativne posledice mogu biti dugotrajne i manifestuju se na različitim područjima. Različite elementarne igre, prilagođene predškolskoj starosti, uspešno stimulišu i razvijaju sposobnosti pokreta i mentalne sposobnosti, te emocionalne i socijalne kompetencije.

Igru predškolske dece u konceptu učenja kao ključnu vezu među ličnim iskustvima, razumevanju pravila i predstavama opisuje T. Bruce (1991):

Lična iskustva su osnova za aktivno i interaktivno učenje, Bez stvarnih iskustava detetovo učenje nije povezano sa realnim svetom. Dete dobija iskustva preko interakcije sa ljudima i putem aktivne upotrebe predmeta i materijala.

Razumevanje pravila. Preko igre deca lakše razumeju pravila koja neko drugi postavi. Preko socijalnih, plesnih, mentalnih i igara pokreta deca sarađuju i uključuju se u kulturu. Dogovaranjem deca se uče da oblikuju, poštuju i menjaju pravila igre. U igri spoznaju šta je autoritet vođe, uče se prilagođavanju. Igra nudi deci osećaj pripadnosti i sigurnosti.

Predstave Deca oblikuju zamišljene predstave uz pomoć plesa, priča, pesmica, crtanja... isto tako pomoću jezika. Svoja kreativna ostvarenja često upotrebljavaju kao pomoć pri igri, pri određenim situacijama u igri ili kao samu igru.

Igra u toj mreži koordinira i povezuje različite vrste učenja. U igri učenje ima dublji smisao i olakšava razumevanje i povezivanje naučenog.

Čovek se uči ceo život, ali su u životu periodi, nazovimo ih kritičnim, u kojim su strukture nervnog sistema još plastične i tada je učenje najuspešnije. Pored toga, propuštanjem kritičnog perioda, smanjuje se sposobnost učenja i domet naučenog u kasnijem periodu.

Kritični period za razvoj osnovne motorike (hodanje, trčanje, ručne spretnosti) je između 1. in 4. godine starosti, za socijalni razvoj (uspostavljanje veze sa vršnjacima) između 3. in 7. godine, za razvoj produktivnosti motivacije između 4. in 8. godine starosti. U detinjstvu je igra najbitniji način detetovog učenja d. (B. M. Požarnik, 2018)

Za kvalitetnu **igru** u vrtiću su (Wood in J, Attfield, 1996, preuzeto od Marjanovič Umek, Zupančič, Lešnik Musek, 2001) bez obzira na nastavni plan i program potrebni sledeći uslovi:

- vreme, prostor i druga kvalitetna sredstva,
- uravnotežena kombinacija aktivnosti na mentalom i socijalnom području, te području kretanja,
- možnosti za razvoj poverenja, samopoštovanja, saradnje sa vršnjacima i
- visoko obučene i angažovane vaspitačice.

Uloga vaspitača u igri je u svakom primeru ključna:

- pomaže deci da su istrajni u igri, nudi im više mogućih strategija;
- izborom različitih igara i uputstava motiviraju decu ka kreativnosti, mašti, pretvaranju i igri uloga;
- vaspitač u deci budi empatiju, samorazumevanje, saosećanje sa drugim i uživljanje u drugog;
- vaspitač decu usmerava ka saradnji, poštovanju pravila, jednakopravnosti i prihvatanju razlika među vršnjacima.

Može biti i drugačija:

- vaspitač se u igru aktivno uključi i igranjem određene uloge pokaže i pomaže svima ili pojedincima;
- vaspitač se u igru ne uključi aktivno već daje uputstva deci koja se već igraju i tako im pomaže pri oblikovanju uloga i igre.

Mnoga istraživanja potvrđuju pozitivnu povezanost različitih vrsta igara sa razvojem mišljenja i socijalno-kognitivnim razvojem (Umek Marjanovič, 2001.), veoma je bitan razvoj u igri među starostno mešanim grupama (3–5, 4–6...), koje su potvrđena praksa oblikovanja grupa u slovenačkim vrtićima, gde u igri mlađa deca oponašanjem starije dece koriste njihove sposobnosti za učenje i razvoj svojih sposobnosti.

Neuronauka jasno dokazuje da je glavni faktor razvoja i delovanja mozga i procesa učenja **kretanje** (Jakovljevič, Jenko Mavrič, 2017). Za predškolsku decu to je pre svega igra.

