

Poznajemy nowe zabawy ruchowe w terenie

Cele zajęć w terenie:

1. Kształtowanie pożądanych postaw: samodzielność, kreatywność, odwaga.
2. Nabywanie umiejętności przydatnych w życiu (czytanie mapy, sporządzanie planów, szkiców, opisów, nowe umiejętności techniczne itp.).
3. Zaspokajanie naturalnej potrzeby przeżycia przygody, rywalizacji.
4. Poprawa kondycji i sprawności fizycznej, ćwiczenie sprawności zmysłów.
5. Wdrażanie do przewidywania zagrożeń, poprawa stanu bezpieczeństwa.

Ogólne zasady organizacji zajęć w terenie:

1. Dostosowanie stopnia trudności zajęć do wieku i umiejętności uczestników.
2. Wybór odpowiedniego miejsca do prowadzenia zajęć. Nie decydujemy się na miejsca, gdzie można narazić uczestników zajęć i siebie na zagrożenia (brzegi rzek, strome zbocza, sąsiedztwo szlaków komunikacyjnych, ujście ścieków, niskie linie energetyczne, zwierzęta itp.).
3. Zgoda właściciela terenu.
4. Przeprowadzamy ogląd terenu pod kątem zagrożeń dla bezpieczeństwa.
5. Zabieramy zawsze ze sobą zestaw pierwszej pomocy oraz telefon komórkowy.

Bezpieczeństwo na zajęciach ruchowych:

Bezpieczeństwo - stan, który polega na braku zagrożenia. Poczucie bezpieczeństwa dodatkowo wpływa na szybkość uczenia się i trwałość nabywania nowych umiejętności oraz zapewnia dobrą atmosferę. Uczestnicy zajęć ruchowych muszą więc być przekonani, że nie będą ośmieszeni, krytykowani, że nie grozi im utrata zdrowia i życia.

Serdecznie zapraszam Ciebie do dalszej lektury, zapoznam Cię z treścią zabawami, które możesz przeprowadzić w terenie na wyjeździe z przyjaciółmi, czy na lekcjach wf-u.

Zabawy te to:

Pogoń za przemytnikami
Złoty skarb
Kłusownik i myśliwi

Pogoń za przemytnikami

Pogoń za przemytnikami rozwija współpracę i można przeprowadzić ją w formie zawodów.
miejsce przeprowadzenia zabawy:

◆ w lesku o wyraźnie oznaczonych granicach

◆ na ograniczonym, ale niezbyt przejrzystym terenie, np. z krzakami, barykadami i innymi możliwościami ukrycia się

czas trwania:

◆ 10 minut, a najlepiej dwa razy po 20 minut

zabawa przeznaczona głównie dla:

◆ dzieci w wieku od 8 do 13 lat

◆ dla klas szkolnych

◆ dla grup różnego rodzaju

opis zabawy:

◆ podziel grupę na dwie drużyny

◆ pierwsza z nich to przemytnicy

Usytuowanie przemytników znajduje się (najlepiej) przed granicą gęstego lasu.

Ich zadaniem jest ,przeszmuglowanie', czyli przemycenie na drugą stronę od 10 do 20 przedmiotów, oczywiście tak, by pozostać niezauważonym.

Każdy przemytnik może wielokrotnie przechodzić przez granicę i jej kontrolę. Przechodzą też często bez podejrzanych rzeczy, by odwrócić uwagę straży granicznej.

◆ pozostała połowa uczestników zabawy to celnicy

Straż graniczna ma za zadanie strzec granicy. Jeśli celnik klepnie ręką w barki, któregoś z przechodzących granicę, może przeszukać taką osobę i stwierdzić, czy ma przy sobie niedozwolone i przemyczone towary

◆ rzeczy, które przenoszone są przez granicę, to bryłki złota, które są ukryte pod postacią pitek, albo kawałków drewna

◆ jeśli przemytnik przeniesie przedmioty na teren innego państwa, to celnicy już nie mają prawa ich zabrać

◆ na koniec zabawy przemytnicy muszą pokazać, ile bryłek złota udało im się przemycić potajemnie na drugą stronę granicy

Złoty skarb

Zabawa Złoty skarb jest zabawą terenową, ruchową i może być przeprowadzona w formie zawodów.

miejsce:

◆ na świeżym powietrzu, czyli może to być las i teren z wieloma możliwościami ukrycia się

czas trwania:

◆ około 20 do 40 minut

zabawa przeznaczona dla:

◆ dzieci od 10 lat i młodzieży

◆ dla grup liczących ponad 10 osób

◆ optymalna wielkość każdej z podgrup, to 8 do 15 uczestników

opis zabawy:

- ❖ zabawa polega na wyobrażeniu sobie walki pomiędzy poszukiwaczami złota i bandami rabusiów (jak w westernach), którzy chcą przejąć ich cenne znaleziska
- ❖ obie grupy mają jednakową liczbę uczestników
- ❖ poszukiwacze złota mają w torbie z materiału złoto, które znaleźli
- ❖ rabusie mają pół godziny czasu, by skraść skarb
- ❖ każdy rabuś i każdy poszukiwacz złota otrzymuje kawałek wełny (albo gumkę), którą obowiązuje wokół prawego ramienia
- ❖ ten, kto straci „nitkę życia” w „walce”, (tzn. należy rozwiązać tę nitkę) musi natychmiast się z niej wycofać i pójść „sanitariuszy” (czyli prowadzącego), którzy nie uczestniczą w poszukiwaniach i od nich uzyskać nową nitkę
- ❖ dopiero potem może włączyć się na nowo do walki

wskazówki:

- ❖ uczestnicy zabawy szybko rozumieją, że działania pojedynczych osób, zazwyczaj prowadzą do niepowodzenia
- ❖ z korzyścią jest więc stworzenie małych grup i poszukiwanie wspólnej strategii, które prowadzą do sukcesu
- ❖ im bardziej dyskusje są zażarte, tym bardziej rozwijana jest zdolność do komunikowania się z innymi, współpraca i umiejętność przekonania innych do własnego zdania

.

Kłusownik i myśliwi

Jest to ruchowa zabawa w terenie.

miejsce:

- ◆ na świeżym powietrzu

czas trwania:

- ◆ od 5 do 15 minut (zależny od liczby uczestników oraz wielkości pola zabawy)

przeznaczona dla:

- ◆ dzieci od 6 lat
- ◆ dla grup liczących od 10 do 30 osób

.

opis zabawy:

❖ na początku tej zabawy prowadzący mówi do uczestników: ” Jesteście wszyscy dużymi zwierzętami drapieżnymi, jak na przykład lwy lub tygrysy”

❖ mówi dalej „jesteście królami zwierząt i żyjecie na tym terenie na wolności, ale macie dwóch wrogów: kłusownika i myśliwego

❖ wyruszają oni obaj jednocześnie na polowanie i spróbują was ustrzelić” – czyli dotknąć ręką

❖ to ze zwierząt, które zostało „ustrzelone”, przechodzi na stronę myśliwego lub kłusownika, który je zdobył i udaje się razem z nim na dalsze polowanie

Miłej zabawy.

.