

## ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ Α΄ Β΄ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ.

Στη συνέχεια περιγράφονται παιχνίδια που μπορείτε να παίξετε με τα παιδιά σας σε κλειστό χώρο ή στο χώρο της αυλής σας με σεβασμό στις οδηγίες περί αποφυγής συνωστισμού, όπως προτείνεται από το Υπουργείο. Τα παιχνίδια αυτά παίζονται με μικρό αριθμό ατόμων ακόμα και με ένα γονιό με το παιδί του.

1. **‘Στρατιωτάκια αμίλητα, ακούνητα, αγέλαστα’**: ένα παιδί ή ο γονιός – η μάνα - στέκεται με πρόσωπο στον τοίχο λέγοντας την παραπάνω έκφραση. Τα παιδιά κινούνται προς τη μάνα και μένουν ακίνητα όταν αυτή γυρίζει. Η μάνα προσπαθεί να τους κάνει να γελάσουν ή να κινηθούν. Αν αυτό συμβεί επιστρέφουν στο σημείο εκκίνησης. Όποιος καταφέρει και φτάσει τη μάνα κερδίζει και κάνει αυτός μάνα.
2. **‘Μεγάλο φανάρι’**: τα παιδιά (ελάχιστος αριθμός δύο) κάθονται οκλαδόν και ξεκινούν. Ο πρώτος λέει τη φράση ‘μικρό φανάρι’ και τεντώνει τα χέρια του μπροστά. Ο δεύτερος λέει τη φράση ‘μεγάλο φανάρι’ και μαζεύει τα χέρια του στο στήθος. Το παιχνίδι συνεχίζεται από το πρώτο ή το τρίτο παιδί – ή το τρίτο μέλος της παρέας- λέγοντας την επόμενη από τις παραπάνω φράσεις και τεντώνοντας ή μαζεύοντας τα χέρια του. Το παιχνίδι παίζεται με αυξανόμενο ρυθμό μέχρι κάποιος να μπερδευτεί και να κάνει λάθος. Μπορούμε να ορίσουμε ένα συγκεκριμένο αριθμό νικών όπου ολοκληρώνεται το παιχνίδι.
3. **‘Το νησί των ναυαγών’**: ένα μαξιλάρι ή ένα μαλακό ατομικό στρωματάκι μπορεί να μας βοηθήσει και να φανταστούμε πως είναι ένα νησί. Το παιδί προσπαθεί να κάνει ισορροπία με το ένα πόδι πάνω στο νησί για όσο περισσότερο μπορεί. Όποιος από τα παιδιά (ή τους μεγάλους) χάσει την ισορροπία του χάνει μία ζωή. Μπορείτε να ορίσετε ένα συγκεκριμένο αριθμό ζωών που έχει κάθε ένας που παίζει. Όποιος χάνει όλες τις ζωές του βγαίνει από το παιχνίδι.
4. **‘Στεριά Θάλασσα’**: όπως και πριν ένα μαξιλάρι μπορεί να μας βοηθήσει να φανταστούμε ένα νησί. Ένας από την παρέα (από δύο άτομα ή και περισσότερα) παίζει το ρόλο του εκφωνητή που λέει με όλο και πιο αυξανόμενο ρυθμό τις λέξεις στεριά – θάλασσα. Το παιδί ή τα παιδιά με άλματα, στην εντολή στεριά ανεβαίνει πάνω στο στρώμα, ενώ στην εντολή θάλασσα πηδάει κάτω από αυτό. Όποιο από τα παιδιά (ή τους μεγάλους)

κάνει λάθος, χάνει μία ζωή. Μπορείτε να ορίσετε ένα συγκεκριμένο αριθμό ζωών που έχει κάθε ένας που παίζει. Όποιος χάσει όλες τις ζωές του βγαίνει από το παιχνίδι.

5. **‘Χρώματα και υλικά’**: ένα παιδί ή μεγάλος γίνεται ο εκφωνητής. Άλλα δύο παιδιά ξεκινώντας από το ίδιο σημείο κινούνται γρήγορα στο χώρο να ακουμπήσουν ένα αντικείμενο ή χρώμα που άκουσαν από τον εκφωνητή και να επιστρέψουν στο σημείο που ξεκίνησαν. Ορίζουμε ένα ορισμένο αριθμό νικών που πρέπει να φτάσει κάποιος για να κερδίσει.
6. **‘Οι επικίνδυνοι αστακοί’**: ένας από την παρέα γίνεται επικίνδυνος αστακός ο οποίος μπουσουλώντας προσπαθεί να ακουμπήσει τους άλλους. Όποιος πιάνεται γίνεται και αυτός επικίνδυνος αστακός και κυνηγάει και αυτός. Όποιος μένει τελευταίος κερδίζει. Όταν πρόκειται για δύο άτομα μπορούμε να μετρήσουμε το χρόνο που μένει όρθιος αυτός που κυνηγάει ο αστακός. Κερδίζει αυτός που παραμένει όρθιος για περισσότερο χρόνο.
7. **‘Φαναράκια’**: ελάχιστος αριθμός τρία άτομα. Δύο παιδιά ξεκινώντας από το ίδιο σημείο προσπαθούν να φτάσουν στον απέναντι τοίχο ή γραμμή, ακούγοντας τις εντολές του εκφωνητή. ‘Πράσινο’ σημαίνει ότι μπορώ να κινηθώ γρήγορα μπροστά, ‘κόκκινο’ σημαίνει ότι πρέπει να μείνω ακίνητος και ‘πορτοκαλί’ σημαίνει ότι πρέπει να κάνω επιτόπου τρέξιμο, όπως ακριβώς κάνω με τα φανάρια στις διασταυρώσεις. Ο πρώτος που φτάνει στο τέλος είναι ο νικητής.

Πολλά από τα παραπάνω παιχνίδια περιέχονται στο βιβλίο φυσικής αγωγής Α’ και Β’ Δημοτικού που προτείνεται από το Υπουργείο Παιδείας.

Καλή διασκέδαση στο σπίτι...