UMESTO DESERTA NEŠTO ZA RAZMIŠLJANJE

Nijedna igra ne bi trebalo da bude isključiva. Sva deca u nekoj grupi treba da učestvuju bez obzira na njihove sposobnosti i nedostatke. Treba voditi računa o principu ravnopravnosti, uključujući i ravnopravnost među polovima. I dečaci i devojčice su različiti u razvojnim periodima, u interesovanjima, fizičkim sposobnostima i razmišljanju. Dečaci i devojčice često kada se igraju zajedno dopunjuju jedni druge u elementarnim igrama:

- Dečaci zbog devojčica u igri više uključuju empatiju, poštovanje protivnika i manje su agresivni,
 - Devojčice su zbog dečaka aktivnije u taktičkom razmišljanju i strategiji igre nego kad se igraju samo sa devojčicama.
- ✓ Kroz adekvatno prilagođena pravila igre nastavnik uspostavlja dobre odnose i podstiče saradnju između dečaka i devojčica, među manje i više sposobnijim, između starijih i mladih, među učenicima različitih razreda, škola, nacionalnosti...
- ✓ Uloga roditelja, nastavnika i trenera u igri dece je da im svojim primerom daju uzor, pruže im podršku, posvete vreme i uspostavljaju uslove za razvoj i igru. Važno je imati u vidu da naše prisustvo nije jamac razvoju (Videmšek, Šiler i Fišer, 2002). Osmišljavanje, usmeravanje, ponekad davanje krila dečijoj mašti, promovisanje kreativnosti su garancija da je igra za decu sigurna i vesela.



POPIS I OZNAKE ELEMENTARNIH IGARA

Oznaka sa zelenim okvirom znači da igru možemo upotrebiti i u dečjem vrtiću (4-5)



Br.	NAZIV IGRE	NAJVIŠE ODGOVARA ZA				CILJ	SPORT
		1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola		
1.	AJKULE, RIBICE I PLANKTON					saradnja, taktika, brzina	opšte
2.	ATOMIĆI I MOLEKULI					saradnja, socijalizacija	opšte
3.	AUTOMAT					vežbanje tehnike	sportske igre
4.	AVENIJE, ULICE I ŠUMA					agilnost, saradnja	opšte
5.	BAKE I DEKE NA ODMORU					razvoj snage	opšte
6.	BAZUKE					vežbanje bacanja i hvatanja	atletika rukomet
7.	BISTRE GLAVICE					saradnja, kreativnost	opšte
8.	BITKA LOPTAMA					vežbanje bacanja i hvatanja	opšte rukomet
9.	BOB U TABLU					vežbanje bacanja, saradnja	opšte košarka rukomet
10.	BOWLING NA VIŠE NACINA					vežbanje bacanja, dribling	opšte rukomet fudbal
11.	BROJ BIRA					brzina reakcije	opšte atletika
12.	BROJEVI SE LOVE					agilnost	opšte
13.	BRZI BROJEVI					brzina reakcije	opšte
14.	CIRKUS					agilnost,	opšte
15.	CRNI PETAK					agilnost, koordinacija	opšte
		NAJVIŠE ODGOVARA ZA					

Br.	NAZIV IGRE	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola	CILJ	SPORT
16.	ČETIRI TABORA					taktika, agilnost	opšte
17.	ČIŠĆENJE					koordinacija	opšte rukomet stoni tenis
18.	ČUVARI I RAZBOJNICI					koordinacija	opšte
19.	DODAJ NAPRED I TRČI NAPRED					vežbanje tehnike	različite sportske igre
20.	DODAJ NAPRED I TRČI NAZAD					vežbanje tehnike	sportske igre
21.	DODGEBALL					vežbanje bacanja i hvatanja	opšte dodgebal rukomet
22.	DUGA, DUGICA					brzina, ritam	opšte
23.	DUPLE TAČKE					saradnja, agilnost	opšte
24.	DVA NA ČETIRI					vežbanje tehnike	sportske igre
25.	FRIZBIMET					saradnja, agilnost	opšte ultimate
26.	FUDBAL 2 EKIPE NA 4 GOLA					vežbanje tehnike	fudbal
27.	FUDBAL NA ČETIRI GOLA					vežbanje tehnike	fudbal rukomet
28.	FUDBAL – SVAKO PROTIV SVAKOG					vežbanje tehnike	fudbal rukomet
29.	FOOTGOLF					preciznost, saradnja	fudbal
30.	GLADIJATORI					agilnost, saradnja	opšte
31.	GOL NA DVE STRANE					vežbanje tehnike	fudbal rukomet
32.	HAOS					vežbanje tehnike	različite sportske igre
		NAJVIŠE ODGOVARA ZA					



