



## Физически активни игри за малките межгучасия

### ДВИЖИ СЕ, ГОВОРИ, ПОВТОРИ!

Подрежете се в кръг. Един от вас казва дума, докато паралелно прави движение (например изрича „домат“, докато вдига ръце напред). Следващият поред трябва да повтори думата и движението и после да добави своя дума със свое движение (казва "домат", докато вдига ръце напред и добавя например "картоф", докато кляка). Третият повтаря думите и движенията на първите двама и добавя свои. След като се изредят всички в кръга, добавянето спира и всеки поред изпълнява цялата досегашна комбинация от думи и движения. Играта приключва, когато всеки я е изпълнил без грешка.

### ДВИЖЕНЧЕСКИ РАЗВАЛЕН ТЕЛЕФОН

Подрежете се в колона. Предпоследният се обръща с лице към последния, който му показва кратка поредица от движения (например кляка, подскача, вдига ръце над главата и пляска, след което се навежда, пипа пръстите на краката си и отново се изправя). После наблюдаващият предпоследен се обръща към ученика преди него, потупва го по рамото, за да се завърти с лице и на свой ред му показва същите движения, както ги е запомнил. Играта продължава, докато движенческото „съобщение“ стигне до първия в колоната. После той отива най-отзад и играта започва отначало.

### СТАТУИ

Подрежете се в пространството, така че да имате място за свободно движение. Застанете напълно неподвижно. Един отговорник води играта, като дава инструкции как да сменят позите си всички участници-статуи, например „статуи, съгнете коленете си до клек“ или „статуи, сложете ръце на кръста и наведете тялото напред“. Участниците трябва да стоят напълно неподвижно в съответната позиция, сякаш са истински статуи, докато водещият не даде следващата инструкция. На всеки три минути водещият избира най-успешната статуя за следващ водещ и се разменят.



## Физически активни игри за малките межгучасия

### ПРЕДАЙ ХИМИКАЛКАТА!

Подрежете се в редица или колона, така че между вас да има малко повече от две ръце разстояние. Крайният ученик поставя химикалка върху показалеца и средния си пръст откъм гланта на ръката (останалите три пръста са свити, за да не пречат). След това той трябва да застане на един крак и навеждайки се към следващия ученик, да постави химикалката на неговите протегнати два пръста. Всеки предаващ и приемащ застава на един крак. Последният, получил химикалката, трябва да я пренесе върху двата си пръста, подскачайки на един крак и да я предаде на първия. Целта е химикалката да не падне нито веднъж. Може да се състезавате по отбори.

### ЛЕТИ, БАЛОНЧЕ!

Необходим ви е надут балон (или 2-3, ако класът се раздели на по-малки групи, за да играе). Имате право да удряте балона нагоре с ръка, крак или глава. Балонът не трябва да се удря два пъти подред от един и същи ученик и не бива да пада на земята. Измислете си задача какво да казвате при всеки удар на балона например само съществителни или всяка следваща дума да започва с крайната буква на предишната, да се събират двуцифрени числа, да се изброяват владетели от българската история, видове полезни изкопаеми или животни бозайници. Може да се състезавате по отбори.

### ОГЛЕДАЛО

Разделете се по двойки и си разпределете ролите на огледало и оглеждащ се. Един ученик-отговорник води играта с инструкции за бавно вдишване и издишване (може да брои до 4). На всяко вдишване оглеждащият се прави някакво движение, а на всяко издишване огледалото имитира движението. След около 2 минути при знак от водещия си разменяте ролите. После водещият избира най-точното огледало за следващ водещ, разменят се и започват отначало.