Br.	NAZIV IGRE	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola	CILJ	SPORT
33.	HOBOTNICA					agilnost	opšte
34.	HOKEJ PLASTIČNIM BOCAMA					saradnja, koordinacija	opšte, sportske igre
35.	IGRA PREKO KLUPE					vežbanje tehnike, saradnja	opšte, sportske igre
36.	IMPRO IGRA					kreativnost, saradnja,	ples
37.	IVICA I MARICA					saradnja, agilnost, taktika	opšte
38.	IZMEĐU DVE VATRE					vežbanje bacanja, hvatanja	opšte
39.	JABUKE, PATULJCI I VEŠTICE					saradnja, izdržljivost	opšte
40.	JARAK					brzina reakcije, saradnja	odbojka
41.	JASTREB, KOKOŠ I PILIĆI					agilnost, saradnja	opšte
42.	JOKER I MARAMICE					brzina reakcije	opšte
43.	KABADDI JUNIOR					agilnost, saradnja	opšte
44.	KAMEN, MAKAZE, LIST I NAPRED					razvoj motoričkih sposobnosti	opšte, gimnastika
45.	KAMEN, MAKAZE, LIST I TRČI					razvoj brzine razmišljanja	atletika
46.	KHO KHO					agilnost, saradnja	opšte
47.	KINESKI ZID					agilnost, saradnja	opšte
48.	KNOCK OUT					vežbanje šuta	košarka

Br.	NAZIV IGRE	NAJVIŠE ODGOVARA ZA				CILJ	SPORT
		1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola		
49.	KO SE BOJI BABAROGA					agilnost	opšte
50.	KRALJEVI ZMIJA					brzina, agilnost	opšte atletika
51.	KUČIČI I KUĆICE					razvoj snage ramenog obruča	opšte
52.	LANCI					saradnja	opšte
53.	LAVIRINT					vežbanje bacanja koordinacija	različite sportske igre
54.	LEVO ILI DESNO					vežbanje tehnike koordinacija	različite sportske igre
55.	LJUTE MACE					razvoj snage ramenog obruča	opšte
56.	LOPOVI I POLICAJCI					razvoj brzine, agilnost	opšte
57.	LOV NA LISICE					razvoj snage ruku i ram. obruča	opšte
58.	LOV OBRUČIMA					koordinacija	opšte
59.	LOVAC, VRABAC I KOMARAC					izdržljivost, koordinacija	opšte
60.	LOVCI, MRAVI I LISCI					saradnja, koordinacija taktika	opšte
61.	MAČKA I MIŠ SPOLJA I UNUTRA					saradnja, koordinacija	opšte
62.	MAČKE I MIŠJI REPOVI					koordinacija	opšte košarka
63.	MAJMUNI I KENGURI					opšta snaga	opšte
64.	MAJMUNI, ZEČEVI, KENGURI I RODE					agilnost	opšte
65.	MARATON					izdržljivost	atletika
		NAJVIŠE ODGOVARA ZA					

Br.	NAZIV IGRE	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola	CILJ	SPORT
66.	MEDVEDI, POPLAVA I ZEMLJOTRES					agilnost, reakcija razmišljanje	opšte
67.	MIŠJI GRAD					koordinacija, brzina	opšte
68.	MOČVARA					vežbanje bacanja, hvatanja	opšte
69.	MOSTOVI I TUNELI					saradnja, kreativnost mašta	opšte ples, džudo
70.	MRTVI MRAVI					saradnja, izdržljivost	opšte
71.	MUVE					vežbanje bacanja, hvatanja	opšte
72.	OBLAČIĆI					koordinacija	opšte
73.	ODBOJKA CIK-CAK					vežbanje tehnike	odbojka
74.	ODBOJKAŠKA PETLJA					vežbanje tehnike i uigravanja	odbojka
75.	OGLEDALA					mašta kreativnost promatranje	ples
76.	OKRENI GOL, OKRENI KOŠ					vežbanje tehnike	sportske igre
77.	PAHULJICE					pregled nad prostorom agilnost	opšte
78.	PERICA					vežbanje tehnike	opšte, sportske igre
79.	PERPETUUM MOBILE					agilnost	opšte
80.	PET DODAVANJA					koordinacija, vežbanje tehnike	opšte sportske igre
81.	PLJESNI I BEŽI					razvoj reakcije, brzine	opšte
82.	POLA, POLA					vežbanje tehnike	različite sportske igre
		NAJVIŠE ODGOVARA ZA					

Br.	NAZIV IGRE	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola	CILJ	SPORT
83.	POMERI TORANJ					brzina razmišljanja	opšte
84.	POŠTARI					brzina, saradnja	opšte
85.	POZDRAVI					stvaranje pokretom	ples
86.	PRESKOČI TIGRA					reakcija agilnost	opšte
87.	PSEĆI REPOVI					saradnja, koordinacija	opšte
88.	RAKETE					agilnost, saradnja	opšte
89.	RAKOVI I PAUCI					razvoj snage saradnja	opšte
90.	RAT GALAKSIJA					vežbanje bacanja	opšte
91.	RAZBOJNICI I RAZBOJNICI					vežbanje bacanja	opšte
92.	SA OSTRVA NA OSTRVO					saradnja, brzina	opšte
93.	SEMAFORI					kreativnost mašta	opšte
94.	SENDVIČI					agilnost	opšte
95.	SKAKAVCI NA LEĐIMA					koordinacija	opšte
96.	SLONOVA FAMILIJA					agilnost, saradnja	opšte
97.	SNEŠKO BELIĆ					kreativnost, agilnost	opšte
98.	SVI LOVIMO					brzina, agilnost	opšte, košarka
99.	SVRAKE I KUKAVICE					brzina, izdržljivost	opšte, atletika

Br.	NAZIV IGRE	NAJVIŠE ODGOVARA ZA				CILJ	SPORT
		1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	srednja škola		
100.	SUNCE ILI SRCE		😊	😊	😊	brzina, reakcije	opšte
101.	ŠOFERI	😊				mašta kreativnost	opšte, ples
102.	TAČKO, STANI	😊	😊	😊		izdržljivost, saradnja	opšte
103.	TANJIRI I ŠEŠIRI		😊	😊	😊	koordinacija	opšte
104.	TOMBOLA		😊	😊	😊	saradnja, agilnost, vežbanje igre	različite sportske igre
105.	TOUCH FOOTBALL			😊	😊	agilnost, saradnja	touch football
106.	TREĆI JE VIŠAK	😊	😊	😊		saradnja, koordinacija, brzina	opšte
107.	TRI U RED		😊	😊	😊	brzina razmišljanja	opšte
108.	USPAVANA LEPOTICA	😊				agilnost, saradnja	opšte
109.	ULOVI REP	😊	😊			izdržljivost, agilnost	opšte
110.	VATROGASCI	😊	😊			brzina, saradnja	opšte
111.	VELEMAJSTORI		😊	😊	😊	vežbanje tehnike	košarka fudbal odbojka
112.	VEŠ MAŠINA	😊	😊			saradnja, koordinacija	opšte
113.	VITEZOVI		😊	😊		saradnja, koordinacija, taktika	opšte, sportske igre
114.	VRAGOLANI	😊	😊	😊		koordinacija, saradnja	opšte
115.	VUČENJE VOZA	😊	😊			razvoj snage	opšte
116.	WC STOP		😊	😊		agilnost, saradnja	opšte

Broj igre	Naziv igre	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	Srednja škola	Težina
1.	AJKULE, RIBICE I PLANKTON					srednja

Cilj: razvoj brzine, saradnje i taktike

Starost: 10–14 godina

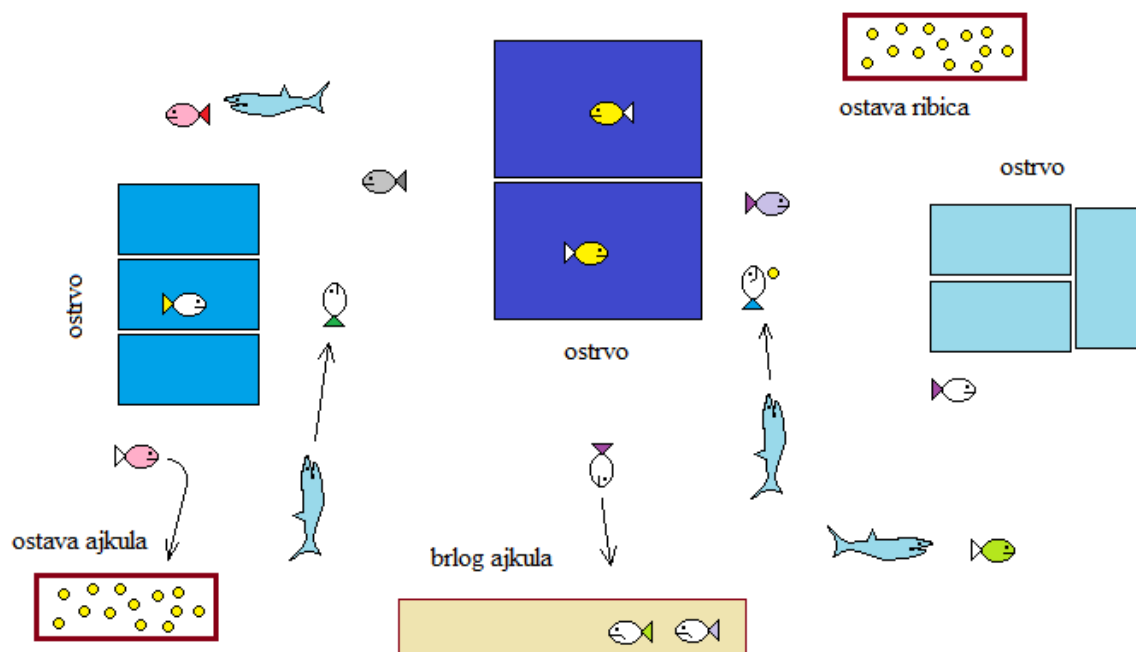
Rekviziti: 15–30 teniskih loptica

Pomoćna oprema: strunjače, 1 klupa, 2 okvira sanduka, marker majice za ajkule

Broj dece: 15–20

Opis:

Na igralištu slobodno rasporedimo strunjače koje predstavljaju otoke - ostrva na kojima se i oko kojih se kriju ribice od ajkula. Na igralištu su i 2 okvira sanduka sa teniskim lopticama. To su ostave ribica i ajkula. U blizini ostave ajkula položimo klupu – brlog ajkula (*slika*).



Ajkule ne smeju da stupaju na ostrva, mogu samo loviti sa mora – parketa. Ribice su gladne i vrebaju plankton – teniske loptice koje leže u ostavi ajkula–okviru sanduka na suprotnoj strani igrališta.

Ajkule (2, 3 ili 4 učenika sa marker majicama) vrebaju ribice i pokušavaju ih uhvatiti. Kad ajkula dodirne ribicu, vikne: »**Ribice, STANI!**«. Ribica ide u brlog ajkule – sedne na klupu. Ako ribica u trenutku hvatanja u ruci ima plankton, mora ga ostaviti u ajkulinoj ostavi. Uхваćene ribice mogu biti spašene ako ih neka od slobodnih ribica dodirne i kaže: »**Ribice, BEŽI!**«. Ribice se mogu zadržavati na ostrvima najviše 5 sekundi.



Ribice pokušavaju **pobeći** ajkulama, **splašavati** uhvaćene ribice, **odneti što više planktona** (samo jedan plankton odjednom) i staviti ih u ostavu ribica na drugoj strani igrališta – prvi okvir sanduka.





Ajkule pokušavaju **uhvatiti** što više ribica, **sprečavaju ribicama da im ukradu plankton i spašavaju uhvaćene ribice**. Ajkule idu i u **lov na planktone** u ostavi ribica (samo jedan odjednom).

Igre je kraj kada:

- nestane planktona u bilo kojoj ostavi,
- ajkule pohvataju sve ribice ili
- posle određenog vremena.

Napomena: ajkule međusobno saraduju, isto tako i ribice. Ako učenici ne razumeju igru, učitelj prekine igru i ponovo objasni pravila i moguće strategije.

Izvor: Iztok Bregar

Broj igre	Naziv igre	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. Razred	Srednja škola	Težina
2.	ATOMIĆI I MOLEKULI					niska

Cilj: razvoj socijalnih kompetencija, brzine i izdržljivosti

Prostor: gimnastička sala, igralište, bazen...

Starost: 5–18 godina

Pomoćna oprema: ne

Broj dece: 10–50

Priča: atomići – najmanji delići lutaju slobodno po prostoru. Svaki ima svoj pol. Suprotni polovi se privlače i sastavljaju molekule koji traže nove atomiće. Kad molekuli postanu preteški, oni se razdvajaju i nastavljaju sa traženjem novih atomića, sve dok zadnji nije uhvaćen.

Opis:

Dva učenika počinju igru kao prvi atomići. Najpre glasno broje do 10, zatim love svako svoj prvi atomić koji mora da bude suprotnog pola. Kad su dvoje, uhvate se za ruke. Samo zajedno mogu loviti sledeći atomić bilo kojeg pola. Kad ga ulove, treći se priključi. Sve troje se postave u „sendvič“ – dečak-devojčica-dečak ili devojčica-dečak-devojčica. Kad su troje, postanu težak i spor molekul. Sad znaju ko im treba.

Obavezna je saradnja, kako unutar molekula tako i između molekula. Kad molekul od tri atomića ulovi četvrtog; treći i četvrti se razdvajaju i zajedno love dalje. Svaki molekul od dva atomića tako lovi svoj treći i četvrti atomić, sve do poslednjeg. Poslednji i pretposlednji uhvaćeni atomić mogu da budu prvi atomići u novoj rundi igre.

Ako u igri nestane atomića potrebnog pola, molekuli love one koji su ostali.







Mogućnosti:

- Na početku izaberemo samo jedan (brz) atomić.
- Ako imamo na času 2 cela odeljenja viših razreda (5.-9.), možemo odrediti sledeći redosled lova: dečak A odeljenja lovi devojčicu odeljenja B. Tako zajedno love dečaka ili devojčicu iz A odeljenja. Četvrti uhvaćeni mora da bude suprotnog pola i mora da se razlikuje od odeljenja trećeg atomića. Za početak izaberemo 2 dečaka (A+B) ili 2 devojčice (A+B).
- Ako učimo samo dečake ili samo devojčice, polovini dece razdelimo marker majice.
- Molekul raspadne tek kad je u njemu 6 atomića (3+3 ili 2+2+2).



Izvor: Iztok Bregar

Broj igre	Naziv igre	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	Srednja škola	Težina
-----------	------------	--------------	--------------	--------------	---------------	--------

3.	AUTOMAT					niska, srednja
----	----------------	---	---	---	---	-------------------

Cilj: vežbanje tehnike i preciznosti

Prostor: gimnastička sala, igralište

Starost: 4–18 godina

Rekviziti: različite lopte

Pomoćna oprema: ne

Broj dece: 5–20

Opis:

Pojedinačno ili grupe po 2 do 5 igrača. Igrači se dobacuju loptom, a pri tom paze da im lopta ne padne na tlo. Ako lopta ipak dotakne tlo (previše puta), nastave sa dodavanjem u različitom – nižem položaju: u klečećem položaju, čučeci, sedeći, ležeći na stomaku, leđima.

Na kraju se opet vrate u prvi, stojeći stav.

Mogućnosti:

Igrači bacaju :

- balon ili mekanu loptu (u vazduh: obema rukama, jednom rukom, nogom, kolenom, glavom),
- jednim odbijanjem od pod (najmlađi i deca sa poteškoćama),
- rukometnu loptu u zid (bacanje jednom rukom iznad ramena),
- odbojkašku loptu (gornje, donje odbijanje),
- košarkašku loptu (ispred grudi, jednom rukom...),
- lopticu za stoni tenis rukom ili reketom (forehand, backhand, mešovito),
- loptu slabijom rukom, nogom, ispred, iza tela,
- bedminton pero, balon, plastičnu vrećicu, plastičnu bocu,
- Parovi, grupe. Dodavanje preko užeta, mreže, između crta,
- **Odbojka**, parovi. Prvi igrač u stojećem stavu loptu **neprekidno** odbija gornjim odbijanjem, onda sedne, legne na leđa i na kraju gornjim odbijanjem dodaje loptu drugom igraču koji ponovi isto.



Najmlađi (4-5) vežbaju najviše pojedinačno i sa rekvizitima koje sporo lete: balonima, loptama za plažu ili mekanim loptama. Vreme reakcije možemo produžiti i sa između odbojem o tlo.



AMO



Izvor: Iztok Bregar

Broj Igre	Naziv igre	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	Srednja škola	Težina
4.	AVENIJE, ULICE I ŠUMA					niska

Cilj: saradnja, razvoj agilnosti

Prostor: gimnastička sala, napolju

Starost: 6–10 godina

Rekviziti: ne

Pomoćna oprema: ne

Broj dece: 11–30

Opis:

U zavisnosti od broja učenika, razdelimo ih u formacije 3x3, 4x4, 6x3... +2 za lov.

3 stava – **avenije**, **ulice** i **šuma**. Učitelj odredi koji stav će biti avenija i koji ulica. Učenici se okreću za 90 ° u prvi i 90 ° nazad u drugi smer. Stav šuma znači da učenici (drveća) dignu ruke uvis, bez obzira na to kako su okrenuti.

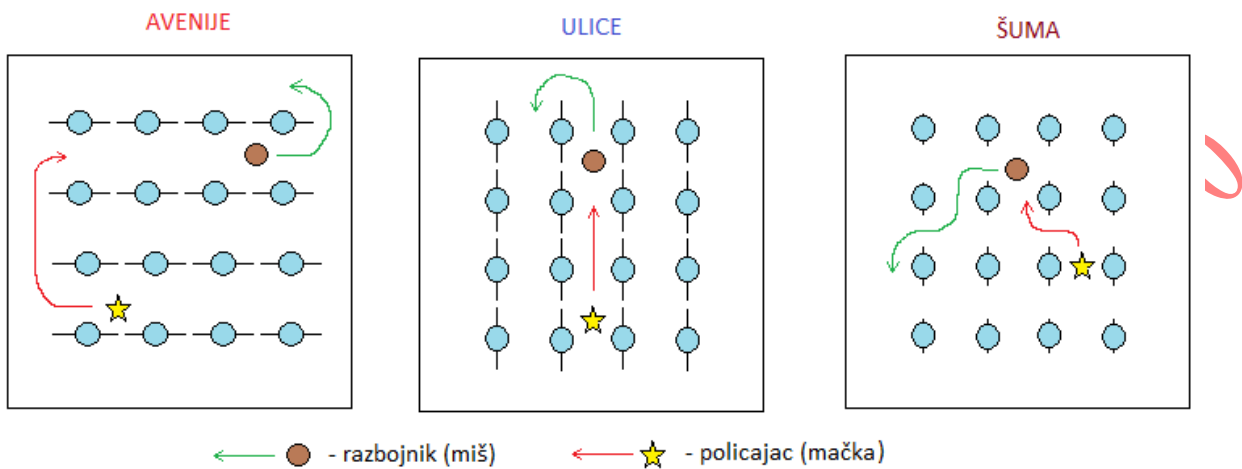


Pre početka se drže za ruke da bi se što brže i jednostavnije postavili. Učenici su po vertikali i horizontali udaljeni jedni od drugih za širinu ruku. Isprobaju sve pozicije. Ako odruče, moraju se međusobno dohvatiti rukama u oba smera.

Izabrana 2 učenika se love. Prvi je **policajac** (mačka), a drugi **razbojnik** (miš). Učitelj daje zadatke.

Policajac i razbojnik (mačka i miš) na početku stoje svako u svom krajnjem uglu izvan formacije. Učenici u formaciji budno prate dešavanje. Na znakove učitelja se učenici brzo postavljaju u avenije, ulice ili šumu. Menjanje avenija, ulica i šume mora biti brzo i efikasno tako da je učenicima koji love put kretanja sasvim jasan.

Policajac i razbojnik (mačka i miš) trče po ulicama i avenijama. Kroz šumu trče slobodno između drveća. Iz formacije policajac i razbojnik ne smeju izlaziti na udaljenost veću od 1-2 metra.





Kad policajac uhvati razbojnika, mogu menjati uloge. Kad je kraj lova, izaberu svako svog naslednika i postavse se na njihova mesta u formaciju. Tako se postepeno izmenjaju sva deca. Prelaz ispod ruku nije dozvoljen, osim u šumi. Komande može davati prvo učitelj, onda jedan od učenika (*slika*).

Mogućnosti:

- Dva para policajaca i razbojnika. Svaki policajac lovi samo svog razbojnika.



Izvor: Pinosa (1993), modifikovano Bregar

Broj igre	Naziv igre	1.-3. razred	4.-6. razred	7.-9. razred	Srednja škola	Težina
5.	BAKE I DEKE NA ODMORU					srednja

Cilj: razvoj opšte snage, saradnja

Prostor: gimnastička sala, livada

Starost: 9–15 godina

Rekviziti: ne

Pomoćna oprema: marker majice, marame

Broj dece: 10–30

Pred početkom:

Učenicima predstavimo na koje sve načine jedni druge mogu nositi: jedan jednog na leđima, dvoje jednog, čak i tri učenika koji nose jednog i slično. Isprobaju sve načine.

Opis:

Velika površina, najbolje košarkaško igralište. Učenike razdelimo na 3 jednakobrojne, približno ravnopravne i, ako je moguće, po polu mešovite grupe.

Priča:

Bake idu sa deka na more. Bake žele otići preko plićaka na plažu bližnjeg ostrva. U plićaku žive radoznali rakovi. Deke imaju zadatak da prenesu bake preko plićaka.

Prva grupa učenika su **bake**. One čekaju da ih deke prebace preko plićaka uzduž košarkaškog ili odbojkaškog polja i pri tom paze da ne padnu u vodu ili da ih neki rak ne dotakne. **Bake pomažu deka i dobro ih drže. Kad ih deke uspešno prenesu preko plićaka, napravi svaka baka 10 vežbi za istezanje, sunčajući se, sačekaju na kraj runde.**

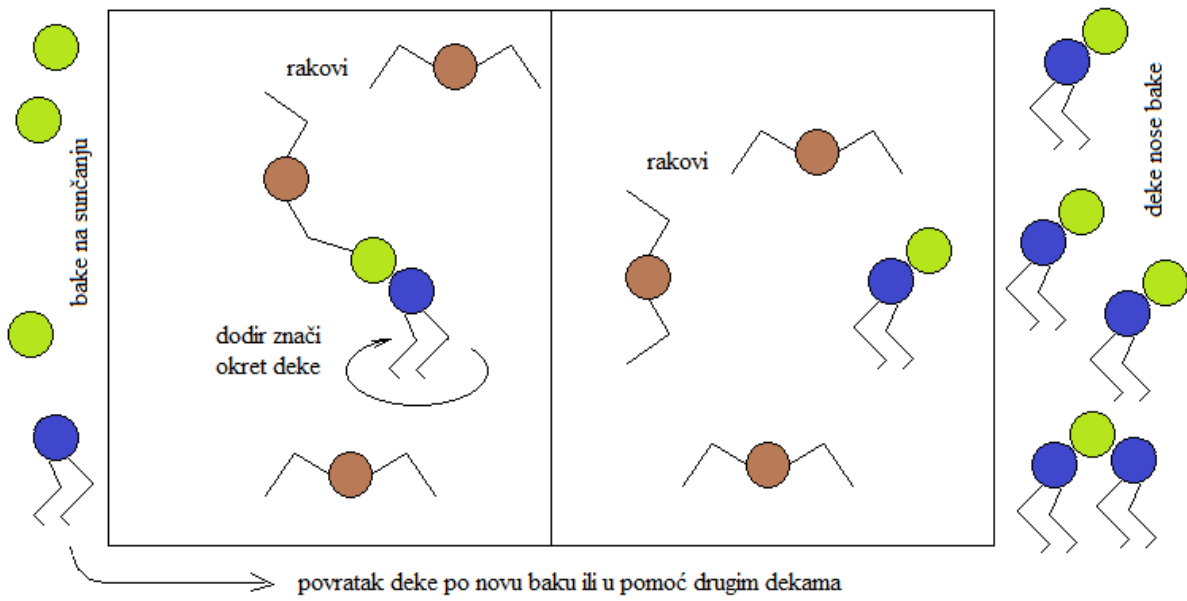
Druga grupa učenika su **deke**. Oni nose bake preko plićaka do ostrva na suprotnoj strani i pri tom izbegavaju rakove. Paze da im bake ne padnu i da ih na putu ne dotaknu rakovi. **Njihov je cilj da prenesu sve bake preko plićaka.** Kad deka odnese jednu baku, vraća se po drugu, treću i tako dalje. Ako je ne može preneti sam, to mogu učiniti dvojica ili trojica zajedno.

Treća grupa učenika su **rakovi**. U plićaku se kreću četvoronoške, obrnuti nagore. **Cilj rakova je da rukom dotaknu što više baki.** Rakovi mogu dotaći jednu baku samo jednom, onda idu u lov za drugom bakom. Polovina rakova lovi samo na prvom, druga polovina samo na drugom delu plićaka.

Bitno:

- Ako baka padne deki u vodu, moraju se vratiti na početak i nastaviti sa zadatkom još jednom.
- Ako rakovi dotaknu bake, deka zajedno sa bakom napravi okret (360 stepeni) i nastavi put do ostrva.
- Baku može na putu dotaći više rakova. Svaki put kad se to dogodi, mora deka napraviti jedan okret. Može i svaki put u drugom smeru.

Kraj prve runde igre je kad deke uspešno prenesu sve bake preko plićaka ili kad prođe određeno vreme (5–6 minuta). Onda uloge promenimo: bake postanu rakovi, rakovi postanu deke i deke postanu bake.



Izvor: Iztok Bregar